

Psychodrama und die rote Nase

oder

Wie lässt sich die Figur des Clowns auf der Psychodramabühne nutzen?

**Abschlussarbeit der Ausbildung zur Psychodrama-Leiterin
am Institut für Soziale Interaktion, Hamburg**



**eingereicht von:
Eva Dym Silberring
CH-8038 Zürich**

April 2011

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	3
1.1	Wieso ich dieses Thema gewählt habe	3
1.2	Ideen, Gedanken und Hypothesen	4
1.3	Aufbau der Arbeit	4
Theorieteil		
2	Psychodrama	5
2.1	Das kindliche Spiel und das Lachen	5
2.2	Die Bedeutung der Bühne	6
2.3	Die Kreativität und Spontanität	6
2.4	Die Rolle	7
2.4.1	Der Rollenwechsel, die Rollenübernahme	7
2.5	Das Doppel	8
2.6	Der Spiegel	8
2.7	Das Maximieren	8
3	Der Clown	9
3.1	Die Bedeutung des Clowns	9
3.2	Der Narr und der Clown	10
3.3	Die Bedeutung des Clowns in unserer Gesellschaft	10
3.4	Der Clown auf der Bühne oder in der Manege	11
3.5	Der Clown im professionellen Arbeitsfeld	11
3.6	Die Bedeutung der Roten Nase	11
3.7	Wenn Clowns sich begegnen	12
3.7.1	Der Dumme August und der Weissclown	12
3.8	Was es in Clownkursen zu lernen gibt	13
3.8.1	Kreativität und Spontanität beim Clown	13
4	Der Humor	14
4.1	Was ist Humor?	14
4.1.1	Definition und Zitate	14
4.1.2	Die Wirkung von Humor	14
5	Das Gemeinsame von Psychodrama und Clownarbeit	16
5.1	Gemeinsame Intentionen	16
5.2	Gemeinsame oder ähnliche Techniken	17
5.3	Hypothesen für das Wochenende	17
5.4	Methoden und Interventionen für das Wochenende	17

Praxisteil

6	Aufbau des Praxisteils	18
7	Das Experimentierwochende	18
7.1	Soziometrie	18
7.2	Ankommen im Raum, im Körper, im Kontakt mit anderen.	19
7.3	Rote Nase einführen	19
7.4	Einführung des Clowns auf der Bühne	19
7.5	Protagonistenspiele	20
7.5.1	Einstimmung für die Protagonistenspiele	20
7.6	1. Protagonistenspiel	21
	Methoden: "Protagonistin mit roter Nase" und "mehrere Clowns als Berater einer Szene"	
7.6.1	Auswertung 1. Protagonistenspiel	23
7.6.2	Methodisches zu "Protagonistin mit roter Nase", und "mehrere Clowns als Berater der Protagonistin"	25
7.7	2. Protagonistenspiel	26
	Methoden: "Protagonistin mit roter Nase", "Antagonisten mit roter Nase" und "der Clown als Doppel"	
7.7.1	Auswertung 2. Protagonistenspiel	28
7.7.2	Rollentausch von "Clown-Protagonistin" und "Clown-Antagonist"	29
7.7.3	Anwärmung am Morgen des zweiten Tages.	29
7.7.4	Rückschau auf den ersten Tag:	29
	Allgemeine methodische Gedanken zur Arbeit mit der roten Nase	
7.8	3. Protagonistenspiel	30
	Methoden: "Alle auf der Bühne haben eine rote Nase" und "der Clown als Mitspieler in einer Szene"	
7.8.1	Auswertung 3. Protagonistenspiel	33
7.9	Vignette	34
	Methode: "Clown-Doppel"	
7.9.1	Auswertung Vignette	36
7.10	Abschluss des Wochenendes.	38
8	Auswertung des Wochenendes	39
8.1	Der Gewinn der roten Nase auf der psychodramatischen Bühne	39
8.2	Clown und Narr	39
8.2.1	Der Narr auf der psychodramatischen Bühne	40
8.2.2	Der Clown auf der psychodramatischen Bühne	40
8.2.3	Innere Anteile mit roter Nase	40
8.2.4	Der Clown als Doppel und in der Spiegelposition	41
8.3	Der Weissclown - zusätzliches Hilfsmittel für die Leitung	41
8.4	Schlussfolgerungen und Zusammenfassung	41
9	Abschliessende Bemerkungen	43
10	Literaturverzeichnis	44

1 Einleitung

1.1 Wieso ich dieses Thema gewählt habe

Als ich im Jahr 2000 meinen ersten Clown-Kurs machte, war ich fasziniert: Welche Vielfalt, welche Kreativität und welche Spielfreude sind beim Experimentieren mit der roten Nase möglich! Ich war begeistert von den Begegnungen mit mir und mit anderen Frauen und Männern, die sich auch auf dieses Experiment eingelassen haben.

Als ich Psychodrama kennenlernte, ging es mir sehr ähnlich. Diese Arbeitsmethode berührte mich tief und liess mich viel Neues entdecken und entfalten. Auch hier konnte ich meine Kreativität, Spontanität und Lebendigkeit wecken und entwickeln. Und auch hier wurde die Arbeit durch Begegnungen mit anderen Menschen bereichert.

Meine Faszination für die Figur des Clowns hat einerseits damit zu tun, dass er das Kindliche in mir weckt. Viel spielen und geschehen lassen - das empfinde ich als grosse Wohltat! Andererseits erlaubt mir der Clown¹⁾, mein ganz Eigenes zu entdecken und zu zeigen. Er fordert mich sogar auf, meine "Masken" abzuziehen und meine Verletzlichkeit preis zu geben. Sowohl als Clownin wie auch als Protagonistin in einem Psychodrama werden mir eigene Anteile zugänglich, die sonst im Alltag oft verloren gehen.

Ich bin in einer jüdischen Familie aufgewachsen, in der viel Schwere spürbar war. Auf Grund ihrer Geschichte konnten meine Eltern wenig Leichtigkeit, Fröhlichkeit und wertfreies Sein zulassen. Sie waren geprägt durch die Kriegs- und Nachkriegszeit. Weder Ausgelassenheit und Jauchzen, noch Tränen und Wut waren willkommen.

Der Clown öffnete mir Türen. Er unterstützte mich in meinem Prozess der Befreiung und des Heilens. Der Clown gibt mir immer wieder die Erlaubnis, mein ganz Eigenes anzunehmen und zu zeigen. Sowohl das Leichte als auch das Schwere haben ihre Berechtigung.

Ich entschied mich immer wieder für Clown-Weiterbildungen, ohne Ambitionen, damit auf öffentlichen Bühnen zu stehen. Ich überlegte, wie ich die rote Nase in meiner Arbeit als Sozialpädagogin in der aufsuchenden Familienberatung integrieren könnte. In meinem Leben hinterliess die Clown-Arbeit immer mehr Spuren: Der Humor hilft mir, nicht in eine Opferhaltung oder in die Schwere zu versinken, sondern immer wieder über mich selbst lachen zu können.

Doch ich wollte das Gelernte auch in der Arbeit anwenden. Ich versuchte, die rote Nase in die Beratungsarbeit mit den Familien zu integrieren, fand aber keine zufriedenstellende Anwendung.

Zur gleichen Zeit steigerte sich mein Interesse an Psychodrama immer mehr. Nachdem es auch da zuerst ein Suchen nach mir und meinem Eigenen war, so wuchs immer mehr der Wunsch, diese Methode selber professionell anzuwenden. So entschied ich mich im Jahr 2004 für die Grundausbildung in Psychodrama. Schon damals hoffte ich, mit mehr Wissen und Erfahrung einen Weg zu finden, Clown-Arbeit und Beratungsarbeit verbinden zu können. "Vielleicht ist ja Psychodrama der Schlüssel dazu", dachte ich.

Die Arbeit mit Psychodrama faszinierte mich immer mehr und bald war klar, dass ich mich nach der Grundausbildung noch weiter in diese Methode vertiefen wollte. Nun, da ich die Oberstufenausbildung abschliesse und Psychodramaleiterin bin, möchte ich meine anfänglichen Gedanken und Ideen vervollständigen und in die Praxis umsetzen. Mein Interesse ist nach wie vor sehr gross, eine Kombination von beiden Methoden zu finden: Psychodrama und Clownarbeit. Es ist mein Wunsch, die rote Nase bei der psychodramatischen Bühnenarbeit einzusetzen. Um dies auf einer theoretischen und praktischen

1) Da meist von "DER Clown" gesprochen wird, übernehme ich in dieser Arbeit für den Clown die männliche Form. Die Rolle des Clowns kann selbstverständlich von einem Mann oder einer Frau übernommen und dargestellt werden. Der Einfachheit halber, um nicht immer die männliche und weibliche Form schreiben zu müssen, werde ich die anderen Personen, zum Beispiel "Protagonistin", in der weiblichen Form erwähnen. Auch da kann es sich natürlich gleichwohl immer um eine Frau oder einen Mann handeln.

Ebene auszuprobieren, zu hinterfragen und umzusetzen, habe ich mich für dieses Thema für meine Abschlussarbeit entschieden.

1.2 Ideen, Gedanken und Hypothesen

Im Clown steckt für mich die Sehnsucht, sich einfach zeigen zu dürfen: Alles ist akzeptiert, es gibt keine Wertung der Gefühle, Scheitern ist lustvoll und das Leben macht Spass. Dadurch entsteht eine Lebendigkeit, Leichtigkeit und Freude, die ansteckt und berührt. Es ist die Erlaubnis zum entspannten Sein.

In Clown-Kursen geht es darum, den eigenen Clown zu entdecken, die eigenen Lächerlichkeiten kennenzulernen und sich zu trauen, diese zu zeigen. Die Spielfreude steht dabei immer im Mittelpunkt. Das Ziel ist nicht, eine gute Schauspielerin zu sein, sondern Echtheit und Lebensfreude mit auf die Bühne zu nehmen und daraus ein Spiel zu entwickeln, das sich zeigen lässt. Dies ist keine einfache Arbeit, sondern braucht Mut und Ausdauer. Ein guter Clown hat viel an sich gearbeitet und verdient hohen Respekt. Er/Sie kennt sich sehr gut und hat sich nicht nur mit Bühnenstrategien und Schauspieltechniken auseinandergesetzt, sondern sich mit seinen/ihren Stärken und Schwächen, seinen/ihren Eigenheiten und Alltäglichkeiten beschäftigt.

Wie ist es nun möglich, diesen liebevollen, unbeschönigten und humorvollen Blick des Clowns ins Psychodrama zu integrieren? Welche Rolle kann die rote Nase, bzw. der Clown in einem Protagonistenspiel haben? Ist die rote Nase als Symbol für Humor und Leichtigkeit einsetzbar? Ist der Clown ein Rollenanteil, eine innere Stimme oder ein Archetyp? Wird er als Antagonist eingesetzt oder als Doppel für den Protagonisten?

Es interessiert mich mit dieser Abschlussarbeit rauszufinden, wie die Clownarbeit Psychodrama unterstützen kann. Es beschäftigt mich, ob es möglich ist, einen Rollentausch mit dem eigenen Clown zu machen. Welche Erfahrungen sind darin verborgen? Ich möchte ausprobieren wie es ist, wenn eine psychodramatische Szene mit der roten Nase gespielt wird oder die entstandenen Bilder einer Szene mit der roten Nase betrachtet werden. Welchen Einfluss hat es auf die eigene Sichtweise? Was kann daraus gelernt werden?

Meine Hypothese ist, dass sich die beiden Methoden gut kombinieren lassen. Ich erhoffe mir daraus sowohl eine Unterstützung bei der Entdeckung und Versöhnung mit Anteilen, die wir nicht so gerne an uns selber haben, als auch einen Gewinn für die Weiterentwicklung einer Clown-Figur. Der humorvolle Blick kann viel bewirken. Wie schön ist es doch, wenn wir über uns selber schmunzeln können!

1.3 Aufbau der Arbeit

Im ersten Teil dieser Arbeit werde ich über die Theorie des Psychodramas und anschließend über die Theorie des Clowns schreiben. Ich habe mir dabei diejenigen Themen ausgewählt, die mir im Zusammenhang von Clown *und* Psychodrama am wichtigsten erscheinen. Ich möchte die Gemeinsamkeiten herauschälen und dies dann als Grundlage bei der praktischen Anwendung mit einbeziehen.

Im zweiten Teil geht es dann um die praktische Arbeit. Ich habe 9 Kolleginnen und Kollegen zu einem Experimentierwochenende eingeladen. Dieses Wochenende ist in Kapitel 7 ausführlich protokolliert. Mein Ziel für das Wochenende war, meine Hypothesen zu überprüfen, meine Fragen mit Kolleginnen zu diskutieren und Methoden von Psychodrama und Clownarbeit praktisch zu verbinden.

Anschliessend habe ich dieses Wochenende ausgewertet und zusammengefasst, wie die rote Nase im Psychodrama verwendet werden kann. Diesen Teil meiner Arbeit ist beschrieben in Kapitel 8.

Theorieteil

2 Psychodrama

Inscription auf Jacob Moreno's Grab (Begründer des Psychodramas):

"Der Mann, der Freude und Lachen in die Psychiatrie brachte."

Psychodramatisches Gedicht ¹⁾

*Gestern war ich voller Jammer,
Heute spiel ich Psychodrama.
Gestern war das Leben Mist,
Jetzt bin ich Protagonist.
Ich brauche mich nicht zu verkleiden,
Nein, jetzt spiel' ich meine Leiden.*

*Um die Blockierung zu entriegeln,
Helfen andre mir durch Spiegeln.
Hab ich einmal einen Hänger,
Dann hilft mir der Doppelgänger,
Und durch einen Rollentausch,
Komm ich in 'nen tollen Rausch.*

*"Lass mich endlich jetzt in Ruhe,
Mit dem albernen Getue!"
Sage mutig ich und cool,
Zur Mutti auf dem leeren Stuhl.*

*Komme ich nach Hause dann,
Fängt das wahre Drama an.
Mutti nörgelt, Vati schreit,
Opa beginnt auch noch Streit,
Und erbärmlich jault der Kater.
Ach, das Leben ist Theater!*

Thomas Erlbach

Im Folgenden möchte ich ein paar relevante Themen des Psychodramas theoretisch erläutern. Es ist mir schwer gefallen, die Auswahl aus der Vielfalt zu treffen. Viele theoretische Hintergründe des Psychodramas haben Parallelen zur Clownarbeit. Es ist mir wichtig, einen guten Überblick zu ermöglichen, ohne ausschweifend zu sein.

2.1 Das kindliche Spiel und das Lachen

Jacob Moreno beschreibt in seiner Autobiographie die erste Psychodramasitzung, die er geleitet hat:

Er war 4 Jahre alt, besuchte eine jüdische Bibelschule, wo man ihm von Gott erzählte. Mit den Nachbarskindern spielt er das Gehörte nach: Ein Tisch mit mehreren übereinander geschichteten und notdürftig festgebundenen Stuhlreihen fungierte als Himmel, auf dessen Spitze der kleine Jacob in der Rolle Gottes Platz nahm. Von den unter ihm

1) aus: Therapeutischer Humor; M. Titze u. C.T. Eschenröder

kreisenden Engeln gefragt, ob er nicht auch fliegen wolle, breitete Jacob die Arme aus ... und landete wenig später mit gebrochenem Arm auf dem Fussboden. ¹⁾

Hier ein Zitat aus einem fiktiven Vorwort Morenos ²⁾: "Ich habe von 1889 bis 1974 gelebt und bin die "Mutter" (oder der "Vater") des Rollenspiels. Mein Kollege Sigmund Freud wurde berühmt, weil er die Leute auf die Couch legte und sich mit ihrer Vergangenheit und ihren Träumen beschäftigte. Ich bin einen anderen Weg gegangen: Ich liess meine Klienten aktuelle Probleme szenisch darstellen und auf der Bühne auch gleich eine Probe davon ablegen, wie sie in der Zukunft damit umgehen könnten. Im Rollenspiel lernten die Klienten, ihre bisherige Einstellung und ihr Verhalten aus einer anderen Perspektive zu betrachten und neues Verhalten auszuprobieren und einzuüben. Es bringt doch nichts, ständig über die Vergangenheit zu grübeln; vielmehr sollten wir uns mit der Zukunft beschäftigen und dabei auch Spass haben. Mein grösster Verdienst: Ich habe den Humor in die Psychotherapie eingeführt. Über sich selbst lachen zu können ist eine der grössten Errungenschaften der Menschheit!"

Ein Spiel, das alle Kinder kennen, heisst "so tun als ob". Kinder verwandeln sich in Ritter, Prinzessinnen, die Kindergärtnerin, den Polizisten oder in eine Märchenfigur. Sie machen Rollenspiele und sind manchmal auch verschiedene Figuren gleichzeitig, d.h. sie wechseln z.Bsp. spielend von der "strengen Mutter" zum "frechen Kind". Moreno entwickelte Psychodrama unter anderem durch das Beobachten und Reflektieren dieser Rollenspiele.

Psychodrama lädt Erwachsene ein, nochmals in diese spielerische Welt einzutauchen. Obwohl Psychodrama auch sehr ernsthaft ist und Heilungsprozesse oft schmerzhaft sind, bietet das (kindliche) Spiel Leichtigkeit an.

2.2 Die Bedeutung der Bühne

Moreno hat die Psychodrama-Methode aus Theaterexperimenten entwickelt. Insofern ist es nicht erstaunlich, dass die Bühne ein wichtiges Grundelement des Verfahrens ist. Die Bühne ist der Spielraum für's Psychodrama. Mit dem Benennen der Bühne entsteht eine klare Trennung zwischen Spiel und Realität. Es muss keine richtige Theater-Bühne vorhanden sein. Wichtig ist, dass die Bühne als solche gezeigt und begrenzt wird, und die Abgrenzung zum "Publikumsraum" und damit zur Realitätsebene klar ist. Die Bühne bildet einen schützenden Raum, der während des Spiels gewahrt bleiben muss. Für die Protagonistin ist die Bühne der Schnittpunkt zwischen innerer und äusserer Welt.

