

## Anwendungstraining Psychodrama – Das klassische Bühnenspiel

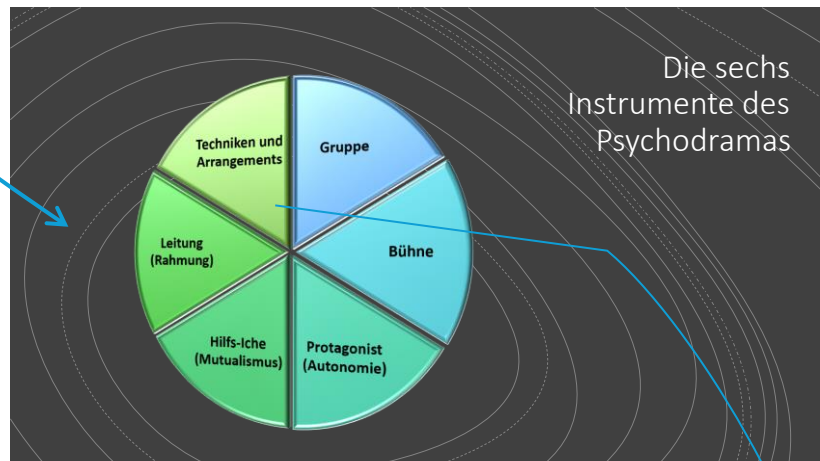