Moreno beschreibt die Bühne auch als erstes Werkzeug. Sie umgibt die Protagonistin "mit einem mehrdimensionalen und äusserst beweglichen Lebensraum. Im oft engen und beengten Lebensraum der Wirklichkeit kann er (sie) leicht das Gleichgewicht verlieren. Auf der Bühne kann er (sie) es auf Grund der Methodologie der Freiheit wieder finden - Befreiung von unerträglichem Druck und Freiheit für Erlebnis und Ausdruck. Der Bühnenraum ist eine Erweiterung des Lebens über die Realitätsprüfung des Lebens selbst hinaus." ³⁾

2.3 Die Kreativität und Spontaneität

Der gesunde Mensch zeichnet sich für Moreno durch Spontaneität und Kreativität aus. Ein Modell für einen kreativen und spontanen Menschen ist einerseits das Kind, andererseits die Protagonistin auf der Bühne. Moreno sieht im konstruktiven Umgang mit Spontaneität und Kreativität die entscheidende Möglichkeit des Menschen, den Anforderungen seiner Umwelt durch "kreative Anpassung" zu begegnen. Wenn ein Mensch den Zugang zu diesen Kräften nicht mehr hat, kann dies zu psychischen und sozialen Fehlentwicklungen führen. Ein wichtiges Anliegen des Psychodramas ist daher die Freisetzung und Integration von Spontaneität und Kreativität. "Konstruktives spontanes Handeln ist zustande

1) aus: Psychodrama; v. Ameln, Gerstmann, Kramer

2) Stellen Sie sich vor, Sie sind ...; Roger Schaller

3) J.L. Morenos Werk in Schlüsselbegriffen; Ch. Hutter, H. Schwehm (Hrsg.)

gekommen, wenn die Protagonistin für eine neue oder bereits bekannte Situation eine neue und angemessene Reaktion findet." ¹⁾

2.4 Die Rolle

"Die Rollentheorie ist eine der Errungenschaften Morenos. Sie fungiert im Psychodrama als wichtiges diagnostisches und normatives Modell. Der Rollenbegriff beschreibt bei Moreno ein soziokulturell vorgegebenes Handlungsmuster, das aber gewisse individuelle Gestaltungsspielräume aufweist. Jeder Mensch spielt in unterschiedlichen Kontexten verschiedenen Rollen, die gemeinsam seine Identität ausmachen: Das Selbst entsteht aus Rollen." ²⁾

Moreno unterscheidet zwischen:

- Rollenübernahme: eine vorgegebene Rolle wird vollständig übernommen, ohne individuelle Freiheit oder Variation.
- Rollenspiel: eine vorgegebene Rolle wird gespielt und kann in einem bestimmten Masse selber gestaltet werden.
- Rollenkreation: eine Rolle wird spontan neu erfunden und frei gestaltet.

Das psychodramatische Handeln ist an Rollen gebunden. Daraus leiten sich andere wichtige Techniken ab, wie zum Beispiel der nachfolgend beschriebene Rollenwechsel.

2.4.1 Der Rollenwechsel, die Rollenübernahme

"Der Begriff "Rollenübernahme" wurde von G. H. Mead (1934) geprägt und bezeichnet die Fähigkeit, sich selbst an die Stelle einer anderen Person zu versetzen und sich deren Gedanken und Gefühle bewusst zu sein. Diese Fähigkeit ermöglicht es den Menschen, die Befindlichkeit, Wünsche und Ziele einer anderen Person zu erkennen und das eigene Verhalten entsprechend auszurichten. Die Rollenübernahme bezieht sich auf kognitive wie affektive Aspekte einer Rolle." ³⁾

Beim *Rollentausch*, in Abgrenzung zur *Rollenübernahme* oder zum *Rollenwechsel* (so die Begriffe von Moreno), tauschen zwei Personen ihre Rolle, z.Bsp. A wird zu B und B wird zu A. Der Rollentausch gilt als wichtigste Technik des Psychodramas. In Gruppen findet der Rollentausch häufig statt: Die Protagonistin A wechselt in der Szene in die Rolle eines Interaktionspartners B und diese Person B übernimmt vorübergehend die Rolle der Protagonistin A. Später wird dann wieder zurückgetauscht.

Bei der *Rollenübernahme* oder dem *-wechsel* tauscht die Protagonistin den Platz mit einem Symbol oder Objekt und fühlt sich am neuen Ort und in der neuen Rolle in die Situation ein. Anschliessend wechselt sie wieder zurück. Dieses Vorgehen ist im Einzelsetting sehr häufig. Die Protagonistin wechselt z.Bsp. in die Rolle des Traumhauses oder des Chefs und spricht aus dieser Rolle ein paar Sätze. Anschliessend wechselt sie zurück in ihre eigene Rolle. So kann auch ein Wechsel mit einem inneren Anteil der Protagonistin gemacht werden, den sie näher kennenlernen möchte: Zum Beispiel kann sie einen Wechsel machen mit "der Mutigen" und aus dieser Rolle etwas über sich sagen.

Ziele des Tauschens oder Wechsels sind, eine neue Rolle den anderen Anwesenden vorzustellen, Empathie und Verständnis für einen Interaktionspartner zu erhöhen, ein Feedback über das eigene Verhalten zu bekommen, die Bedeutung von Symbolen, inneren Anteilen oder anderen symbolischen Rollen zu erforschen, Abwehrhaltungen und festgefahrene Situationen aufzulockern oder das Muster des Zusammenspiels der Interaktionspartner zu erkennen und neu zu gestalten.

1) Moreno, aus: Psychodrama; v.Ameln, Gerstmann, Kramer

2) Psychodrama; v.Ameln, Gerstmann, Kramer

3) Stellen Sie sich vor, Sie sind ...; R. Schaller

2.5 Das Doppel

"Bei der klassischen Variante der Doppeltechnik stellt sich eine Teilnehmerin oder die Leiterin hinter die Protagonistin und spricht aus ihrer Rolle heraus (d.h. in der Ich-Form) Gedanken oder Gefühle aus, die sie bei der Protagonistin zu erkennen glaubt, die diese aber nicht äussert. ... Diese Technik wird eingesetzt, um die Protagonistin zu stützen und/oder sie zur Selbstexploration anzuregen." ¹⁾ Ebenso kann das Ziel des Doppels sein, verschiedene Persönlichkeitsanteile der Protagonistin herauszuarbeiten oder Widerstände und Abwehrhaltungen aufzulösen.

Die Doppeltechnik macht sich den Umstand zu nutze, dass Aussenstehende häufig eine Einfühlung für Gefühle und Motive der Protagonistin haben, für die diese selbst einen "blinden Fleck" hat. Zudem kann die Protagonistin mit neuen Ideen überrascht werden, diese für sich hinterfragen und dann entscheiden, ob sie etwas davon übernehmen möchte oder nicht.

2.6 Der Spiegel

Bei der Spiegeltechnik schaut die Protagonistin zusammen mit der Leiterin vom Bühnenrand einer Szene zu, die die Protagonistin zuvor selber gespielt hat. Währenddem die Protagonistin zuschaut, übernimmt vorübergehend ein Hilfs-Ich ihren Platz.

Diese distanziertere Aussenposition kann der Protagonistin ermöglichen, Aspekte zu erkennen, die ihr aus der Innenwahrnehmung nicht sicht- und spürbar waren. Der andere Blickwinkel hat eine neue Qualität und kann Widerstände aufbrechen.

2.7 Das Maximieren

"Der Begriff Maximierung bezeichnet die bewusste und zielgerichtete Übersteigerung derjenigen Momente eines Psychodrama-Spiels, die die emotionale Dynamik des Spiels tragen. ... Die Maximierung wird in der Regel eingesetzt, um durch Einschieben erhöhter Widerstände ein kathartisches Erleben einzuleiten." ²⁾

Eine Maximierung besteht z.Bsp. darin, dass die Protagonistin auf einen Stuhl steht und von dort aus weiter spielt. Eine andere Möglichkeit ist das Verstärken der Lautstärke und/oder der Körperbewegungen, d.h. ein bestimmtes Element der Inszenierung wird verstärkt. Es können auch Gefühle "vergrössert" werden.

Ziel ist, aus einer Starre oder Sackgasse rauszukommen, eigene Bedürfnisse und Ziele zu erkennen, eine neue Sichtweise zu erlangen oder eine Veränderung zu ermöglichen und dadurch handlungsfähig zu werden.

1) Psychodrama; v.Ameln, Gerstmann, Kramer

2) Psychodrama; v.Ameln, Gerstmann, Kramer

3 Der Clown

Clown-Gedicht ¹⁾

*Komm, spiel den Clown auf der Bühne der Welt,
aber spiel nicht nur das, was den Leuten gefällt.*

*Steig aus dem Schiff und geh übers Meer,
tanz aus der Reihe und spring einmal quer.*

*Schwing dich zum Flug auf den wilden Schimmel,
fahr aus der Haut und flieg in den Himmel.*

*Gegen den Strom schwimm zurück zur Quelle,
sei doch beweglich wie eine Welle.*

*Zeig ohne Maske dein wahres Gesicht,
und bring die Wahrheit ans Tageslicht.*

Reinhard Bäcker

3.1 Die Bedeutung des Clowns

Das Wort "Clown" stammt aus dem Englischen und erschien um 1850 erstmals als Bezeichnung für einen Manegenkomiker. Damals war die Aufgabe des Clowns, zwischen den Darbietungen das Publikum zum Lachen zu bringen und/oder die Umbaupausen zu füllen. Der grösste Teil der Literatur ist sich über diese Herleitung einig.

Daneben weisen aber andere etymologische Wörterbücher darauf hin, dass der Begriff des Clowns schon im Theater zur Zeit Shakespeares erstmals erschien. Demnach soll der Clown im 16. Jahrhundert als Bezeichnung für komische Bühnengestalten gebraucht worden sein, die die bürgerlichen Verhaltensmuster verliessen.

Eine dritte Quelle besagt, dass "der Clown" im spätmittelalterlichen England entstand. Damals war ein Clown eine abfällige Bezeichnung für Personen niederer Abstammung, deren Verhalten nicht den Konventionen entsprach. Erst später sei der Begriff auch für Schauspieler benutzt worden, die auf der Bühne rüpelhaftes Fehlverhalten nachahmten. Demzufolge ist sein Ursprung weder mit Bühnen- noch mit Manegenkomikern zu verbinden.

Wie dem auch sei: Der Clown hatte die Aufgabe, gewohnte Bahnen zu verlassen, Spannung im Publikum abzubauen, Unernst und Unvernunft zu zeigen und damit eine heilsame Wirkung zu erzeugen. "Seine Befassung mit dem vermeintlich Unwesentlichsten befreit vom Befangensein in persönlichen Belangen und Belanglosigkeiten. In ihm triumphieren Lebenslust und Lebensmut, denn so oft der Clown auch scheitern mag, er verzweifelt nie. Nach jedem Stolpern erhebt er sich doch immer wieder. Er gibt niemals auf, und deshalb gibt er sich nicht auf." ²⁾

"Der Clown ist keine Rolle, die man spielt, sondern er entsteht auf der Basis des persönlichen Erlebens und der eigenen Erfahrungen. Das unterscheidet den Clown von einem Schauspieler. Ein Schauspieler bekommt eine Rolle und spielt diese, ein Clown entwickelt seine eigene Figur und erweckt sie zum Leben." ³⁾

1) Ursprung unbekannt

2) Faszination Clown; A. Fried u. J. Keller

3) Der Clown in der sozialen und pädagogischen Arbeit; Schilling, Muderer

3.2 Der Narr und der Clown

Was ist der Unterschied zwischen dem Clown und dem Narren?

Der Narr wurde schon viel früher, in der Renaissance ab 15. Jahrhundert, zum ersten Mal erwähnt. Sehr bekannt ist der Hofnarr. Es hat ihn als Spaßmacher und als Symbol eines weisen Spiegels der Macht eines Königs gegeben.

David Gilmore¹⁾ hat einiges dazu geschrieben. Geschichtlich und in der Praxis gibt es viele Varianten und Überschneidungen. Es fällt oft schwer, zwischen den beiden „Figuren“ zu unterscheiden. Der Narr stellt die Wahrheitssuche und die Freiheit an die höchste Stelle. Er stellt durch sein Spiel grundsätzliche Fragen an unsere Ehrlichkeit und an die Ehrlichkeit derer, die behaupten, sie wüssten was Wahrheit und was richtig, bzw. was falsch ist. Der Clown ist der Spieler, der uns durch seine Spiele und Possen zum Lachen bringen will. Wir verbinden ihn mit der roten Nase und mit der kindlichen Lust am Spiel. Das Lachen, das er erzeugen will, verbindet, erfreut und befreit.

Nach David Gilmore lebt der Narr im Alltag, der Clown auf der Bühne oder in der Manege. Der Narr fällt im Alltag durch sein Verhalten, seinen Witz, durch sein „Scheitern“ oder „Anderssein“ auf, durch seinen Intellekt oder durch seine Bereitschaft mit Wahrheiten zu schockieren. Der Narr und der Clown sind bereit, den eigenen Katastrophen und dem eigenen Schatten geradewegs ins Auge zu schauen. Der Clown hat die Aufgabe, Menschen zum Lachen zu bringen, sie durch sein Spiel zu erfreuen. Der Narr gilt oft als „verrückt“, der Clown als „Kindskopf“, der sich durch seine Kleidung zu erkennen gibt. Der Narr kann auch im Verborgenen wirken und widersprüchlich sein.

Mir gefällt die Idee, dass der Clown und der Narr Aspekte des ganzen Menschen sind, zugleich alter Weiser, Wahrheitssucher, wie auch spielendes Kind. Wissend und vertrauend folgt er seinem Weg einzig mit der Stimme des Herzens. Was als Irrfahrt erscheinen mag, ist in Wahrheit Pilgerschaft, denn er weiss sich zur rechten Zeit am rechten Ort - und weiss er es nicht, so beherrscht er die Kunst tiefen Vertrauens.

3.3 Die Bedeutung des Clowns in unserer Gesellschaft

"Der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Wortes Mensch ist, und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt." Schiller

Wenn wir irgendwo einem Clown begegnen, zieht er unseren Blick an. Meist genügt dieser Blick, um Gefühle in uns wach zu rufen. Oft sind dies Neugierde, Offenheit oder Freude, die wir im Moment zuvor vielleicht noch nicht gespürt haben. Die Figur des Clowns erinnert uns an unsere kindliche Seite und vermittelt damit Leichtigkeit.

Der Clown erlaubt sich, sich "ungeschminkt" zu zeigen. Indem wir daran Anteil nehmen dürfen, schenkt er uns Freude. Spontanes, authentisches Lachen ist ein natürlicher Ausdruck von Wohlbefinden und Lebensfreude. Durch die Offenheit des Clowns, auch wenn wir in ihm etwas sehen, das uns fremd ist - oder gerade *weil* uns etwas fremd ist - bekommen wir Zugang zu unseren Gefühlen. Die Faszination liegt oft darin, dass wir eine (versteckte) Sehnsucht haben, die uns gespiegelt wird.

Der Clown mit seinem Humor will durch sein Infragestellen von Sinninhalten und Verursachung von Chaos dem Menschen einen Spiegel vorhalten. Er stellt gerne die Wirklichkeit auf den Kopf, nicht in der Absicht, Anarchie zu erzeugen, sondern um dem Menschen eine Neubesinnung anzubieten. Der Clown kennt keine Tabus.

Ich erinnere mich an eine Aufgabe, die ich in meiner ersten Clown-Ausbildung bei David Gilmore bekommen habe: Wir mussten uns an einem viel frequentierten, öffentlichen Ort hinstellen, die rote Nase anziehen, und den (fremden) Leuten in die Augen schauen. Dies brauchte viel Mut, hat sich aber gelohnt. Es war eindrücklich zu beobachten, wie die Menschen sich in ihrem Ausdruck veränderten. Viele lächelten, einige blieben

1) Der Clown in uns; D. Gilmore

neugierig stehen, andere schauten beschämt weg. Doch immer war klar: Ich bewirke etwas in diesen mir fremden Menschen, indem ich da bin, ohne spezielle Handlung oder Worte, sondern einfach mit meinem Blick Kontakt aufnehmend.

3.4 Der Clown auf der Bühne oder in der Manege

Im Zirkus reicht die Bedeutung des Clowns vom Lückenbüsser und Prügelknaben bis hin zur Hauptnummer der ganzen Vorstellung. Hinter dem, der da so tut, als ob er keine zwei Schritte gerade gehen könnte, steckt oft ein vollwertiger Akrobat. Daneben gibt es Musikclowns, Sprechclowns, pantomimische Clowns und Dressurclowns.

Wir alle kennen beliebige Clowns aus Filmen, von der Bühne oder der Manege: Grock oder Charlie Rivel, aber auch Charlie Chaplin, Laurel und Hardy, Buster Keaton oder die Marx Brothers gehören für mich in die Reihen der Clowns. Massgebend ist nicht, ob sie eine rote Nase tragen, sondern wie sie sich zeigen und was sie in uns auslösen.

Der Clown nutzt die Bühne oder Manege, um sich zu zeigen. Er hat keine Selbstzweifel, er spielt aus voller Überzeugung und lädt andere ein, ihm zuzuschauen. Auch der scheue Clown möchte gesehen werden. Er sucht den Kontakt zu den Menschen, freut sich über ihre Reaktionen, möchte sie im Herzen berühren und zum Lachen bringen. Ohne Bühne bzw. ohne Publikum, ist der Clown kein Clown.

3.5 Der Clown im professionellen Arbeitsfeld

In den letzten Jahren wurde der Clown als Unterstützung im Alltag neu entdeckt: Spitalclowns werden eingesetzt, um vor allem Kindern mit chronischen Krankheiten Freude in ihren oft schwierigen und schmerzvollen Alltag zu bringen. Auch in der Altenpflege gibt es professionelle Clowns, die im Pflegeheim anwesend sind und Kontakt mit den alten Menschen aufnehmen. Sie sollen Freude, Lachen und Abwechslung in den Alltag bringen und die letzte Lebenszeit, die manchmal von düsteren Gedanken und schmerzvollem Abschied geprägt ist, erleichtern.

Lach-Yoga wird in Europa immer bekannter. Es stammt ursprünglich aus Indien. Diese Art von Lachtherapie vertraut darauf, dass wir unbegründetes Lachen üben können und dass Lachen glücklich macht. In Gruppen wird mit Atem- und Lachübungen das Zwerchfell aktiviert.

Auch im therapeutischen Kontext wird der Humor oft bewusst eingesetzt. Frank Farrelly begründete die provokative Therapie, Michael Titze und Bernhard Trenkle haben einige Bücher über Humor in der Therapie veröffentlicht, und es findet regelmässig ein Humor-kongress statt, an dem viel über den Humor in Beratung, Pflege und Therapie gesprochen wird. Näheres dazu folgt im Kapitel "Humor".

3.6 Die Bedeutung der Roten Nase

David Gilmore, einer meiner Clown-Lehrer, gab uns folgende Empfehlung: bevor wir die Bühne betreten und vor's Publikum stehen, sollen wir den eigenen Namen ausatmen, dann einatmen und die Clownnase anziehen. Das heisst, die rote Nase unterstützt den Rollenwechsel, das Atmen bringt Energie und stellt den Selbstkontakt her. Wenn ein Clown ganz bei sich ist, schaltet er den Kopf aus und lässt sich auf das Unvorhersehbare ein. Das Anziehen der Nase ist ein Ritual das hilft, sich bewusst auf den Wechsel einzulassen und das Alte loszulassen. Die Nase wird zu einem Spielpartner, einem "Erlauber": Mit der roten Nase darf man Dinge tun, die man sonst nicht machen würde. Die rote Nase ist das kleinste Kostüm für den Clown; eine neue Welt entsteht, alles ist möglich.

3.7 Wenn Clowns sich begegnen

Es gibt einige Clowns, die alleine auftreten. Sie entwickeln ein Solo-Clownstück und können alleine ein ganzes Theater- oder Manegenpublikum berühren oder sogar begeistern. Andere Clowns treten als Duo auf. Dann haben beide Clowns eine eigene "Figur" entwickelt, die zusammen mit der Anderen eine spezielle Dynamik beinhaltet (z.Bsp. Laurel und Hardy alias Dick und Doof). In Clown-Kursen wird beides geübt: alleine auf der Bühne sein und damit auch alleine verantwortlich sein für das was auf der Bühne geschieht, oder zu zweit, oder mehrere Clowns.

Die Begegnungsmöglichkeiten von Clowns sind vielfältig, doch es gibt ein paar Muster, die häufig auftreten und bewusst von professionellen Clowns genutzt werden. Wichtig ist bei allen Abläufen oder Rollenteilungen, dass ein Clown auf der Bühne dem Anderen Raum gibt. Das Zusammenspiel ist den beiden sehr wichtig. Es darf nicht um Konkurrenz oder Rivalität gehen, sondern es muss ein Spiel bleiben. Sehr wohl wird gerne mit dem Thema Konkurrenz gespielt, doch immer zugunsten des Zusammenspiels, nicht um zu gewinnen.

3.7.1 Der Dumme August und der Weissclown

Sehr bekannt sind "Der dumme August" und der "Weissclown". Der dumme August gilt als Rüpel, Töpel, Hanswurst und alle Varianten von Tolpatsch; er ist ein spielendes Kind. Der Weissclown heisst so, weil sein Gewand und seine Maske üblicherweise weiss sind. Er macht sich gerne breit, möchte bewundert werden, befiehlt gerne und ist eitel. Deswegen wird seine Direktheit und Unbekümmertheit im andern konfrontiert mit Unberührbarkeit und Vorauswissen. Die Beiden sind oft im Zirkus anzutreffen, doch ihr Muster kennen wir auch aus dem Theater, aus dem Film (hier sei nochmals auf Laurel und Hardy verwiesen) und auch im realen Leben finden sich immer wieder Paare, die sich nach diesem Muster begegnen.

Das Muster bei zwei Clowns ist oft, dass einer vernünftig und wissend erscheint, der andere hingegen ist dumm und naiv. Der Weissclown befiehlt, der Andere macht was der Weissclown will, hintergeht ihn jedoch heimlich. Wie ein Kind spielt er mit dem Weissclown. Nur das Publikum sieht, wer hier eigentlich der "Cleverere" ist. Mit diesen Kontrasten lässt sich wunderbar spielen: Der Chef und der "Unterhund", der Grosse und der Kleine, der Gescheite und der Dumme, sie alle bieten viel Stoff für den Clown.

"Wie das Es und das Über-Ich, so liegen auch August und Weissclown nur bei oberflächlicher Betrachtung in Widerstreit. Auf einer tieferen Ebene kooperieren beide und nehmen wesentliche Funktionen füreinander wahr. Wie beide nebeneinander auf der Bühne stehen, will es uns scheinen, dass das komische Paar von Kind und Erwachsenem gebildet wird. Der August mit seinem vermehrten Bewegungsaufwand bei herabgesetztem Denkaufwand geht ausprobierend seiner Neugier, seinen Gelüsten und Vorlieben nach, unerzogen und unverletzt - aber unverletzlich? Was, wenn dieses Kind schutzlos einer grösseren Masse von Menschen ausgesetzt wäre? Im Weissclown ist ihm einer beigegeben, der alles von vornherein besser weiss und aufpasst. Er hat die Welt einzuschätzen gelernt und nähert sich ihr daher mit der gebotenen Vorsicht. Die möglichen Reaktionen auf einen, der ausgeliefert ist, sind ihm hinlänglich bekannt. So sehr er den August bisweilen nasführt, zum Dummen macht und auflaufen lässt, lässt er ihn doch selten allein, und wenn, dann ist es der Weissclown, der hinterm Vorhang bereitsteht, jederzeit für seinen August in die Bresche zu springen, falls ihm das Publikum gar zu übel mitspielen wollte." ¹⁾ Insofern können wir uns auch mit beiden identifizieren.

1) Faszination Clown; A. Fried u. J. Keller

3.8 Was es in Clownkursen zu lernen gibt

Ein Ziel während einer Clown-Ausbildung muss immer sein, in unserem Körper zu leben, so wie er ist und uns und andere Menschen anzunehmen, so wie wir sind, auch mit unseren vermeintlichen Schwächen. Es geht darum, unsere Selbstbilder und Vorstellungen vom Leben als Spielmaterial anzusehen. Erwachsene lernen, sich wieder auf das kindliche Spiel einzulassen.

Es gibt inzwischen einige Clownsschulen weltweit. Die Motivation, weshalb sich jemand zum Clown ausbilden lässt, ist unterschiedlich. Für alle ist es eine Entdeckungsreise, die manchmal auch auf professionelle Bühnen führt. Viele entscheiden sich aber auf dieser "Reise" dafür, den Clown als Medium zu nutzen, um bedürftige Menschen zu erreichen und ihnen Freude zu schenken, sei es Kindern oder Erwachsenen. Was für alle gilt: Niemand wird darum herum kommen, sich auf diesem Weg intensiv mit sich selber zu beschäftigen.

Ein wichtiger Teil in Clownkursen ist die Arbeit am eigenen Körper. Es ist wesentlich, ihn zu kennen, um ihn dann auch zu nutzen. Es geht nicht um Akrobatik oder Gymnastik, sondern um unsere Eigenheiten und Lächerlichkeiten. Wie bewege ich mich? Wie gehe ich, sitze ich, renne ich? Welche Mimik gibt es in meinem Gesicht? Wie verhalten sich Hände, Füße, Schultern etc. in Bezug auf meine Bewegungen und meine Mimik? All dies wird ausprobiert und erforscht. Wenn der Clown eine Verspannung spürt, verspannt er sich noch mehr, er verschreibt sich seine Symptome. Er versucht nicht, den Schmerz weg zu bekommen, sondern er spielt damit und beobachtet, was sich dabei verändert. Mit der Neugierde kleiner Kinder wird verkleinert, vergrößert, verunstaltet. Es darf lächerlich aussehen - doch es soll authentisch bleiben. Und meist kommt die erfreuliche Entdeckung auf der "Reise" dann, wenn man sie am wenigsten erwartet hat.

3.8.1 Kreativität und Spontanität beim Clown

Kreativität und Spontanität sind für den Clown sehr wichtig. Gewohnte Bahnen sollen verlassen, und alle Sinne angeregt werden, damit Neues Platz bekommt und staunen lässt. Überzeichnen, steigern und verzerren von Bewegungen, Handlungen oder mit der Stimme sind gute Mittel, um sich selbst und andere überraschen zu können. Gegensätze werden ausprobiert, sowohl körperlich wie auch emotional. Die Bewegungen werden mit Emotionen gefüllt, die sich dann plötzlich ändern dürfen: von langsam zu schnell, von traurig zu wütend, von spitz zu rund, von König zu Untertan, etc.. Scheitern ist erwünscht und soll Spass machen.

Gleichzeitig ist es wichtig zu üben, dass das "Nichts" auch gut ist. Allein auf der Bühne stehen, ohne spezielle Handlung oder Ziel, offen und durchlässig sein, Veränderungen wahrnehmen und zeigen, reagieren ohne Wertung, das sind anspruchsvolle und sehr bereichernde Übungen.

Neben dem Spiel alleine wird auch zu zweit, zu dritt oder noch mehr gespielt und improvisiert. Es gibt die Zwillinge, den Komplizen, oder das Paar. Beim Paar spielt meistens je einer im Hoch- bzw. Tiefstatus.

Wie auch immer: Der Clown nutzt alles, was er zur Verfügung hat. Er hat keinen Plan und kein Konzept, an dem er scheitern könnte. Er wertet nicht. Seine Kreativität ist keinen Tabus unterstellt, seine Spontanität kennt keine Grenzen.

Mir persönlich gefällt es am besten, wenn es keine grossen Aktionen braucht, sondern die Faszination im Kleinen, Einfachen versteckt liegt.

Mit Hilfe von Kreativität und Spontanität kann ein Mensch sein "Rollenkorsett" aufbrechen oder ablegen und gewinnt mehr Lebendigkeit. Und wenn es gelingt, Menschen zum Lachen zu bringen, lockern sich nicht nur die eigenen Rollen und festen Meinungen.

4 Der Humor

4.1 Was ist Humor?

4.1.1 Definition und Zitate ¹⁾

"Humor ist die Fähigkeit oder Gabe, der Unzulänglichkeit der Welt und des Menschen, den Schwierigkeiten und Missgeschicken des Alltags mit heiterer Gelassenheit zu begegnen." So definiert es der Duden ²⁾.

"Zehn mal musst du lachen am Tage und heiter sein: sonst stört dich der Magen in der Nacht, dieser Vater der Trübsal." Friedrich Nietzsche ³⁾

»Der Humor ist der Regenschirm der Weisen." Erich Kästner

"Der Humor nimmt die Welt hin, wie sie ist, sucht sie nicht zu verbessern und zu belehren, sondern mit Weisheit zu ertragen." Charles Dickens

"Humor ist, wenn man trotzdem lacht." Otto Julius Bierbaum (1865-1910)

"Humor ist das Öl in unserer Lebenslampe." Holländisches Sprichwort

"Die Phantasie tröstet die Menschen über das hinweg, was sie nicht sein können, und der Humor über das, was sie tatsächlich sind." Albert Camus

"Humor ist der Knopf, der verhindert, dass uns der Kragen platzt." Joachim Ringelnatz

"Humor ist: Mit einer Träne im Auge lächelnd dem Leben beipflichten." Friedl Beutelrock (1889 - 1958), deutsche Schriftstellerin

4.1.2 Die Wirkung von Humor

Zerrspiegel im Spiegellabyrinth lösen ein Lachen über uns selber aus. Wir sehen uns verzerrt, verkleinert, vergrößert, sehr dick oder sehr dünn - und lachen über uns selber. Durch Humor und das Lachen bekommt man Distanz zur eigenen Verbohrtheit. Lachen hat etwas Versöhnliches.

Michael Titze zitiert Freud ⁴⁾: "Der Humor hat nicht nur etwas Befreiendes wie der Witz und die Komik, sondern auch etwas Grossartiges und Erhebendes, welche Züge an den beiden anderen Arten des Lustgewinns aus intellektueller Tätigkeit nicht gefunden werden. Das Grossartige liegt offenbar im Triumph des Narzissmus, in der siegreich behaupteten Unverletzlichkeit des Ichs. Das Ich verweigert es, sich durch die Veranlassungen der Realität zu kränken, zum Leiden nötigen zu lassen, es beharrt dabei, dass ihm die Traumen der Aussenwelt nicht nahe gehen können, ja es zeigt, dass sie ihm nur Anlässe zu Lustgewinn sind. Dieser letzte Zug ist für den Humor durchaus wesentlich."

Gardi Hutter, eine schweizer Clownin, hat gesagt: "Der Humor hat die Aufgabe, die Wirklichkeit erträglicher zu machen, das Leben nicht aus leidender Perspektive, sondern aus einer sich selbst gewährenden Autonomie zu betrachten. Humor haben, ist eine wenig "opfervolle" Haltung. Man sieht zwar die Schwierigkeiten, die Tragik, doch man lernt, damit umzugehen, kann sich davon befreien. Humor gibt einem das Gefühl, trotz aller Widrigkeiten, gerne und gut leben zu wollen. Den Unterschied zwischen Komik und Tragik liegt darin, dass die Tragik im Schmerz drinnen ist, die Komik hingegen den Schmerz sieht - aber sie sieht ihn hinter sich oder vor sich." ⁵⁾

Noni Höfner hat geschrieben ⁶⁾: "Humor und Witze zu machen, ist nicht das gleiche, es gehört nicht einmal unbedingt zusammen. Witze provozieren Gelächter, aber Humor ist

1) Einige Zitate stammen aus dem Internet, es können keine genaueren Quellen angegeben werden.

2) Duden Fremdwörterbuch

3) Also Sprach Zarathustra, Friedrich Nietzsche

4) Therapeutischer Humor, M. Titze u. C.T. Eschenröder

5) Humor; Gespräche über Komik, das Lachen und den Narren; Dimitri u. C. Lanfranchi

6) Das wäre doch gelacht! Humor und Provokation in der Therapie; E. Höfner u. H. Schachtner

eine Geisteshaltung. ... Eines der wesentlichsten Merkmale des Humors ist, dass er uns befähigt, das Absurde an einer Sachlage zu erkennen und sich davon nicht unterkriegen zu lassen, sondern darüber zu lachen."

Es ist wesentlich einfacher, bei Anderen das Absurde oder Komische zu entdecken und sich darüber zu freuen als bei sich selber. Mit uns selber sind wir oft sehr streng und haben nicht genügend Distanz, um das Komische zu sehen. Wenn es uns gelingt, über uns selber zu schmunzeln oder sogar zu lachen, befreien wir uns aus einer Zwangsjacke, gewinnen Freiräume und mehr Lebensqualität. Wir verlieren Hilflosigkeit und Resignation und erhalten die Freiheit zum Handeln.

Humor selbst löst keine Probleme, aber er ändert die Einstellung zu diesen und bietet insofern Hilfe zur Problemlösung. Durch den humorvollen Blick gehen wir ein bisschen auf Distanz und werden (wieder) handlungsfähig. Insofern kann man Humor als Lebenskraft verstehen.

5 Das Gemeinsame von Psychodrama und Clownarbeit

Beim Schreiben der Theorie über Clown und Psychodrama sind mir einige erwähnenswerte Parallelen aufgefallen.

5.1 Gemeinsame Intentionen

- **Förderung von Kreativität und Spontanität**

Beide, Psychodrama und Clownarbeit haben zum Ziel, die Kreativität und Spontanität des Menschen zu wecken und zu entwickeln. Beide sehen es als grosse Lebensqualitätssteigerung an, einen guten Zugang zur eigenen Kreativität und Spontanität zu haben.

- **Das Spielen**

Die wichtigste Mittel zum oben genannten Ziel, ist das Spiel.

Psychodrama will durch das Spiel Menschen in ihrer Kreativität unterstützen, um Neues zu entdecken, neue Sichtweisen zu entwickeln und mehr Lebensfreude zu gewinnen.

Der Clown will spielen. Er will spielen ohne intelligente Gedanken und mögliche Wertung, nur aus Freude am Kontakt mit sich und den Menschen.

Beiden geht es um's Spielen, um Grenzen zu erweitern und Freude zu spüren.

- **Der Zugang zum Kindlichen**

Beide, Psychodrama und Clownarbeit, suchen den Zugang zum Kindlichen und Spontanen. Nicht die Vernunft ist gefragt, sondern der gefühlsvolle Mensch wird gestärkt. Das Wichtige findet im Hier und Jetzt statt, ist voller Phantasie und darf überraschen (sich selber und die anderen).

- **Psychodrama und Clownarbeit wirken heilend**

Psychodrama wird als Therapiemethode angewandt. Durch das Zeigen von dem, was einen Menschen beschäftigt oder festhält, schmerzt oder einengt, entsteht Raum für Heilung. Durch professionelle Begleitung beim psychodramatischen Spiel können Verletzungen heilen. Psychodrama kann zu "neuen Einfällen, Phantasien und Assoziationen anregen und Denkmäler vom Sockel stürzen". ¹⁾

Der Clown erlaubt sich zu scheitern, zeigt sich mit all seinen Unsicherheiten und Fehlern und ist berührbar. Dies wirkt sehr versöhnlich und dadurch auch heilsam. Da er sich so Ungeschminkt zeigt, hat sein Spiel auch etwas Heilsames für seine Mitmenschen, die ihn sehen.

- **das Sich-zeigen und Gesehen-werden**

Psychodrama nutzt die Bühne, um Szenen zu inszenieren. Die Protagonistin darf sich in ihrer Verletzlichkeit zeigen und darf Neues ausprobieren. Sie bekommt durch das Sharing ²⁾ eine Rückmeldung der anderen Teilnehmerinnen, die ihr aufzeigt, dass sie gesehen wurde und nicht alleine ist.

Der Clown will sich zeigen und er will gesehen werden. Ohne eine Bühne oder Manege kann er nicht wirken. Er will authentisch sein. Durch das Anziehen der roten Nase, zieht er gleichzeitig eine Maske ab. Er zeigt sich verletzlich und ist im Kontakt mit dem Publikum.

1) Mut zum Psychodrama; E. Leveton

2) Das Sharing findet im Anschluss an ein psychodramatisches Spiel statt. Die Gruppenmitglieder teilen der Protagonistin mit, welche Aspekte ihrer Thematik sie aufgrund eigener Erfahrung kennen.

5.2 Gemeinsame oder ähnliche Techniken

- **Rollenwechsel**

Im Psychodrama wechselt die Protagonistin in eine andere Rolle, um deren Sichtweise zu erforschen oder den anderen Anwesenden diese Rolle vorzustellen.

Der Clown tut gerne so "als ob". Er liebt es auszuprobieren, Neues zu erkunden und scheut kein Experiment: die Putzfrau wird zur Opernsängerin, der Narr zum König, der Tölpel zum Alleswisser.

- **Das Doppel**

Beim Psychodrama wird das Doppel genutzt mit der Absicht, einen Teil von Etwas auszudrücken, das noch nicht genannt wurde, das noch verborgen ist. Das Doppel ist ein Teil der Protagonistin. Das Doppel spricht manchmal etwas aus, das der Protagonistin noch nicht bewusst ist oder sie sich scheut auszusprechen.

Der Weissclown und der August sind zwei Clowns, die zwei Anteile verkörpern, die es oft in uns gibt. Wir können uns deshalb mit beiden identifizieren und geniessen es, dass beide Anteile auf der Bühne vertreten sind.

Clowns sprechen gerne Tabus aus, sie nehmen kein Blatt vor den Mund, sie sprechen aus was andere denken.

- **Maximieren**

Im Psychodrama wird das Maximieren genutzt, um einen wichtigen Moment zu übersteigern, etwas zu verstärken, oder um bewusst Widerstand zu fördern. Dadurch entsteht eine grosse emotionale Dichte.

Der Clown liebt das Übersteigern, er "badet" gerne in seinen Emotionen. Es gehört zu seinem Grundrepertoire, um humorvoll zu sein. Das Maximieren wirkt unter Umständen auch verzerrend und löst dadurch unser Lachen aus.

5.3 Hypothesen für das Wochenende

Meine Hypothesen für das Wochenende lauten zusammengefasst:

1. Psychodrama und Clownarbeit haben viel miteinander gemeinsam und lassen sich kombinieren.
2. Die rote Nase kann in Protagonistenspielen eingesetzt werden.
3. Der clowneske Humor verhilft zu mehr Leichtigkeit.
4. Die rote Nase unterstützt das Freisetzen von Kreativität und Spontanität.

5.4 Methoden und Interventionen für das Wochenende

Folgende Methoden möchte ich ausprobieren:

1. Die Protagonistin ohne / mit roter Nase. Maximieren der Szene körperlich und stimmlich mit roter Nase.
2. Der Clown als Doppel der Protagonistin.
3. Die Protagonistin in der Spiegelposition: mit / ohne rote Nase.
4. Der Clown als Mitspieler in einer Szene, zusätzlich zu anderen Antagonisten.
5. Der Clown oder mehrere Clowns als Beobachter / Berater einer Szene.
6. In einer Szene verschiedenen Antagonisten eine rote Nase aufsetzen.

Praxisteil

6 Aufbau des Praxisteils

Ich habe das Experimentierwochenende mit Hilfe von schriftlichem Protokoll, Tonband- und Videoaufnahmen detailliert protokolliert. So ergibt sich ein ausführlicher Verlauf, den ich hier gerne so wiedergebe. Ich habe bewusst darauf verzichtet, das Protokoll zu kürzen, weil es mir wichtig scheint, den ganzen Prozess aufzuzeigen, um die Schlussfolgerungen nachvollziehbar zu machen.

Den Anfang machten die Begrüssung und das Anwärmen. Anschliessend fand die Einführung der roten Nase statt. Dann gab es insgesamt 4 Protagonistenspiele von unterschiedlicher Länge. Meine Gedanken zum Verlauf und meine methodischen Überlegungen sind mit dem Titel "Leitungsperspektiven" gekennzeichnet, zudem sind sie in kursiver Schrift. Nach jedem Protagonistenspiel fand eine Auswertung im Expertenkreis statt. Es gab angeregte Diskussionen und spannende Gedanken. Neue Ideen haben wir auf der Bühne gleich ausprobiert. Auch diesen Teil habe ich ausführlich protokolliert und im jeweiligen Titel des Kapitels wird ersichtlich, welche Methode angewandt wurde.

7 Das Experimentierwochenende

Samstag 10 - 13 und 14:30 - 18 Uhr, Sonntag 9 - 13 Uhr

TeilnehmerInnen: Regula, Silvia, Lisbeth, Yvonne, Sandra, Dorothea, Magdalena, Heiner, Daniel

Alle TeilnehmerInnen haben den Theorieteil und meine Hypothesen zugesandt bekommen mit der Bitte, sich ins Thema einzulesen.

Am Anfang findet die Begrüssung statt, ein erstes Sich-gegenseitig-vorstellen, dann folgen die Erläuterungen zum Wochenende und das Klären organisatorischer Fragen.

Mein Wunsch an die TeilnehmerInnen ist, dass wir gemeinsam kreativ explorieren und diskutieren. Mein Ziel ist, lustvoll auszuprobieren und zu überprüfen, miteinander zu diskutieren und alles zu protokollieren.

Es sind keine Wünsche und/oder Befürchtungen der TeilnehmerInnen vorhanden. Die Stimmung ist entspannt. Alle haben sich auf's Wochenende gefreut, sind neugierig und offen.

7.1 Soziometrie

Wer hat wieviel Erfahrung in PD?

Es sind 3 Leute da, die noch kaum Psychodrama erlebt haben, 6 Leute haben eine Psychodrama Grundstufenausbildung.

Wer hat wieviel Erfahrung mit Clownarbeit?

Es sind 5 Leute da, die noch nie eine Clown-Nase getragen haben. 2 haben schon ein wenig damit experimentiert, 2 haben viel Clown-Erfahrung.

Wer kennt wen?

Es gibt einige Beziehungs-Querverbindungen.

7.2 Ankommen im Raum, im Körper, im Kontakt mit anderen

Wir machen eine Anwärmungen im Raum. Anschliessend bitte ich die TeilnehmerInnen, sich mit Namen zu begrüßen, dann einander stolz zu begrüßen, scheu, verärgert, neugierig, fröhlich, albern zu begrüßen.

7.3 Rote Nase einführen

Nun dürfen alle eine rote Nase anziehen. Wer Lust hat, kann sich im Spiegel anschauen, dann zuerst für sich im Raum sein, sich bewegen. Wie ist es? Was ist anders?

Anschliessend den Kontakt mit anderen aufnehmen. Sich wiederum begrüßen: stolz, scheu, verärgert, neugierig, fröhlich, albern.

Leitungsperspektive:

Es fällt auf, dass die erste Begrüssung, ohne rote Nase, mit vielen Worten geschah, nun jedoch begrüßen sich die Anwesenden ohne Worte, sondern vermehrt mit Gestik und Mimik.

Nun nochmals für sich alleine im Raum sein und sich wahrnehmen: wie ist es, als Clown unterwegs zu sein. Wie waren diese Begegnungen?

Zusammenfassung der Austauschrunde im Kreis:

Es ist für die meisten eine gute erste Erfahrung mit der roten Nase. Teilweise ist es noch fremd und ungewohnt und löst Neugierde und Abwehr aus. Wichtig ist, dass das Gegenüber auch eine rote Nase hat. Dadurch entsteht ein Spiegel, und die eigene rote Nase wird vertrauter. Einzelne fühlen sich frecher, spontaner und offener. Andere sind befremdet vom Material (Plastik) und haben Probleme mit der Atmung. Sie fühlen sich noch fremd und doof, es ist ein peinliches Gefühl. Schön ist es, die andern mit der Clown-Nase zu sehen und zu beobachten. Es wird deutlich, dass der Clown manchmal auch sprachlos ist, er braucht weniger Worte, dafür mehr Gestik und Mimik.

7.4 Einführung des Clowns auf der Bühne

Nun geht es mir darum, dass alle eine erste Erfahrung als Clown auf der Bühne machen können: auf der Bühne sein, sich zeigen und gesehen werden, und anderen Clowns zusehen.

Ich erkläre meine Rolle: ich bin Regisseurin, bin eine Art "Weissclown". Meine Hinweise sollen unterstützen, sie sind nicht da um jemanden zu beschämen, sondern um clowneske Lächerlichkeiten bewusster zu machen und jemanden zu unterstützen, sich zu zeigen, evt. auch auf eine ungewohnte Art und Weise.

Jeweils 3 Leute sind gleichzeitig auf der Bühne. Sie stehen mit dem Rücken zum Publikum. Als Ritual, um bewusst zum Clown zu werden, ist es hilfreich, den Namen auszuatmen und dann die rote Nase anzuziehen. Ich rufe eine Person auf, die sich umdrehen soll. Sie dreht sich um, zeigt sich, nimmt Kontakt zum Publikum auf. Später sage ich zur 2. Person, dass sie sich umdrehen kann, dann irgendwann auch zur 3. Person. Ich gebe Hinweise: Socken die zu farbig sind, ein Kleidungsstück sitzt nicht richtig, die Haare sind ganz durcheinander, frage nach, was mit den Füßen los sei, etc. Dann dürfen die drei auch Kontakt zueinander aufnehmen, einander anschauen, sich vergleichen. Sehe ich gut aus? Was mache ich falsch? Nach ein paar Minuten dürfen sich alle wieder umdrehen.

Leitungsperspektive:

So ergeben sich 3 Rundgänge. Alle sind bereit, sich auf diese Übung einzulassen. Alle bleiben dabei, dass sie nicht reden. Es entstehen schöne Bilder, Mimik und Bewegungen werden immer mutiger, es gibt interessante Begegnungen.

Zusammenfassung der Austauschrunde im Kreis:

Das Zuschauen haben alle sehr schön und spannend empfunden. Auf der Bühne zu sein war teilweise anstrengend, teilweise genussvoll. Es war eine Auseinandersetzung mit sich selber, sich zu erlauben, loszulassen und sich zu zeigen. Es braucht wenig, um das Publikum zu berühren, eine ruhige Dynamik ist spannend anzuschauen. Die Regieanweisungen waren hilfreich. Sie können auch alte Geschichten anrühren, wenn z.Bsp. Sätze kommen, die jemand als Kind schon oft gehört hat ("Kannst du mit den anderen mithalten?"). Peinlichkeiten können aufgelöst werden, indem sie von der Regie angesprochen werden. Dann ist es nicht ein Blossstellen, sondern eher die kindliche Energie, die mitspielt. Gleichzeitig bietet die rote Nase Schutz vor Peinlichkeiten, denn der Clown kennt keine Tabus.

Ich frage in der Gruppe nach, ob es noch eine weitere Einführung zum Clown braucht oder ob wir nach der Pause mit dem Experimentieren auf der Psychodrama-Bühne beginnen können: Es gibt immer noch teilweise Widerstand gegen die rote Nase, und gleichzeitig Lust und viel Offenheit, damit weiter zu explorieren und den Wechsel auf die Psychodrama-Bühne zu machen.

Diejenigen, die Psychodrama kaum kennen, sind damit einverstanden, dass wir nachher gleich praktisch psychodramatisch arbeiten, ohne vorher theoretische Erläuterungen zu geben.

7.5 Protagonistenspiele

Leitungsperspektive:

In der Vorbereitung dachte ich, es sei am besten, die Methoden, die ich ausprobieren möchte, der Reihe nach anzuwenden (siehe Kapitel 5.4 auf Seite 17). Ich dachte, wenn ich die von mir gewünschte Methode benennen würde, könnte die Protagonistin dann aufgrund der Methode gewählt werden, die dafür geeignet ist. Die Gruppe wünschte dann aber, dass sie die Protagonistin aufgrund des Themas wählen kann. Es war mir wichtig, diesem Wunsch nachzugehen.

Im Laufe des Wochenendes war es dann immer wieder wichtig, dem Prozess zu folgen, anstatt an der Methoden-Liste festzuhalten. So konnte fließender ausprobiert werden, konnten verschiedene Methoden in einem Protagonistenspiel angewandt werden und es wurde dem Prozess der Protagonistin mehr Rechnung getragen.

Für mich als Leitung war es eine grosse Herausforderung, die verschiedenen Ebenen im Auge zu behalten: die Energie der Gruppe, die Protagonistin, die Antagonisten, den Prozess, die Methoden die ich für die Abschlussarbeit ausprobieren wollte, meine eigene Energie und den Zeitrahmen. Ich bekam viel Unterstützung aus der sehr kompetenten Gruppe.

7.5.1 Einstimmung für die Protagonistenspiele

Zur Einstimmung für die Protagonistenspiele markiere ich im Raum fünf Bereiche, bzw. fünf Themen: Beruf, Familie, Weihnachten, Vorsätze 2011, FreundInnen/Freizeit. Dazu stelle ich folgende Frage: Wo/wann hättest du in den letzten Wochen eine rote Nase gut gebrauchen können?

Alle bewegen sich im Raum von einem Thema zum nächsten und überlegen sich, ob es ein Thema gibt, zu dem sie gerne auf die Bühne gehen würden. Wir treffen uns dann wieder sitzend im Kreis.

Es melden sich 4 TeilnehmerInnen, die sich vorstellen könnten, ihr Thema zu explorieren. Nach kurzer Diskussion einigen wir uns darauf, dass die Gruppe jeweils entscheiden soll, welches Thema auf die Bühne kommt.

7.6 1. Protagonistenspiel

Methoden: "Protagonistin mit roter Nase" und "mehrere Clowns als Berater einer Szene"

Protagonistin: Sandra; Thema: Auseinandersetzung der Schulsozialarbeiterin mit einem Lehrer

Sandra ist langjährige Schulsozialarbeiterin an einer Oberstufenschule. Mit einer Klasse und dessen Lehrer gibt es immer wieder Konflikte. Dieser wäre lieber Gymnasium-Lehrer, hat es aber nicht so weit geschafft und lässt seinen Frust nun an den Kindern aus. Er ist oft laut und abwertend ihnen gegenüber, sitzt die meiste Zeit an seinem Computer, unterstützt Mobbing in der Schulklasse und kommt Frauen zu nahe. Ein Schüler erzählte Sandra, dass besagter Lehrer beim Dorffest beobachtet wurde, wie er betrunken junge Frauen begrapschte. Viele SchülerInnen wissen davon. Sandra hatte eine schlaflose Nacht als sie davon erfuhr und ging am nächsten Tag zum Lehrer, um ihn damit zu konfrontieren. Sie möchte diese Szene nochmals erleben und ausprobieren, wie sie als Clown reagieren würde.

Sie richtet die Szene ein, zeigt uns wo der Lehrer am Tisch vor seinem Computer sitzt, wo die Schulbänke sind, wo die Türe ist. Sie wählt Daniel als Lehrer "Fritz", Dorothea als Schulklasse, Regula als Stellvertreterin. Ich frage sie, ob die Schulleitung auch dabei sein soll. Sie zögert, doch aus dem Publikum kommen klare "ja" Rufe. Sie wählt Heiner als Schulleiter und zeigt den Antagonisten, wo sie stehen.

Einrollen der Antagonisten durch Rollenwechsel.

Das Gespräch beginnt: Sandra übernimmt ihre Rolle und kommt zur Türe herein. Sie betont, dass sie die Türe einen Spalt offen lasse. Sie konfrontiert Lehrer Fritz mit dem, was sie gehört hat.

Rollentausch mit Lehrer Fritz: Fritz ist distanzlos, kommt Sandra immer wieder zu nahe, so dass sie damit beschäftigt ist, körperlich Abstand zu halten.

Sandra erzählt, dass dieses Gespräch so stattgefunden hat. Lehrer Fritz hat sie überhaupt nicht ernst genommen, er hat nur gegrinst und sich weiter seinem Computer zugewandt.

Ich gebe Sandra den Auftrag, die gleiche Szene nochmals zu spielen, und dieses Gespräch dieses Mal mit roter Nase zu führen.

Leitungsperspektive:

Ich möchte ausprobieren, ob Sandra als Clown anders auf den Lehrer zugeht, ob sich an ihrer Haltung und an ihrem Ausdruck etwas verändert.

Dem Schulleiter und der Klasse gebe ich den Auftrag, zu beobachten ob sie eine Veränderung bemerken, wenn Sandra als Clown die Szene nochmals spielt.

Als Clown kommt Sandra viel überzeugter, selbstbewusster und schneller auf die Bühne und spricht das Thema lauter und klarer an. Als Lehrer Fritz ihr wieder zu nahe kommt, weicht sie aus und verliert an Energie. Als er blöd grinst, grinst sie zurück, ist allerdings dabei nicht clownesk, sondern wirkt eher hilflos.

Nach diesem zweiten Durchlauf frage ich Sandra, wie sie sich als Clown erlebt hat. Fritz sei ein blöder Grinser, er komme ihr immer zu nahe und sie müsse immer ausweichen. Sie möchte als Clown auch so grinsen wie er. Sie zeigt uns nochmals, wie sie grinsen möchte. Sie sagt, als Clown rede sie Klartext.

Ich frage Sandra, ob sie die Szene aus der Rolle des Schulleiters mal anschauen möchte. Sie macht einen Rollentausch mit dem Schulleiter, der in der Ecke der Szene auf einem Stuhl steht.

Der Schulleiter ist über das Verhalten des Lehrers informiert. Er ist erstaunt, als Sandra als Clown alles so klar ausspricht. Sie ist für ihn eine Unterstützung, er verspricht ihr

eine Lohnerhöhung. Es ist ihm klar, dass eigentlich er den Mist jetzt machen müsste, dass er Lehrer Fritz von der Schule schicken müsste. Doch er bleibt auf seinem Stuhl stehen und kommt nicht ins Handeln.

Ich schlage Sandra vor, dass sie noch einen Rollentausch mit der Schulklasse macht. Sie möchte das Feedback gerne direkt von der Antagonistin.

Die Klasse findet die Schulsozialarbeiterin sei cool. Sie hofft, dass sie nun nicht mit Lehrer Fritz ins Schullager muss. Sie fragt, wie es jetzt weiter geht.

Diese Frage nehme ich auf: Wie geht es jetzt weiter?

Sandra sagt, dass es ihr gut tut, mal was anderes ausprobiert zu haben. Sie ist immer noch ratlos, wie sie sich anders verhalten kann. Sie möchte sich für die Schulklasse einsetzen, fühlt sich aber machtlos.

Leitungsperspektive:

Um diesen rote-Nase-Input überprüfen zu können und auf Grund der fortgeschrittenen Zeit beschliesse ich, hier das Spiel zu beenden, obwohl es jetzt spannend wäre, weiter am Thema zu arbeiten und es mein Anliegen wäre zu schauen, wie der Schulleiter vermehrt in seine Verantwortung gezogen werden könnte.

Wir machen ein Sharing und anschliessend das Rollenfeedback:

Regula als Stellvertreterin sagt, sie fand es mit der roten Nase schwieriger, Lehrer Fritz zu begegnen. Sie fühlte sich widersprüchlich, konnte nicht grinsen und sich über den Lehrer lustig machen.

Leitungsperspektive:

Regula ist neu im Psychodrama und neu in der Clown-Arbeit. Sie hat anfangs schon erwähnt, dass sie sich mit der roten Nase nicht wohl fühlt.

Dani als Lehrer Fritz wollte andere der Lächerlichkeit preisgeben. Sein Verhalten war bewusst boshaft. Anfangs war er über die Heftigkeit von Clown Sandra überrascht, doch er fühlte sich stärker. Erst als Sandra mit der roten Nase sprach, war es schwieriger, die Überlegenheit aufrecht zu erhalten, denn im Überraschungsmoment verlor er an Macht. Da war sein Lachen Ausdruck von Aggression, denn er liebte es, auf verschiedenen Ebenen zu verletzen. Er spürte, wo es schon Verletzungen gab und nutzte dies.

Heiner als Schulleiter war froh um die engagierte Schulsozialarbeiterin. Sie entspricht seinen Erwartungen.

Dorothea als Schulklasse findet Sandra super, hat aber ein mulmiges Gefühl, weil sie merkt, dass ihr Einsatz nicht ausreicht, um wirklich etwas zu verändern.

Sandra selbst sieht viel Arbeit auf sich zukommen. Sie weiss, es muss etwas passieren, aber die rote Nase reicht nicht. Sie ist ratlos.

Wir vereinbaren, dass wir nach der Mittagspause weiter schauen. Wie könnte die rote Nase als Unterstützung eingesetzt werden? Kann Sandra den Schulleiter vermehrt einbeziehen? Was ist, wenn die Rolle des Narren genutzt wird, um Lehrer Fritz zu entmachten?

Nach der Mittagspause:

Nach der Mittagspause machen wir ein kurzes körperliches Anwärmen.

Zusammenfassung der Austauschrunde im Kreis:

Wir bemerken, dass wir nun in der Auswertung achtsam sein müssen, weil es zwei verschiedene Ebene gibt: erstens die Fallebene, d.h. was kann Sandra in dieser Situation machen und zweitens, die methodische Ebene, wie kann die rote Nase psychodramatisch eingesetzt werden.

7.6.1 Auswertung 1. Protagonistenspiel

Wir machen die Auswertung direkt auf der Bühne. Dabei stellen wir uns die Frage, wie der Clown noch mehr genutzt werden könnte, um in der Situation von Sandra eine Verbesserung zu erzielen. Insofern ist diese Auswertung gleichzeitig ein weiteres Arbeiten an Sandra's Szene.

Lehrer Fritz ist sehr mächtig. Clown Sandra hatte kaum eine Chance, ihn zu konfrontieren. Welche Clown-Reaktionen gibt es, die einen Statuswechsel herbeiführen könnten? Wie könnte diese Begegnung lustig sein? Soll der Lehrer auch eine rote Nase anziehen? Wir entscheiden, dass nur Sandra eine rote Nase hat. Da Sandra emotional sehr involviert ist, ist es sinnvoll, einen Stellvertreter in die Szene zu schicken, da dieser mehr Distanz hat und daher mehr Chancen, das Clowneske zu finden.

Leitungsperspektive:

Wir haben zuerst die 1. Experimentiermethode angewandt (siehe Kapitel 5.4 auf Seite 17), d.h. die Protagonistin hat die rote Nase an. Nun beschliessen wir, dass wir den Clown als Berater beziehen und verschiedene Clowns ausprobieren lassen, wie sie diese Szene gestalten würden. Dies wäre dann der 5. Punkt auf der Liste: Der Clown als Beobachter/Berater einer Szene. Die Protagonistin darf von der Spiegelposition zuschauen.

Sandra ist froh über diese Idee. Sie war nur kurz in der Identität als Clown, denn sie wurde schnell in ihre Realitätsebene zurückgeworfen, in der sie sich ohnmächtig fühlt.

Yvonne macht den ersten Versuch als Clown Sandra. Sie kommt heftig gehend, ohne Worte, ins Schulzimmer. Das Publikum ist erfreut über ihr Erscheinen. Was sie dann sagt, hat nichts mit dem zu tun, was sie ihm eigentlich sagen will, d.h. sie bringt ihn mit seinen eigenen Waffen in Verlegenheit, sie bringt sein Konzept durcheinander. Yvonne als Clown Sandra geht hin und her, ist körperlich sehr präsent und wenn sie spricht, spricht sie laut, klar und deutlich. Sie wiederholt immer wieder: "Gut bist du da. Ich habe auf dich gewartet. Gut bist du da. Es ist zwei Minuten vor drei ..." Sie macht immer wieder Pausen, fordert die Geduld und Neugierde des Lehrers heraus. Lehrer Fritz will wissen, worum es geht. Sie redet sehr streng mit ihm. Clown Sandra befiehlt ihm, sich hinzusetzen, was er gehorsam macht. "Du kennst unser Leitbild, du kennst den Schulleiter, du kennst mich, ...". Der Lehrer wird unruhig, will wissen worum es geht. "Es geht um das, was du tust. ... Du tust hier einfach zu viel. Du bist hier am falschen Platz, das hast du mir doch auch schon gesagt, du wärst lieber am Gymnasium. Daran müssen wir etwas ändern." Mit dieser Aussage ist der Lehrer eigentlich einverstanden.

Hier unterbreche ich die Szene und bedanke mich bei den Antagonisten. Ich frage Sandra, wie das Zuschauen für sie war. Sie findet die Szene stark und gut. Dieser Clown und sein Auftreten gefallen ihr. Es ergab sich eine andere Dynamik, der Statuswechsel konnte stattfinden. Clown Sandra hat sich Zeit gelassen.

Yvonne erwähnt, dass sie als Clown konzeptlos war. Sie wollte nicht lustig sein. Der Clown will den Lehrer nicht unterhalten. Er will die Aufmerksamkeit. Er bringt Fritz dazu, sich zu setzen und hat Lust, ihn zu jagen. Er nutzt Fritz' Schwächen und will ihn da verletzen wo er weiss, dass Fritz verletzbar ist.

Daniel sagt, als Lehrer war es klar, dass er sich setzen musste, da er verwirrt war und alles so plötzlich und unerwartet geschah. Er hatte Lust, zurückzuschlagen, doch vorerst musste er sich eingestehen, dass er schwächer ist. Ironie und Sarkasmus waren wirksame Waffen. Seine eigenen Aussagen wurden gegen ihn verwendet.

Heiner gibt als Schulleiter die Rückmeldung, dass er sich durch Clown Sandra bedroht fühlte. Diese Sandra entspricht nicht der Schulsozialarbeiterin, die er eingestellt hat. Er wird unter Druck gesetzt, handeln zu müssen, was ihn nicht erfreut.

Dorothea als Schulklasse war beim Zusehen erstaunt und erfreut. Es ist dem Clown gelungen, einen Statuswechsel zu bewirken, den Lehrer zu entmachten.

Hier entwickelt sich unter den anwesenden Clownexperten eine Diskussion um die Figur des Clowns. Ist Clown Sandra wirklich ein Clown? Eigentlich entspricht diese Figur dem Hofnarren. Es ist wichtig zwischen dem Symbol "rote Nase" als Erlauber für Unerwartetes zu unterscheiden, und zwischen der Figur des Hofnarren mit roter Nase, der nach Schwachpunkten sucht, diese thematisiert und überspitzt darstellt.

Leitungsperspektive:

Auf diesen Punkt werde ich in der Auswertung noch näher eingehen. Es ist ein sehr interessanter Aspekt, den es in der Anwendung der roten Nase mit Psychodrama zu beachten gilt (siehe Kapitel 8 auf Seite 39).

Wir beschliessen, einen weiteren Clown in den Einsatz zu schicken um zu schauen, was er bewirkt. Heiner übernimmt die Rolle des Clowns, Madeleine die Rolle des Schulleiters.

Dieser Clown kommt ruhig rein. Er sagt lange nichts, geht im Raum herum, bis dann der Lehrer fragt, worum es geht. Der Clown lässt den Lehrer im Ungewissen und wartet ab. Der Lehrer geht zurück an seinen Computer. Er scheint das Schweigen schlecht auszuhalten. Er kündigt an, dass er nun den Raum verlassen wird, um zur Toilette zu gehen. Der Lehrer kommt zurück. Es ist immer noch nicht ausgesprochen, worum es geht. Die Stimmung ist eher schwer und angespannt.

Hier unterbreche ich das Spiel und frage Heiner, wie es ihm als Clown ergangen ist. Er hatte keine Strategie, fühlte sich hilflos und war schweigsam. Dani als Lehrer wusste nicht, was der Clown will. Er fühlte sich nicht bedroht oder in seiner Rolle in Frage gestellt, doch die schweigsame Anwesenheit des Clowns machte ihn unruhig. Dorothea als Schulklasse empfand die Situation als aggressiv und hatte Befürchtungen, dass es eskalieren könnte. Madeleine als Schulleiter hat ruhig beobachtet, und bekam immer mehr das Gefühl, dass sie vielleicht eingreifen müsse und hatte den Impuls, ihren Stuhl zu verlassen. Daraus lässt sich ableiten, dass wenn die Schulsozialarbeiterin weniger macht, der Schulleiter aktiver wird.

Sandra meint, dass dieses Schweigen noch nichts bewegen würde. So erlebt sie die Situation in der Realität. Doch sie realisiert, dass sie zwischen Lehrer Fritz und Schulleiter steht und so lange sie aktiv ist, wird der Schulleiter nichts unternehmen.

Sie selber hat versucht, als Clown Sandra die Wut zu zeigen, die sie eigentlich hat. Heiner als Clown-Sozialarbeiterin hat sich erlaubt, die Ohnmacht und Trauer zu zeigen, die er eigentlich spürt.

Leitungsperspektive:

Wir haben bisher drei verschiedene Clowns erlebt: Der erste (Sandra) war wütend und hat schnell das schwierige Thema angesprochen. Bewirkt hat er damit allerdings nicht viel. Der zweite Clown (Yvonne) hat eine Veränderung bewirkt, indem er laut, klar und inhaltlich konfus redete und den Lehrer autoritär entmachtete. Der Dritte (Heiner) hat wenig gesprochen oder gemacht, sondern mit Hilfe der roten Nase die Ohnmacht ausgehalten, und hat damit bewirkt, dass der Schulleiter geweckt wurde. Der Gewinn des ersten und zweiten Clowns ist, dass die Sozialarbeiterin sich wohler fühlt, der Gewinn des dritten Clowns ist, dass sich das System ein wenig bewegt.

Klar ist nun, dass die Verantwortung an den Schulleiter zurückgegeben werden muss.

Wir besprechen, wie wir weiter machen wollen und einigen uns darauf, noch weiter bei dieser Szene zu bleiben. Lisbeth hat eine Idee, was der Clown machen könnte und möchte es gerne ausprobieren:

Der Clown kommt schnüffelnd in den Raum und sagt, hier stinkt es. Er öffnet das Fenster, Lehrer Fritz schliesst es wieder. Der Clown sagt, es stinkt nach Alkohol. "Alle erzählen es im Schulhaus. Ich wollte auch mal riechen. ... Der Gestank kommt von dir. Und es riecht auch nach Grapscher. Es stinkt nach dir." Der Lehrer scheint nicht sehr beeindruckt. Der Clown sagt, er gehe jetzt zum Schulleiter, der solle auch mal merken, wie es hier stinkt. Der Lehrer bleibt gelassen sitzen.

Hier unterbreche ich die Szene wieder und frage Sandra, wie diese Variante für sie war. Sie meint, es bewege sich nichts.

Lisbeth sagt, sie empfand sich nicht als Clown, denn da war keine Leichtigkeit. Der Clown wollte das Gefühl von Ekel "auskosten", doch es entstand nicht die erwünschte Leichtigkeit. Der Lehrer fühlte sich nicht bedroht. Er wusste, wovon der Clown spricht, aber er liess sich nicht verunsichern. Auch die Klasse war nicht beeindruckt und meint, dass sich nichts verändert, dass das Gespräch zwischen Schulsozialarbeiterin und Lehrer stecken bleibt.

Wir besprechen, dass der Clown hier nichts mehr ausrichten kann. Er hat durch seine Auftritte deutlich gemacht, dass ein systemisches Problem besteht und dass es eine neue Szene braucht, in der der Schulleiter in seine Verantwortung gezogen wird.

Leitungsperspektive:

Inzwischen entstand in der Experimentiergruppe Verwirrung, da sich die verschiedenen Ebenen vermischt haben (Fall- und Methodenebene). Die Zielsetzung von Sandra war am Anfang nicht ganz klar. Sie wollte die Szene im Schulzimmer nochmals als Clown erleben. Das genaue Ziel habe ich nicht erfragt. Wir haben 3 weitere Clowns in der Szene erlebt. Dadurch entstand eine angeregte Diskussion und die systemische Ebene wurde sehr deutlich. Wie hat der zweite Clown es geschafft, den Statuswechsel zu bewirken?

Um die Ebenen wieder klar trennen zu können, braucht das psychodramatische Spiel von Sandra einen Abschluss.

Sandra fasst für sich zusammen, was sie jetzt alles erfahren und gelernt hat. Sie kommt auf die Bühne und sagt zur Klasse: "Es wird daran gearbeitet, dass es bald eine Veränderung geben wird. Auch die Eltern werden informiert." Ich bitte Sandra, alles was sie dem Schulleiter übergeben will, ihm hier symbolisch als Paket zu überreichen. Sie nimmt Decken, Kissen und sonstiges Material und übergibt ihm alles. Sie spricht klar aus, dass er die Verantwortung übernehmen muss, dass er die Eltern informieren muss, dass er ihr nicht nur Aufträge erteilen kann, sondern dass er die Leitung hat und dass er dem Lehrer Fritz den Strick um den Hals legen muss, und dass er alles schriftlich dokumentieren soll.

Das Publikum applaudiert, Sandra fühlt sich gut und bedankt sich. Sie entrollt die MitspielerInnen.

Wir setzen uns in den Kreis zum Besprechen des Methodischen. Das Folgende ist eine Zusammenfassung unserer Diskussion. Das methodisch Wesentliche werde ich in der Auswertung (Kapitel 8 auf Seite 39) wieder aufgreifen.

7.6.2 Methodisches zu "Protagonistin mit roter Nase", und "mehrere Clowns als Berater der Protagonistin"

In diesem Protagonistenspiel hat der Clown nicht nur maximiert, sondern auch minimiert. Zudem haben die verschiedenen Clowns beratende Funktionen gehabt. Es ist wohltuend für die Protagonistin, mehrere Clowns an ihrer Seite zu wissen und sich unterstützen zu lassen. Dadurch hat die Protagonistin die Möglichkeit, zurückzulehnen, zuzuschauen und anschliessend zu entscheiden, was sie ausprobieren und/oder übernehmen möchte. Es wird in Frage gestellt, ob die Protagonistin selber den Rollentausch mit dem Clown machen kann, um für sich Lösungen zu erarbeiten. Es erscheint schwierig, so schnell innerlich den Wechsel machen zu können. Die andere Möglichkeit ist, dass die Protagonistin als Clown von aussen angeleitet wird, so wie in der Anfangsübung, als ich als "Weissclown", bzw. Regisseurin von aussen Hinweise gegeben habe. So könnte ihr z.Bsp. die Anweisung gegeben werden, mal das Gegenteil von dem auszuprobieren, was sie gerade am machen ist. Sandra findet diese Idee spannend, das hätte möglicherweise ihre Kreativität in der Situation gefördert.

Die rote Nase war offensichtlich der Erlauber, die Wut mehr zu zeigen. Die rote Nase hätte auch die Erlaubnis sein können, dass die Protagonistin andere innere Anteile vermehrt

zeigt. Oder alle inneren Anteile würden verteilt auf einzelne Clowns, die auf der Bühne sind und die Protagonistin unterstützen.

Möglicherweise wäre es auch hilfreich, nicht als Einzige auf der Bühne eine rote Nase zu haben. Es könnte spannend sein, ein Szenenbild einzufrieren und allen eine rote Nase aufzusetzen.

Mit Hilfe des Clowns konnte in diesem Protagonistenspiel ein Statuswechsel bewirkt werden. Die verschiedenen Clowns haben die Situation mit dem Lehrer entschärft und dadurch den Blick auf den Schulleiter gelenkt.

Was ist der Mehrwert der roten Nase im Vergleich zu anderen absurden oder komischen Bühnenszenen ohne rote Nase? Die rote Nase ist die sichtbare Erlaubnis für Veränderungen. Das Ritual des An- und Abziehens hilft, bewusst die Rolle zu wechseln und eine Szene anders zu gestalten. Für diejenigen, die mit dem Clown noch nicht so vertraut sind, ist es teilweise schwierig, die rote Nase als Erlauber zu erleben. Sie kann auch hemmend wirken. Es ist schwierig, den Rollentausch mit dem Clown spontan zu machen. Dies braucht Vorbereitung, Eingewöhnung und gute Anleitung.

Sandra merkt nun im Gespräch, dass es in dieser Situation viel Scham gab. Diese Erkenntnis schreibt sie dem Einsatz des Clowns zu. Der Clown ist ein "Fachmann" in Sachen Scham und Peinlichkeiten. Diese Scham zu spielen wäre reizvoll, doch wir entscheiden, nun zu einer neuen Situation, bzw. zu einem neuen Protagonistenspiel zu gehen.

Wir einigen uns darauf, dass in der nächsten Szene alle auf der Bühne eine rote Nase haben werden und dass ich als Regisseurin von Aussen Anweisungen geben darf. Der Sinn der Anweisungen ist, den Clown zu unterstützen, noch mehr zu maximieren, Tabus aufzuheben, keinem Plan zu folgen, Neugierde zuzulassen. Wir wählen dazu eine neue Protagonistin aus.

7.7 2. Protagonistenspiel

Methoden: "Protagonistin mit roter Nase", "Antagonisten mit roter Nase" und "der Clown als Doppel"

Protagonistin: Yvonne; Thema: Wunsch nach spielerischen Begegnungen mit Männern
Yvonne's Wunsch für das Jahr 2011 ist, dass sie wieder vermehrt Begegnungen mit Männern zulassen kann. Sie ist einerseits eine erfahrene Frau und Mutter von erwachsenen Kindern, andererseits fühlt sie sich im Kontakt mit Männern jung und unerfahren und weiss nicht, wie sie die Begegnungen gestalten kann. Ihr Ziel ist es, spielerischen Umgang mit Männerkontakten zu lernen. Sie möchte dies gerne hier auf der Bühne ausprobieren und auch Fehler machen dürfen. Yvonne wünscht sich, auf einem Bänklein zu sitzen und auszuprobieren, wie es ist, wenn Männer zu ihr kommen und mit ihr Kontakt aufnehmen. Ich frage nochmals genau nach, ob sie auf die Männer zu geht oder ob die Männer den ersten Schritt auf sie zukommen. Sie möchte gerne auf dem Bänklein sitzen und abwarten, bis ein Mann kommt.

Leitungsperspektive:

Das Interview am Anfang ist lebendig, ein wenig schamvoll, gleichzeitig heiter und offen. Yvonne hat genaue Vorstellungen, was sie möchte und ist mutig, dies hier ausprobieren zu wollen.

Yvonne richtet die Szene ein. Sie nimmt 3 Stühle für das Bänklein.

Leitungsperspektive:

Es wird jetzt schon viel gelacht. Das Thema und Yvonne's Offenheit scheint viele zu berühren. Gleichzeitig ist auch Angst und Scham spürbar. Je näher wir der konkreten Szene kommen, um so mehr wird Yvonne's Ambivalenz offensichtlich. Sie möchte am liebsten anderen Frauen zuschauen, wie sie Männern begegnen. Ihr Auftrag ist nicht

mehr klar. Gleichzeitig bin ich am Nachdenken, wie das Einsetzen der roten Nase ausprobiert werden kann.

Wir machen eine offene Besprechung im Gesamtteam. Wir möchten es Yvonne nicht zu einfach machen, nur zuschauen scheint uns zu wenig. Ich mache - in Absprache mit dem Team - Yvonne den Vorschlag, dass sie auf's Bänklein sitzt, und sich einen Mann aussucht, der sich jetzt dann zu ihr setzen wird, und dass sie sich überraschen lässt, was dann passiert. Sie ist damit einverstanden. Sie wählt Heiner als Mann.

Die erste Runde machen wir ohne rote Nase. Yvonne sitzt auf einem Rand-Stuhl, Heiner setzt sich dazu, ohne Vorgabe was er machen oder sagen soll. Er setzt sich auf den anderen Rand-Stuhl. Sie unterhalten sich über das Wetter. Die Stimmung ist angespannt. Yvonne schaut hilfeschend ins Publikum. Das Gespräch bleibt stecken. Ich frage Yvonne nochmals nach ihrem Ziel. Sie möchte spielerische Leichtigkeit finden im Umgang mit Männern. Als Heiner zu ihr auf's Bänklein kam, wurde es anstrengend. Wir vereinbaren, dass nun beide Clown-Nasen anziehen und dass Yvonne Unterstützung von aussen bekommt, d.h. dass ich als "Weissclown" bzw. Regie ihr Hinweise oder Tips geben werde. Auch das Publikum darf mir seine Impulse sagen und ich werde sie Yvonne weitergeben.

Leitungsperspektive:

In diesem Protagonistenspiel experimentieren wir aus der Liste der Methoden (Kapitel 5.4 auf Seite 17) mit Punkt 1 und 6. Zusätzlich wird der "Weissclown", bzw. die Regie-Rolle eingesetzt.

Beide ziehen die rote Nase an. Yvonne sagt, dass sie sich nun schon viel besser fühlt. Sie ist nervös, aber bereit für die Begegnung. Bevor Heiner dazu kommt, unterhalte ich mich ein bisschen mit ihr, mache ihr Komplimente, dass sie schön aussieht. Der erste Impuls aus dem Publikum ist, dass sie in die Mitte sitzen soll. Wir lassen Yvonne noch ein bisschen warten. Dann kommt Heiner. Yvonne schaut ihn zunächst nicht an. Er setzt sich neben sie. Sie beginnen ein Gespräch. Ich gebe Yvonne immer wieder Ideen oder Aufträge: Sie soll mit ihm flirten, auf ihre Körperhaltung achten, mit den Zehen spielen, ... Es entwickelt sich ein Spiel, bei dem viel gelacht wird. Yvonne ist ein wenig ratlos, wie sie flirten soll. Ich schicke ihr eine Flirtberaterin in die Szene (gewissermassen als Doppel). Madeleine übernimmt diese Rolle, auch mit roter Nase. Sie coached Yvonne, indem sie schräg hinter ihr steht. Wir lachen viel.

Leitungsperspektive:

Nun habe ich aus der Methodenliste den 2. Punkt mit einbezogen, da Yvonne immer wieder nach einer Unterstützung gefragt hat.

Wir machen einen Rollentausch zwischen Flirtberaterin und Yvonne. So kann Yvonne mal zuschauen, wie ihr Doppel flirtet. Dann übernimmt Yvonne wieder ihren Platz. Der nächste Input ist, dass sie ohne Worte weiter miteinander flirten, nur Geräusche und Töne sind erlaubt.

Ich unterbreche das Spiel, erinnere an das anfangs genannte Ziel und frage Yvonne, wie es ihr jetzt geht. Sie sagt, es wird besser. Manchmal denkt sie, alle wissen wie es geht nur ich nicht, dann wieder denkt sie, ich weiss wie es geht aber es ist extrem peinlich. Ich sage ihr, dass ich sie sehr mutig finde. War die bisherige Szene genug oder möchte sie das Peinliche noch mehr ausprobieren? Meine Aussage, dass sie sehr mutig ist, bestärkt sie, noch einen Schritt weiter zu gehen. Sie möchte mutig und peinlich sein. Wir überlegen, ob wir ihr einen zweiten Mann schicken sollen, wollen es aber vorerst so belassen.

Yvonne bekommt den Auftrag, Körperkontakt aufzunehmen und vermehrt zu kokettieren. Ich sage ihr, dass sie eine schöne Frau ist und sich zeigen darf. Es fällt ihr schwer, in der Rolle der schönen Frau zu bleiben. Ich bestärke sie, wie schön und mutig sie ist. Das Spiel ist sehr berührend für uns alle. Es wird immer wieder gelacht, abwechselnd mit ruhigen, poetischen und magischen Momenten.

Plötzlich wird Yvonne traurig und weint. Sie wird an ihre Familie erinnert, an ihre ältere Schwester, die nur gelacht hat, ohne sie ernst zu nehmen. Sie hat hier heute viel von sich gezeigt. Yvonne befürchtet, dass wenn sie sich so zeigt, dass nur gelacht werden könnte. Ich bitte sie, gut zu schauen, wie sie hier angeschaut wird. Die Gesichter im Publikum sind sehr weich, liebevoll und berührt. Das kann sie gut annehmen.

Leitungsperspektive:

Wie nah doch lachen und weinen sind.

Yvonne merkt, dass es heute anders ist als früher. Sie spürt Freude an der Begegnung und gleichzeitig eine grosse Hemmung, sich als Frau zu zeigen. Ich spiegle ihr nochmals, wie schön es war, ihr zuzuschauen, wie sie sich immer mehr auf dieser Bühne gezeigt hat. Da war viel Spielerisch-Leichtes sichtbar. Ich frage sie, was ihr jetzt gut tun würde. Was braucht sie, um dieses Gefühl der schönen Frau stärken zu können? Sie sagt, sie fühle sich gesehen von uns und das sei gut. Es sei gut, nichts verstecken zu müssen. Sie wünscht sich ein Sharing.

Wir lösen diese Szene auf und machen ein Sharing. Anschliessend gibt Heiner ein Rollenfeedback. Yvonne's Mut und Verletzlichkeit hat uns alle sehr berührt. Yvonne sagt, dass es schmerzt und gleichzeitig wohl tut, dass dieses Lachen hier eine andere Qualität hat als das Lachen ihrer Schwester.

7.7.1 Auswertung 2. Protagonistenspiel

Diese Auswertung findet im Kreis sitzend statt.

In diesem Protagonistenspiel gab es viele clowneske Szenen mit den typischen Merkmalen von Absichtslosigkeit, Menschlichkeit, Echtheit und Humor. Am Anfang, ohne rote Nase, gab es wenig Dynamik und es kam wenig Lebendigkeit ins Spiel. Mit roter Nase war es für Yvonne leichter, das Spielerische zu suchen und sich den Peinlichkeiten preis zu geben. Wichtig war für sie, dass auch Heiner eine Clownnase hatte. Ohne roten Nase wäre es für sie zu intim gewesen. So empfand sie die rote Nase als Legitimation, sich auf das Spiel einzulassen. Da beide eine rote Nase hatten, war Yvonne nicht alleine, sondern auch Heiner musste sich zeigen. Dies gab Schutz und Erlaubnis.

Die ZuschauerInnen bekamen gleichzeitig durch die Clownnasen die Erlaubnis, die Komik wahrzunehmen und zu lachen. Es wurde sehr viel gelacht, mehr als wir aus anderen psychodramatischen Protagonistenspielen kennen. Im Vergleich zum ersten Protagonistenspiel ging es hier um die Emotionen der Protagonistin, nicht um eine konkrete systemisch aufgebaute Szene. Es scheint uns, dass hierzu die rote Nase sehr passend war. Die rote Nase war ein symbolischer Teppich für das Spiel. Der "Weissclown", die Regie, und zusätzlich das unterstützende Publikum, bildeten auch einen wichtigen Teil des Teppichs. Auch Heiner hat sich durch die Inputs der Regie und die Beteiligung des Publikums sehr getragen gefühlt. Es war ein Zeichen von emotionaler Präsenz. Die Regie gab Sicherheit, weiter zu machen, auch wenn es zwischendurch anstrengend, ungewohnt und sehr berührend war.

Madeleine als Clown-Doppel war damit beschäftigt zu forschen, wie ein Clown hier unterstützen könnte. Dadurch war sie weniger in der Einfühlung mit der Protagonistin. Da sie noch nie eine eigene Clown-Rolle entwickelt hat, war es schwierig, ohne Vorbereitung in der Szene ein Clown zu sein. Auch für Yvonne war es so, dass sie Madeleine als Frau empfand, von der sie etwas lernen kann und nicht als Clown-Doppel. Sie empfand sich selber als Clown, nicht aber Madeleine. So durfte sie dem Doppel blöde Fragen stellen und ausprobieren, ohne zu wissen, wie es geht. Madeleine wäre lieber ohne rote Nase auf die Bühne gegangen.

Was wäre eine mögliche Fortsetzung gewesen, als Yvonne traurig wurde und weinen musste? Es wäre möglich gewesen, die Szene nicht zu unterbrechen, bzw. zu beenden, sondern Yvonne mit ihrer Trauer und Verletzlichkeit, mit roter Nase, im Kontakt mit

Heiner zu belassen. Sie hätte ihn angeschaut und er hätte sie angeschaut, und er hätte ihr ein Feedback geben können, wie das für ihn ist.

Es fällt auf, dass das Thema "Scham", das am Schluss des ersten Protagonistenspiels erwähnte wurde, nun im zweiten Spiel wieder aufgetaucht ist. Dies hat wahrscheinlich u.a. einen Zusammenhang damit, dass wir mit der roten Clownnase empfindsam und achtsam sind für Schamvolles.

Da wir in einer stark clownesken Szene waren, hatten wir einen anderen Fokus als sonst üblich bei psychodramatischen Spielen. Das äusserte sich darin, dass es keinen Rollentausch zwischen Yvonne und Heiner gab. Wäre ein Rollentausch als zusätzliche Methode sinnvoll gewesen? Oder wäre es zu viel gewesen, da die Clown-Nase schon viel angeregt hat? Ich denke, dass es grundsätzlich möglich wäre, zusätzlich auch noch einen Rollentausch zu machen. Doch vielleicht ist es nicht nötig, wenn schon viel in Bewegung ist. Wir probieren dies aus.

7.7.2 Rollentausch von "Clown-Protagonistin" und "Clown-Antagonist"

Yvonne möchte zuschauen. Lisbeth übernimmt die Rolle der flirtenden Frau. Sie bekommt die Anweisung, in einer körperlich eher abweisenden Haltung auf dem Bänklein zu sitzen. Heiner sitzt neben ihr. Beide haben eine rote Nase. Sie sollen wenig reden, aber Körper, Mimik und Töne brauchen. Ich ermuntere Lisbeth, ihre Körperhaltung und den Ausdruck zu verstärken. Dann leite ich einen Rollentausch an, bei dem beide zuerst genau schauen, wie der andere da sitzt. Dann tauschen sie. Dies ergibt ein sehr lustiges Bild. Lisbeth in der Rolle von Heiner findet, so sei es schwierig zu flirten. "Er" denkt: "oh, was ist mir ihr los? Die hat wohl Angst vor mir. Das ist die Falsche." Rollentausch zurück. Nun spielen die beiden weiter. Es ist berührend, schön und erfreulich, was sich entwickelt.

Hier friere ich die Szene wiederum ein. Der Rollentausch hat gut funktioniert, auch mit roter Nase und in clownesker Szenerie. Das Instrument der Übertreibung war ebenso gut brauchbar, um eine lebendige Szene und eine Veränderung zu erreichen. Es ist also möglich, mehrere Methoden in einer Szene miteinander zu verbinden. Gleichzeitig hatte Yvonne die Möglichkeit, einer anderen Frau beim Flirten zuzuschauen, was ja anfänglich ihr Wunsch war.

Abschluss des ersten Tages:

Wir machen ein kurzes Blitzlicht zum Abschluss des Tages: Es war ein spannender Tag. Wir wollen morgen weiterhin lustvoll experimentieren und forschen. Es ist viel Anregung und weiterhin Neugierde vorhanden.

7.7.3 Anwärmung am Morgen des zweiten Tages

Nach einer kurzen körperlichen Anwärmung, bitte ich alle, die rote Nase anzuziehen:

Ich habe etwas mitgebracht: Ich nehme etwas Unsichtbares aus der Hosentasche und schaue es genau an, mache die andern neugierig. Ich gebe es weiter, mit der Anweisung: "Schau was es ist und wie du es weitergeben möchtest." Es entwickelt sich ein wunderbares Spiel, ohne Worte.

7.7.4 Rückschau auf den ersten Tag:

Allgemeine methodische Gedanken zur Arbeit mit der roten Nase

Einiges von dem, was wir am Morgen des zweiten Tages diskutiert haben, wird in der Auswertung in Kapitel 8 auf Seite 39 nochmals genauer erwähnt werden.

Zusammenfassung der Austauschrunde im Kreis:

Der Clown bringt nicht nur Leichtigkeit ins Spiel, sondern trifft auch gerne das Thema Scham. Dies bedingt eine grosse Achtsamkeit im Umgang damit. Die Kunst ist, mit dem

Thema Scham in der Leichtigkeit bleiben zu können, bzw. trotz und mit Scham Leichtigkeit zu finden.

Eine Gefahr der Clownnase ist, dass wir viel Dramatik erwarten, bzw. dass wir erwarten, dass in kurzer Zeit viel passieren muss. Dies kann nicht das Ziel der roten Nase sein.

Die Clownarbeit bietet die Möglichkeit, höhere Risiken einzugehen. Die rote Nase ist dann der "Erlauber". Damit können Sachen ausprobiert werden, die vielleicht sonst nicht ausprobiert würden. Es gibt keine Tabus, das Spektrum wird erweitert. Dies bedingt jedoch, dass man wirklich in die Clown-Energie rein kommt. Und dies wiederum bedeutet, dass der Clown für seinen Auftritt gut eingerollt werden muss.

Es ist wichtig, sich über die verschiedenen Bilder und Vorstellungen vom Clown zu unterhalten, sowie zwischen dem Clown und der Figur des Narren zu unterscheiden. Der Clown verstärkt Gefühle. Bei systemischen Aufstellungen ist er daher nicht unbedingt geeignet.

Eine Szene verändert sich sehr, je nach dem ob nur eine Person oder alle eine rote Nase tragen.

Je nach dem, mit wem ich arbeite (Jugendliche oder Erwachsene, "Freiwillige" oder "Unfreiwillige", in einer Klinik oder in einer Schule, etc.), gibt es unterschiedliche Voraussetzungen bezüglich Clownarbeit. Darüber müsste man sich noch vermehrt Gedanken machen.

Ausführliches Einrollen kann helfen, den eigenen Clown zu finden und auf der Bühne zu nutzen. Zudem ist es wichtig, den Clown auf der Bühne wirklich als Clown anzusprechen, damit es mehr Distanz zur eigenen Person gibt und dadurch die Möglichkeit, etwas Neues auszuprobieren.

Der "Weissclown" als Regieanleitung von aussen muss gut eingeführt sein. Vielleicht sollte er auch durch einen speziellen Hut gekennzeichnet sein. So kann er dann auch auf die Bühne gehen und doppelten. Er darf provozieren. Wir diskutieren noch kurz über den Namen "Weissclown". Die Definition seiner Rolle und sein Name müssen nochmals überdacht werden.

Es besteht die Möglichkeit, bei Protagonistenspielen, wenn die Handlung ins Stocken kommt, wenn es nicht mehr weiter geht oder wenn Widerstand da ist, allen eine rote Nase zu geben, die SpielerInnen als Clowns einzurollen und dann die Szene weiter spielen zu lassen.

Nachdem wir viel über die Theorien gesprochen haben, sind alle damit einverstanden, dass wir nach einer weiteren Protagonistin suchen und wieder auf die Bühne wechseln.

7.8 3. Protagonistenspiel

Methoden: "Alle auf der Bühne haben eine rote Nase" und "der Clown als Mitspieler in einer Szene"

Protagonist: Heiner; Thema: Klärung meiner Clownidentität

Heiner ist seit einigen Jahren mit seinem eigenen Clown beschäftigt. Zur Zeit probt er wieder mit Anderen an einem Clownstück, das bald auf die Bühne kommen wird. Er hundert aber immer wieder mit seiner Clownidentität und möchte diese hier heute näher anschauen. Sein Ziel ist, seine Clownfigur, den "Jakob Knüsli", bejahren zu können, den eigenen Clown umarmen zu können.

Leitungsperspektive:

Ich mache mir Gedanken, wie wir das auf die Bühne bringen können. Einerseits ist hier Heiner's Thema, und in diesem Thema kommt ein richtiger Clown mit roter Nase vor, nämlich der "Jakob Knüsli". Gleichzeitig will ich mit der roten Nase experimentieren. Ich bin anfangs ein bisschen verwirrt, da nun ein richtiger Clown und damit eine weitere Ebene zu beachten ist.

Heiner nimmt zuerst einen Stuhl und markiert, wo Herr Knüsli ist. Er stellt uns Herrn Knüsli im Rollentausch vor. Als innere Anteile, die er auf der Bühne haben möchte, wählt er Madeleine als "Rampensau", die die unbändige Spiellust verkörpert, Dorothea als das "Mauerblümchen", das scheu ist und sich zurückzieht, und Daniel als Oppositioneller, der alles besser weiss und rebelliert. Beim Einrichten der Szene wird klar, dass wir für Herrn Knüsli einen Antagonisten brauchen und für Heiner einen Stellvertreter. Heiner wählt Silvia als Stellvertreter für sich und Yvonne als Clown Knüsli.

Den Stuhl brauchen wir nicht mehr. Er stellt seinen Stellvertreter und Clown Knüsli in die Mitte der Bühne, Rücken an Rücken. Clown Knüsli zieht die rote Nase an, die andern bleiben vorerst ohne rote Nase. Die inneren Anteile sind in Bewegung, sie gehen um den Clown und um Heiner herum.

Ich bitte Heiner, einen Rollentausch mit seinem Stellvertreter zu machen. Ich interviewe ihn, frage ihn wo er jetzt ist und wie es da ist. Er steht auf einer Bühne, mit dem Rücken im Kontakt mit Jakob Knüsli. Er ist exponiert, alles wird gesehen. Er spürt einerseits grosse Gestaltungslust und andererseits Scham, dies alles so zu inszenieren.

Leitungsperspektive:

Da ist es wieder, das Thema Scham.

Nun macht er einen Rollentausch mit Jakob Knüsli. Knüsli ist auch auf der Bühne. Er sagt, er müsse vorsichtig sein. Er sucht im Stehen nach dem Gleichgewicht. Heiner hinter ihm sei nicht wirklich eine Stütze. Die beiden stehen, auch für's Publikum sichtbar, ziemlich unstabil beieinander.

Nun macht Heiner nacheinander einen Rollentausch mit seinen drei inneren Anteilen, zeigt wie sie sich bewegen und was sie sagen: Das Mauerblümchen entschuldigt sich scheu und leise, es hätte vielleicht später auch noch eine Idee. Die Rampensau bewegt sich viel und tänzerisch, spricht laut und will präsent sein. Doch es ist ihr auch wichtig zu stoppen und den Raum frei zu machen. Der Oppositionelle steht in der Szene, bewegt sich wenig. Er übernimmt Anweisungen der Regie, ohne sie zu verstehen und wirklich anzunehmen. Er geht dadurch in den Widerstand.

Heiner schaut sich dies alles aus der Spiegelposition an.

Rollentausch mit seinem Stellvertreter: Heiner erlebt die Sätze und Bewegungen seiner inneren Anteile. Ich frage ihn, wie das für ihn ist. Er hat das Gefühl, immer nur einen Teil des Geschehens erleben zu können.

Rollentausch mit Jakob Knüsli: Heiner erlebt die Szene aus der Rolle des Clowns Knüsli. Ich frage ihn auch da, wie das für ihn ist. Er sagt er hört Heiner, hat aber wenig Kontakt zu ihm. Die anderen hört und sieht er. Es ist angenehm, wenn sie mit ihm Kontakt aufnehmen.

Ich lasse ihn das Bild nochmals von aussen ansehen und frage ihn, ob es irgendwo einen Impuls gab, sei es in der Rolle als Heiner oder als Herr Knüsli. Er hatte keinen Impuls. Von aussen wirkte er in beiden Rollen ziemlich starr.

Yvonne als Jakob Knüsli meldet sich. Als Clown Knüsli sagt sie, dass einer von beiden, Heiner oder er selber, von hier weg müssen. Knüsli ist wütend, er breche hier fast zusammen. Er wisse schon wie es geht, aber mit dem anderen am Rücken gehe es nicht.

Heiner ist beeindruckt von dieser Aussage.

Hier unterbreche ich, um auf die methodische Ebene meiner Abschlussarbeit kommen zu können. Was wäre, wenn jetzt alle die rote Nase anziehen würden? Silvia als Heiner sagt, dass sie die Clownnase nicht anziehen möchte. Wir diskutieren kurz und ich befrage Heiner dazu. Wir beschliessen, dass alle die rote Nase anziehen, auch der Stellvertreter.

Leitungsperspektive:

Von der Methodenliste in Kapitel 5.4 auf Seite 17 kommt hier Punkt 6 zur Anwendung.

Heiner geht selber in die Szene und übernimmt seinen Platz anstelle des Stellvertreters. Kaum ist er auf der Bühne, reagiert Clown Knüsli. Er nimmt Kontakt zu Heiner auf, spricht ihn an, wirkt dabei aggressiv-herausfordernd. Auch die inneren Anteile werden aktiv und das Duo Knüsli-Heiner bewegt sich, nach wie vor Rücken an Rücken, über die Bühne. Heiner mit roter Nase sagt nichts, er wird von allen Seiten attackiert, ist dabei selber sprachlos. Als er dann die Sprache wieder findet, löst sich Knüsli von ihm, so dass Heiner plötzlich alleine da steht. Jakob Knüsli versteckt sich hinter dem Oppositionellen. Heiner sagt, dass er sich alleine und verloren fühlt. Er weiss nicht was er machen soll. Knüsli setzt sich am Rand auf den Boden, schaut zu und schweigt. Der Oppositionelle steht vor dem Clown. Heiner steht am Rand. Ich frage ihn, wie es ihm geht. Es sei etwas viel Aktion und Hektik. Aber er habe begriffen, dass der Knüsli da hinten wichtige Sachen über ihn weiss. Rollentausch mit Knüsli.

Knüsli sagt, er brauche Heiner. Den Oppositionellen müsste man fort schicken, der sei im Weg. Heiner sagt: "Du bist so weit weg von mir." Clown Knüsli bejaht dies. Rollentausch zurück.

Heiner ist wieder an seinem eigenen Platz. Er merkt, dass der Clown ihm wichtig ist, aber er sieht ihn kaum, da er so versteckt ist. Ich frage ihn, ob er einen Impuls hat; er sehe so aus, als ob er in der Wand verschwinden wolle. Er fühlt sich an diesem Ort deplaziert. Er möchte den Clown wieder Rücken an Rücken. Ich nehme diesen Wunsch auf. Sie stellen sich wieder Rücken an Rücken. Der Clown reagiert sofort: "Das kennen wir." Auch die Rampensau reagiert: "Wo ist denn da die Präsenz?" Auch das Mauerblümchen und der Oppositionelle übernehmen ihre Rolle. Heiner spricht mit dem Clown: "Hopp Knüsli, hopp, sprich mit mir!" Knüsli findet es schlecht hier. Er wisse nicht, warum Heiner nochmals so hier stehen wolle. Da hat es ja keinen Platz für beide. Heiner fragt Knüsli, was er machen soll. Rollentausch mit Knüsli.

Heiner in der Rolle von Jakob Knüsli gibt dem Stellvertreter die Anweisung, von hier zu verschwinden, aber auf der Bühne zu bleiben. Er gehöre hier schon dazu, aber anders. Rollentausch zurück.

Heiner verlässt den Rücken von Knüsli, geht an den Rand. Da bleibt er stehen und schaut zu, ohne etwas zu sagen. Ich spreche ihn an und sage ihm, er wirke etwas hilflos. Wie ist es nun? Was bedeutet "anders" dazu gehören? Weiss er, was Knüsli meint oder möchte er ihn fragen? Heiner fragt Knüsli, ob es gut sei, wenn er hier am Rand stehe. Rollentausch.

Knüsli antwortet, es sei gut. Er soll jetzt mal zuschauen. "Bleib einfach dort und pass gut auf." Was verändert dies für Jakob Knüsli? Clown Knüsli sagt: "Jetzt bin ich da." Und er schaut dabei ins Publikum. Zu Heiner sagt er: "Du bist manchmal ein Klotz am Bein. Bleib jetzt da wo du bist." Knüsli stellt sich zu seinen inneren Anteilen, nimmt mit ihnen Kontakt auf.

Ich unterbreche, nehme Heiner an den Szenenrand und frage nochmals nach seinem ursprünglichen Ziel. Er wollte seinen Clown in den Arm nehmen können. In dieser aktuellen Szene hier geht es dem Clown nun gut. Schön wäre, wenn Heiner in der aktuellen Bühnen-Szene diesen Clown und das was er macht, gerne haben könnte. Wir beschliessen, dass wir nun überprüfen, ob Heiner diesen Jakob Knüsli gern hat.

Heiner wechselt wieder ins Spiel und übernimmt seinen Platz. Kaum ist er in der Szene, konfrontiert ihn Clown Knüsli mit der Aufforderung, dass er dies nun geniessen soll, denn Knüsli gehe es gut. Auch die Rampensau und die anderen inneren Anteile möchten von Heiner Wertschätzung bekommen. Heiner wird ruhig. Er sagt, das brauche jetzt halt noch Zeit. Clown Knüsli sagt: "Wir sind Gefühlsfresser, und du musst uns füttern." Er lässt sich nicht durch Provokationen auf's Glatteis führen. Heiner plädiert für Langsamkeit.

Leitungsperspektive:

Ich werde unruhig und ungeduldig. Heiner scheint immer noch in sich gefangen zu sein. Er macht keinen Schritt auf die anderen zu. Wie kann ich dieses Spiel zu einem Abschluss bringen?

Ich mache Heiner den Vorschlag, dass er diese Bühnenszene hier nutzen kann, um mit der Nähe und Distanz zu Jakob Knüsli zu spielen. Er darf hier ausprobieren, wie nah oder wie weit weg er von ihm sein will. Heiner möchte dies ausprobieren. Als er nah vor Knüsli steht, sagt er zum Publikum schauend, auf Heiner zeigend: "Ihr müsst euch vorstellen, da kämen jetzt Sturzbäche von Tränen." Dies bringt Heiner und auch uns alle zum Lachen. Heiner lacht lange herzlich. Er bestätigt lachend: "Ja, hochdramatisch!" Als er weiter spricht, unterbreche ich ihn und fordere ihn auf, den Knüsli mal genau anzuschauen. Knüsli hat Tränen in den Augen. Heiner wird zuerst still, dann sagt er lachend, er werde sich jetzt sicher nicht auf eine hollywood-taugliche Szene einlassen. Es sei noch nicht reif, aber er merke, da werde etwas weich. Er spüre Dankbarkeit. Ich bitte ihn, tief durchzuatmen und Knüsli anzuschauen. Dies lässt er lange geschehen. Ich frage ihn, ob es dazu noch einen Satz gibt. Heiner sagt: "Danke." Er ist sehr berührt, nimmt Knüsli in den Arm und ist zu Tränen gerührt. Jakob Knüsli und Heiner schauen sich nochmals an. Dann lösen wir die Szene auf, alle ziehen ihre roten Nasen ab. Heiner entrollt die MitspielerInnen.

Wir machen ein Sharing und Rollenfeedback.

7.8.1 Auswertung 3. Protagonistenspiel

Wir machen die Auswertung sitzend im Kreis. Was hat sich verändert, als alle die rote Nase angezogen haben?

Dorothea als Mauerblümchen hat eine grosse Veränderung bemerkt. Sie fühlte sich mit Nase wie ein Hofnarr, war lebendiger und hatte Lust zu provozieren.

Alle bestätigen, dass sie kurz verunsichert waren, was nun mit roter Nase erlaubt sei. Die Antagonisten stellten sich die Frage, ob sie ihre Rolle nun erweitern dürfen. Alle hatten Lust, die Rolle zu erweitern.

Für Yvonne als Knüsli war wichtig, dass Heiner die rote Nase angezogen hat. Silvia als Heiner hatte grosse Widerstände. Sie dachte, das geht gar nicht. Dann hat sie auf Grund des Drucks von Aussen die Nase angezogen. Im ersten Moment hat sich nichts verändert. Im zweiten Moment hat sie gemerkt, dass es ihr mehr Freiheit gibt. Sie konnte entspannen und wurde immer vitaler.

Gleichzeitig war der Rollenwechsel zwischen Heiner und Jakob Knüsli sehr wichtig. In dieser direkten Begegnung war klar, dass Yvonne als Knüsli nicht antworten durfte, sondern dass Heiner selber den Perspektivenwechsel machen musste um zu erleben, wie Knüsli nun reagiert.

Daniel sagt, ihm hat eine Instanz gefehlt. Er hat den Eindruck, dass hinter der Figur des Jakob Knüsli noch jemand steht, nämlich "der Clown". Er hätte "den Clown" zwischen Heiner und Knüsli gestellt. Wir probieren dies auf der Bühne aus und entscheiden, das zuerst ohne rote Nase zu machen.

Leitungsperspektive:

Von der Methodenliste in Kapitel 5.4 auf Seite 17 kommt hier nun Punkt 4 zur Anwendung. Allerdings ist dieser Clown-Einsatz aufgrund des Themas erwünscht und nicht als unabhängige Figur.

Heiner wählt Lisbeth als "der Clown". Im direkten Rollentausch zeigt er uns, wo der Clown steht. Knüsli und Heiner stehen wieder Rücken an Rücken. Der Clown steht nah bei ihnen, hinter den beiden. Rollentausch.

Heiner nimmt seinen Platz ein, Lisbeth ist der Clown. Knüsli findet es angenehm. Kaum ist der Clown da sagt er, er könne besser atmen. Der Clown nimmt zu beiden Kontakt

auf. Heiner freut sich über den Clown, er wird aufmerksam, freut sich über das Beziehungsangebot. Der Kontakt von Heiner zu Knüsli wird weicher. Direkter Rollentausch mit Knüsli.

Heiner als Knüsli ist verunsichert. Einerseits fühlt er sich durch den Clown unterstützt, andererseits weiss er nicht, was nun seine Aufgabe ist. Der Clown ist zwar willkommen, aber noch etwas fremd. Der Kontakt zu Heiner ist leichter und Knüsli nimmt zum ersten mal Kontakt zum Publikum auf.

Ich bitte die inneren Anteile auch auf die Bühne, um das Schlussbild des Spiels nochmals aufzustellen und zu schauen, wo da der Clown stehen würde. Heiner zeigt im direkten Rollentausch, wo nun der Clown steht. Der Clown stellt sich hinter Knüsli, schaut über seine Schulter und sagt: "Gut so." Knüsli lächelt und nickt. Rollentausch.

Heiner freut sich über das Bild von Knüsli und Clown. Er fühlt sich leichter. Heiner überprüft, wo nun für ihn ein guter Platz ist. Er bewegt sich auf der Bühne, nimmt zu allen Kontakt auf und merkt, dass es gut ist, in Bewegung zu sein.

Nun bitte ich alle, die rote Nase anzuziehen. Heiner bewegt sich auf der Bühne, er strahlt, er nimmt mit allen Kontakt auf und sagt, es fühlt sich viel leichter an und das sei die Einladung, das Spiel zu beginnen. Hier lösen wir die Szene auf der Bühne wieder auf und setzen uns zurück in den Kreis.

Wie war bei dieser Sequenz der Wechsel zur roten Nase? Die Zuschauerinnen waren beeindruckt von der Veränderung: es war spür- und sichtbar, dass die Handlung lebendiger wurde. Es gab weniger Anstrengung und beim Zusehen war es berührender. Die rote Nase war für Dorothea die Erlaubnis, mit dem Protagonisten in Interaktion zu gehen. Die Gefühle dürfen sein, es wird humorvoller, weicher und fließender. Lisbeth als Clown fühlte sich am Anfang ohne rote Nase nackt. Anschliessend mit Nase war es besser.

Wir phantasieren, dass es vielleicht auch möglich wäre, eine Szene mit einem anderen Symbol verstärken zu können, z.Bsp. wenn alle eine Hexennase anziehen würden, wäre eine Szene hexenhafter. Die Qualität wäre sicher eine andere. Der Clown ist nahe am kindlichen und insofern nahe dem Psychodrama, welches das kindliche Spiel als Ursprung nimmt um Spontanität und Kreativität zu entwickeln. Der Clown macht die Gefühle sichtbar und unterstützt dadurch die Erwachsenenwelt. Die Figur des Clowns bringt in einer Szene den kindlichen Teil mit rein. Knüsli hat von Heiner verlangt, dass er die rote Nase anzieht. Damit sagte er ihm, dass er mehr Gefühle von ihm erleben will.

Was war "der Clown" in psychodramatischen Begriffen? War er das Doppel von Knüsli? Oder ein innerer Anteil von Heiner? Wir denken, dass er zu Heiner gehört, und gleichzeitig ist er ein Verbindungsglied zwischen Heiner und Knüsli. Lisbeth als Clown merkte im Spiel, dass sie den Kontakt zu Heiner brauchte. Als Heiner sich bewegte, wollte der Clown bei ihm sein, mit ihm mitgehen. Den Kontakt zu Knüsli hat er trotzdem beibehalten.

Hiermit schliessen wir die Diskussion um dieses Protagonistenspiel. Die letzte Stunde würde ich gerne nutzen, um nochmals in einer neuen Vignette den Clown als Doppel einzusetzen.

7.9 Vignette

Methode: "Clown-Doppel"

Protagonistin: Silvia; Thema: Absurde Kommunikation in der Disco

Silvia hat kürzlich in der Disco eine Situation erlebt, bei der sie sich über sich selber gewundert hat. Sie hat einen Mann getroffen, Toni, den sie schon von einer früheren Begegnung kannte. Als er auf sie zu kam, habe sie so absurd reagiert, dass sie sich anschliessend über sich geärgert hat. Es ist ihr jetzt noch peinlich, was sie zu ihm gesagt hat. Sie möchte diese Begegnung hier auf die Bühne bringen und einen Clown als Doppel einsetzen. Sie wählt Daniel als den Mann Toni und Regula als ihr Clown-Doppel.

Da Regula Psychodrama und Clown-Arbeit wenig kennt, erkläre ich ihr nochmals den Begriff des Doppels. Silvia holt sich einen Stuhl, denn die Begegnung fand statt, als Silvia sich gerade gesetzt hatte. Regula setzt sich auch auf einen Stuhl, schräg hinter Silvia.

Regula zieht die rote Nase an. Ich bitte sie, sich beim Anziehen der Nase bewusst zu sein, dass sie nun als Clown hier sitzt, zur clownesken Unterstützung von Silvia.

Silvia erzählt, dass sie nach einem intensiven Tanz verschwitzt und mit sich beschäftigt auf ihrem Stuhl sass, als Toni zu ihr kam, den sie schon beim letzten Tanzabend getroffen hatte. Wir machen einen direkten Rollentausch.

Silvia ist Toni und stellt sich vor: Toni ist ein interessanter, geheimnisvoller Mann. Er merkt schon bei der ersten Begegnung, dass Silvia ihn interessant findet. Sie gefällt ihm auch. Bei der ersten Begegnung haben Silvia und Toni kaum miteinander gesprochen, sondern lange getanzt. Toni findet Silvia erotisch und freut sich, dass sie heute wieder da ist. Er bedauert es, dass er erst so spät kommen konnte. Er geht auf Silvia zu, begrüsst sie erfreut und umarmt sie. Rollentausch.

Daniel als Toni kommt auf Silvia zu und begrüsst sie. Der Clown spricht im Hintergrund die Gedanken aus, die er bei Silvia vermutet. "Oh, jetzt kommt er. Wie sehe ich bloss aus, ist mein Make-up verschmiert? Oh, mir ist heiss!" Das Publikum lacht, Silvia wirkt gleichzeitig beschämt und erfreut. Silvia begrüsst Toni sitzend und sagt: "Ah, konntest du heute auch frei machen?" Der Clown denkt laut: "Könnte er sich nicht einfach setzen und mich in den Arm nehmen?" Silvia sagt zum Clown: "Nein, nur das nicht!" Silvia erzählt dem Clown, dass sie vorher mit einem anderen attraktiven Mann getanzt hat und nun in einen Rollenkonflikt kommt. Toni steht immer noch abwartend da. Silvia fragt ihn, ob er bald wieder nach Afrika fliege. Sie muss lachen, weil es ihr so peinlich ist. Der Clown denkt laut: "Ich wäre froh, wenn Toni ein bisschen weiter weg gehen würde. Ich fühle mich hier fehl am Platz." Silvia spricht weiter zu Toni und sagt ihm, dass sie darüber irgendwo in einem Artikel gelesen habe. Als der Clown sagt: "Hirnleere, Hirnleere", schaut Silvia zum Clown und nickt lachend. Rollentausch zwischen Silvia und Toni.

Toni achtet nicht auf das, was Silvia gesagt hat, sondern nimmt Silvia bei der Hand und zieht sie auf die Tanzfläche. Rollentausch zurück.

Silvia lässt sich auf die Tanzfläche führen. Der Clown geht mit und spricht: "Oh, es ist ja schon schön, aber was mache ich denn hier?" Silvia unterbricht den Clown und den Tanz und sagt verzweifelt: "Der andere Mann schaut mich immer an!" Der Clown ergänzt: "Zu welchem soll ich jetzt?"

Silvia unterbricht die Szene und setzt sich. Ich frage sie, wie das war? Sie bestätigt, dass der Clown richtig gesprochen hat. Sie war in einem Konflikt, zu welchem Mann sie wollte. Ich frage sie, ob sie eine Bitte an ihr Clown-Doppel hat. Sie wünscht sich, dass der Clown extremer reagieren würde. Er ist für sie eine grosse Unterstützung, denn er spricht wirklich aus, was sie gerne gesagt hätte. Ich bitte Silvia, mit dem Clown einen Rollentausch zu machen.

Silvia als Clown schimpft mit ihrer Stellvertreterin. Sie sagt: "He, schau doch mal! Den dort drüben wolltest du heute abend kennenlernen! Wieso lässt du dich von Toni auf die Tanzfläche ziehen! Du spinnst vollkommen! Toni kommt ja wieder, du weisst es!" Rollentausch zurück.

Leitungsperspektive:

Die Szene ist sehr lebendig. Es wird viel gelacht. Silvia ist sehr mutig und berührt damit das Publikum. Wir bleiben dabei, dass nur das Doppel die rote Nase hat. Somit bleiben wir bei Punkt 2 aus der Methodenliste (Kapitel 5.4 auf Seite 17).

Der Clown übernimmt nun die Sätze von Silvia und verstärkt sie. Toni führt Silvia tanzend zu den Stühlen. Als Silvia wieder sitzt, sagt sie: "Heute Abend läuft hier nichts mehr." Der Clown übernimmt dies, verstärkt es und schickt Toni weg. Silvia sitzt erschöpft auf dem Stuhl und ist froh, dass der Clown ihr hilft. Rollentausch Silvia - Toni.

Toni freut sich, mit Silvia tanzen zu können. Doch er wäre gerne früher gekommen, denn er merkt, dass die Aufmerksamkeit von Silvia nicht ganz bei ihm ist. Ich frage ihn, was er dann gemacht hat. Er sei noch an der Bar gewesen und habe sich dann kurz entschlossen verabschiedet.

Währenddem ich mich mit Silvia als Toni unterhalte, sitzen Dani als Silvia und das Clown-Doppel auf den Stühlen und freuen sich gemeinsam, dass sie Toni los sind.

Für Toni war klar, dass er nach Hause geht, weil Silvia nicht mit ihrer Präsenz bei ihm war. Die albernen Sätze von Silvia waren dabei nicht ausschlaggebend. Rollentausch zurück.

Silvia merkt, dass es ein grösseres Thema hinter dieser Szene gibt. Dies hatte sie schon erwähnt, bevor sie auf die Bühne kam. Die Vereinbarung, dass wir nur eine Vignette machen und das grosse Thema nicht explorieren, ist für sie immer noch gut. Ihr ursprünglicher Wunsch war, in der Szene nichts Albernes zu sagen. Ich biete ihr an, das hier nochmals auszuprobieren. Was hätte sie Toni eigentlich gerne gesagt? Silvia weiss nun, was sie bei einem nächsten Mal sagen würde. Sie nutzt die Gelegenheit, es hier auf der Psychodramabühne zu üben. Silvia gibt dem Clown die Erlaubnis dreinzureden, falls sie etwas sagt, das nicht stimmig ist.

Toni kommt nochmals erfreut auf sie zu, möchte sie umarmen, doch Silvia behält Distanz und erklärt ihm, dass sie vorher eine intensive Begegnung gehabt hat und nun ein bisschen Ruhe braucht. Vielleicht komme sie nachher auf ihn zu. Toni verabschiedet sich daraufhin und geht.

Ich frage Silvia, wie das war? Sie fühlt sich nicht wohl mit dieser Reaktion. Sie wünscht sich, dass sie nach dieser Begegnung ein gutes Gefühl haben kann. Hat ihr Doppel eine Idee, wie sie das machen könnte? Das Doppel meint, dass Silvia mit Toni kurz raus gehen könnte, um mit ihm zu reden, damit er sich nicht zurückgewiesen fühlt. Toni sagt, er fand es schwierig, dass Silvia sitzt, während er steht. Silvia entscheidet, dass sie es nochmals versucht.

Dieses Mal steht sie auf, als Toni kommt und sagt ihm, dass sie sich eigentlich gewünscht hat, dass er heute Abend auch hier sei. Als er dann nicht da war, hat sie mit einem anderen Mann getanzt. Nun hat sie ein Problem, denn sie kann sich nicht einfach vom Anderen verabschieden und sich auf ihn einlassen. Das Clown-Doppel unterstützt das, was sie sagt. Rollentausch Silvia - Toni.

Silvia in der Rolle von Toni erklärt, dies sei gar keine Problem. Toni sagt: "Wir können uns gerne ein ander Mal wieder begegnen." Rollentausch zurück.

Silvia ist erleichtert und sagt, dass sie sich das auch wünscht, nur im Moment sei sie überfordert. Rollentausch.

Toni sagt, er sei sicher, dass eine erneute Begegnung gut möglich ist. Silvia löst sich sofort nach diesem Satz aus der Rolle von Toni und sagt, dass es jetzt gut sei. Sie ist froh, denn sie merkt, dass sie Toni wieder begegnen kann. Sie ist froh, die Erfahrung gemacht zu haben, dass sie auf eine normale Gesprächsebene gehen kann. Das darunter liegende Thema, das sie nun klar wahr nimmt, wird sie ein anderes Mal anschauen.

Wir machen ein Sharing und Rollenfeedback.

7.9.1 Auswertung Vignette

Zusammenfassung der Austauschrunde im Kreis:

Silvia fühlte sich durch den Clown gut unterstützt. Er hätte sich noch stärker einmischen und noch mehr maximieren können. Seine rote Nase war für sie die Erlaubnis, noch mehr von ihm zu erwarten. Der Clown hätte die Führung übernehmen dürfen und auch die Handlung bestimmen können. Er blieb auf der verbalen Ebene.

Regula empfand die rote Nase als störend. Sie war sich nicht sicher, ob sie als Clown ernst genommen wird. Sie fühlte sich als Sonderling, da sie die einzige mit roter Nase

war. Sie vermutet, dass sie ohne Clownnase mehr Bedeutung gehabt hätte. Oder es hätten sich alle eine rote Nase anziehen müssen. Vielleicht spielte auch mit, dass Regula an diesem Wochenende zum ersten Mal Psychodrama und Clown-Arbeit macht, und ihr die Rolle des Doppels und des Clowns noch nicht vertraut sind. Sie wusste nicht genau, was alles "erlaubt" ist. Sie hätte eine vertieftere Einführung in die verschiedenen Rollen gebraucht.

Für die Zuschauenden war es ein stimmiges Bild, dass ein Clown-Doppel anwesend war. Der Clown durfte alles plakativ darstellen, ohne Maulkorb. Der Clown hätte noch "verrückter" agieren dürfen.

7.10 Abschluss des Wochenendes

Wir machen eine Schlussrunde im Kreis. Das Feedback ist sehr erfreulich. Alle fühlen sich angeregt und bereichert von dem, was sie erlebt haben. Es war spannend, als Experte oder Expertin anwesend zu sein und experimentieren zu können. Am Thema Clown und Psychodrama kann sicherlich noch weiter geforscht werden, es ist noch nicht alles ausgeschöpft. Meine Leitung wurde sehr geschätzt und die Zusammenarbeit in dieser Gruppe war äusserst angenehm. Ich bin sehr dankbar, eine so kompetente und unterstützende Gruppe an meiner Seite gehabt zu haben.

8 Auswertung des Wochenendes

Die in Kapitel 5.3 auf Seite 17 genannten Hypothesen haben sich alle bestätigt:

1. Psychodrama und Clownarbeit haben viel miteinander gemeinsam und lassen sich kombinieren!
2. Die rote Nase kann in Protagonistenspielen eingesetzt werden!
3. Der clowneske Humor verhilft zu mehr Leichtigkeit!
4. Die rote Nase unterstützt das Freisetzen von Kreativität und Spontaneität!

Ein erstes Wochenende dieser Art hat also positive Ergebnisse erbracht und gezeigt, dass es sich lohnt, in dieser Richtung weiter zu experimentieren.

Die in Kapitel 5.4 auf Seite 17 aufgelisteten Methoden konnten alle ausprobiert werden:

1. Die Protagonistin ohne / mit roter Nase. Maximieren der Szene körperlich und stimmlich mit roter Nase.
2. Der Clown als Doppel der Protagonistin.
3. Die Protagonistin in der Spiegelposition: mit / ohne rote Nase.
4. Der Clown als Mitspieler in einer Szene, zusätzlich zu anderen Antagonisten.
5. Der Clown oder mehrere Clowns als Beobachter / Berater einer Szene.
6. In einer Szene verschiedenen Antagonisten eine rote Nase aufsetzen.

Ich möchte nun nochmals auf einzelnen Methoden und meine Erkenntnisse eingehen.

8.1 Der Gewinn der roten Nase auf der psychodramatischen Bühne

Psychodrama und Clownarbeit lassen sich kombinieren. Der Clown bringt mehr Leichtigkeit und Humor in die Arbeit. Die rote Nase ist ein zusätzliches Symbol, das auf der Bühne genutzt werden kann. Im Spiel verändert sie als erstes das Erscheinungsbild des Gegenübers. Sie unterstützt die humorvolle Wahrnehmung und ermöglicht eine clowneske Leichtigkeit, sowohl für die Protagonistin, wie auch für Antagonisten und ebenso für die Zuschauer.

Die Clownnase erlaubt, Risiken einzugehen, Rollen auszuprobieren und Emotionen, Bewegungen und Mimiken zu übertreiben. Das Maximieren einer Handlung ist schneller möglich. Durch die rote Nase werden die Antagonisten und Stellvertreter ermutigt, ihre Rollen zu erweitern. Dies ermöglicht ein lebendiges Spiel. Die Protagonistin ist herausgefordert, sich daran zu beteiligen und Neues auszuprobieren. Insofern hat die rote Nase auch einen provozierenden Charakter.

Die rote Nase kann Emotionen vertiefen, da die Hemmschwelle niedriger ist. Sie kann ermutigen, sich auf die eigenen Gefühle vermehrt einzulassen. Da damit Grenzen erweitert werden, kann sie auch Scham auslösen. Der Clown macht alle Gefühle offensichtlich, auch solche, die wir im Alltag gerne verbergen. Damit ist achtsam umzugehen.

Die Auseinandersetzung mit dem Clown und das Spiel mit der roten Nase kann zur Erkenntnis führen, sich die Erlaubnis zu geben, alles etwas leichter anzugehen. Der Clown weckt Kreativität, Spontanität und Experimentierfreudigkeit. Beim Zuschauen unbeschwert lachen können ist wohltuend und wirkungsvoll.

8.2 Clown und Narr

Wie in Kapitel 3.2 auf Seite 10 beschrieben, sind der Clown und der Narr sehr ähnliche, aber nicht genau die gleichen Figuren. Die rote Nase des Clowns (als Symbol) unterscheidet sich von der Figur des Clown als Narren: Das Symbol ist für die Protagonistin ein "Erlauber", die Narrenfigur ist eine zusätzliche Figur.

8.2.1 Der Narr auf der psychodramatischen Bühne

Am Experimentierwochenende hat sich gezeigt, dass der Narr bei systemischen Fragestellungen sehr hilfreich sein kann (siehe Kapitel 7.6.1 auf Seite 23). Er kann als zusätzliche Figur eingesetzt werden, oder durch die Protagonistin bzw. Stellvertreterin, evtl. auch durch einen Antagonisten, vertreten sein. Der Narr hat Narrenfreiheit - er darf agieren und reagieren wie er will. Er provoziert gerne. Er spricht an, was ihm wichtig scheint, ohne Angst oder Rücksichtnahme. Er deckt Machtverhältnisse auf und spricht Ungerechtigkeiten an. Im Gegensatz zum Clown ist er eher ein Kommentator, nicht ein Repräsentant der Gefühle. Bei systemischen Fragestellungen kann er gut eingesetzt werden, weil er eine eigene Ordnung einbringen oder bestehende Ordnungen in Frage stellen kann.

Bei systemischen Fragestellungen kann er gut eingesetzt werden. Er hat auf der Bühne alle Freiheiten. Er kann der Protagonistin aufzeigen, was er sieht, hört, riecht, etc. Es darf ausprobieren und dabei gewinnen oder scheitern. Er gibt nicht auf, auch wenn Widerstand entsteht.

Beim Protagonistenspiel von Sandra (Kapitel 7.6 auf Seite 21) haben wir mehrere Narren nacheinander eingesetzt, damit diese verschiedene "Narrenspiele" ausprobieren konnten. Jeder Versuch hat neue Erkenntnisse gebracht. Für die Protagonistin war es lehrreich und entlastend. Sie hat dadurch ihre Autonomie wiedergewonnen und konnte sich besser abgrenzen. Die neuen Einsichten konnte sie für sich und für die Situation gut nutzen.

8.2.2 Der Clown auf der psychodramatischen Bühne

Bei Protagonistenspielen, bei denen innere emotionale Themen wichtig sind, ist der Clown die hilfreiche Figur (siehe Kapitel 7.7 auf Seite 26). Er unterstützt beim Explorieren und erlaubt, die eigenen Grenzen zu erweitern. Bei schambehafteten Themen ist die Clownnase hilfreich, da sie Peinlichkeiten auflösen kann.

Beim Protagonistenspiel von Yvonne (Kapitel 7.7 auf Seite 26) hatten die Protagonistin und der Antagonist die rote Nase an. Damit die Protagonistin in ihre Clown-Energie kommt, ist es wichtig, dass ihr Gegenüber auch eine rote Nase hat. Sie braucht ihn als Spiegel. Yvonne wünschte sich einen "Weissclown" als Coach von Aussen. Darüber werde ich anschliessend in Kapitel 8.3 schreiben.

Bei Yvonne's Szene haben wir alle viel gelacht. Es war wohltuend und berührend zu sehen, was dieser Clown von sich zeigt. Durch die rote Nase war ihr Körperausdruck und ihre Mimik noch eindrücklicher. Als dann die Sprache weg fiel, kam das Clowneske noch verstärkter zum Ausdruck. Das Lachen weichte Yvonne auf und weckte eine alte Traurigkeit. Lachen und Weinen sind nahe beieinander und beides soll auch auf der psychodramatischen und clownesken Bühne Platz haben.

8.2.3 Innere Anteile mit roter Nase

Wenn es um innere Anteile geht, ist der Clown eine mögliche zusätzliche Stimme. Bei mehreren inneren Anteilen, die auf der Bühne versammelt sind, können auch alle zu Clowns mit roten Nasen werden. Diese clownesken Anteile verbreiten Humor und Leichtigkeit (siehe Kapitel 7.8 auf Seite 30).

Bei Heiner's Protagonistenspiel kam viel Lebendigkeit auf, als die inneren Anteile ihre roten Nasen aufsetzten. Sie erweiterten ihre Rollen und nahmen vermehrt mit dem Protagonisten Kontakt auf. Dies weckte in ihm neue Energie und erleichterte die eher schwere Stimmung, die geprägt war von seiner Ratlosigkeit. Im klassischen Psychodrama, habe ich gelernt, dürfen die Rollen nicht erweitert werden. Allerdings wird das inzwischen von einigen erfahrenen Psychodramaleitern nicht mehr so streng angewandt. Eva Leveton zum Beispiel ¹⁾, die ursprünglich Schauspielerin ist, ermutigt immer wieder zu Rollenerweiterungen.

8.2.4 Der Clown als Doppel und in der Spiegelposition

Clowns können sicherlich auf einer Psychodramabühne als Doppel eingesetzt werden. Es ist auch möglich, als Clown aus der Spiegelposition einen humorvollen Blick auf das Geschehen auf der Bühne zu werfen. Allerdings braucht es für beide Interventionen ein achtsames Einrollen. Der Wechsel von "ohne" zu "mit" roter Nase, muss begleitet, ritualisiert und eingeübt sein. Welche Ergebnisse damit genau erzielt werden können, kann hier nicht genau beschrieben werden. Wir hatten am Experimentierwochenende nicht genügend Zeit, dies im Detail auszuprobieren. Eine Erfahrung mit einem Clown-Doppel ist in Kapitel 7.9 auf Seite 34 beschrieben.

8.3 Der Weissclown - zusätzliches Hilfsmittel für die Leitung

Der Weissclown kann als "Regisseur" genutzt werden (siehe Kapitel 3.7.1 auf Seite 12). Er sitzt beim Publikum, schaut mit liebevollem und ehrlichem Blick zu, und gibt der Protagonistin Hinweise, worauf sie achten kann, was sie verstärken kann, was sie sagen kann, wie sie sich bewegen kann, etc. Er unterstützt und provoziert. Er ist ein zusätzliches Werkzeug für die Leitung. Seine Anweisungen sollen der Protagonistin helfen, Neues an sich zu entdecken und sie ermutigen, sich zu zeigen. Peinlichkeiten dürfen offen gelegt werden.

Es ist wichtig, seine Rolle gut zu erläutern. Es geht nie darum, jemanden lächerlich machen zu wollen, sondern um das klare, achtsame, manchmal auch befreiende Ansprechen von Offensichtlichem oder Vermutetem. Evtl. ist es sogar ratsam, ihn durch einen speziellen Hut o.ä. zu markieren.

8.4 Schlussfolgerungen und Zusammenfassung

Die Verbindung von Psychodrama und Clown-Arbeit erfordert eine hohe Aufmerksamkeit der Leitung, da sich durch die zusätzliche Ebene "rote Nase" eine zusätzliche Komplexität ergibt.

Die Leitung muss sich zuerst klar werden, was bei ihrer Klientel die Figur des Clown auslösen könnte und ob sein Einsatz stimmig ist. Ob der Einsatz der roten Nase immer möglich ist, kann in dieser Arbeit nicht beantwortet werden.

Der Clown muss gut eingeführt werden. Es braucht Gespräche über innere Clownbilder und spielerische Übungen mit der roten Nase, um sich selber als Clown erleben zu können. Der Unterschied von Clown und Narr muss erwähnt und erklärt sein (siehe Kapitel 3.2 auf Seite 10).

Bei Rollenübernahmen braucht es ein sorgfältiges Einrollen. Das Aufsetzen der roten Nase soll als Ritual gestaltet werden, um bewusst den inneren Clown zu aktivieren.

Es ist sinnvoll, nicht nur der Protagonistin die rote Nase aufzusetzen, sondern auch den Antagonisten. Die Protagonistin braucht ein Gegenüber mit roter Nase, um in die Clown-Energie zu kommen.

Die rote Nase wird oft als Erlauber erlebt. Sie kann genutzt werden, wenn eine Szene nicht mehr weiter geht oder um das Maximieren zu unterstützen. Antagonisten mit roter Nase erlauben sich vermehrt, ihre Rolle zu erweitern.

Bei systemischen Fragestellungen ist der Narr eine hilfreiche Figur auf der Bühne. Bei inneren emotionalen Themen ist der Clown die unterstützende Figur.

Der Clown kann bei schambehafteten Themen hilfreich sein. Er kennt keine Tabus, er liebt es, in Peinlichkeiten zu baden. Er macht Schamvolles sichtbar. Damit ist achtsam umzugehen.

1) Mut zum Psychodrama, siehe Literaturliste

Durch die Komik können auch Tragik und Traurigkeit zum Vorschein kommen.

Zur Unterstützung des Clowns ist es manchmal hilfreich, einen "Weissclown", bzw. einen Regisseur einzusetzen, der dem Clown auf der Bühne Anweisungen geben darf. Die Leitung kann diese Rolle übernehmen. Dies hilft dem Clown, seine Ressourcen noch mehr zu nutzen. Die Leitung hat dadurch die Erlaubnis, vermehrt zu provozieren und Tabus anzusprechen.

9 **Abschliessende Bemerkungen**

Das Schreiben dieser Abschlussarbeit war lehrreich und hat mir Freude bereitet. Es war ein intensiver Prozess, begleitet von Unsicherheiten und Herausforderungen. Er führte mich zu neuen Erfahrungen und wichtigen Erkenntnissen. Ich hatte den Mut, etwas Neues auszuprobieren und freue mich über die Ergebnisse. Das Experimentierwochenende war spannend, bereichernd und lehrreich. Herzlichen Dank dem Expertenteam!

Das Thema Psychodrama und Clown ist für mich noch lange nicht beendet. Die Forschung hat begonnen und ich werde sie gerne in meinem Berufsalltag fortsetzen. Das Experimentieren hat mich ermutigt, die rote Nase und den Humor bewusst in meine psychodramatische Arbeit einzusetzen. Ich habe viel investiert, viel gelernt und kann viel ernten.

Ich möchte all meinen Psychodrama-Lehrerinnen und -Lehrern herzlich danken. Es war immer spannend und lehrreich, verschiedenen Menschen beim Leiten zuzuschauen. Zudem danke ich meiner Lehrsupervisorin Hildegard Schumacher für die Begleitung dieser Abschlussarbeit. Es war eine unterstützende und fruchtbare Zusammenarbeit. Danken möchte ich auch dem Leiter des Instituts für Soziale Interaktion in Hamburg, Paul Grapentin. Den Weg von Zürich nach Hamburg habe ich immer wieder gerne gemacht und wusste die Unterstützung beim Abschliessen dieser Ausbildung sehr zu schätzen.

Und zum Schluss ist es mir wichtig, hier meine Familie zu erwähnen, meinen Mann und meine beiden Töchter: Herzlichen Dank für eure liebevolle Unterstützung!

10 Literaturverzeichnis

Psychodrama

J.L. Morenos Werk in Schlüsselbegriffen
Ch. Hutter u. H. Schwehm (Hrsg.), 2009, Verlag für Sozialwissenschaften

Psychodrama
v. Ameln, Gerstmann, Kramer, 2005, Springer Verlag

Wie Salz in der Suppe
M. Lauterbach, 2007, Carl-Auer Verlag

Mut zum Psychodrama
E. Leveton, 2004, Verlag Iskopress

Stellen Sie sich vor, Sie sind
R. Schaller, 2009, Huber Verlag

Clown

Humor. Gespräche über Komik, das Lachen und den Narren
Dimitri, C. Lanfranchi, 1995, Verlag am Goetheanum

Der Clown in uns, Humor und die Kraft des Lachens
D. Gilmore, 2007, Kösel Verlag

Faszination Clown
A. Fried, J. Keller, 1996, Patmos Verlag

Der Clown, Geschichte einer Gestalt
R. von dem Borne, 1993, Verlag Urachhaus

Der Clown in der sozialpädagogischen Arbeit
J. Schilling, C. Muderer, 2010, Reinhardt Verlag

Humor

Das wäre doch gelacht! Humor und Provokation in der Therapie
E. Höfner, H. Schachtner, 2001, rororo-Sachbuch

Therapeutischer Humor, Grundlagen und Anwendung
M. Titze, C.T. Eschröder, 1998, Fischer Verlag

"Psychologie heute"
Artikel von Michael Titze, September 1995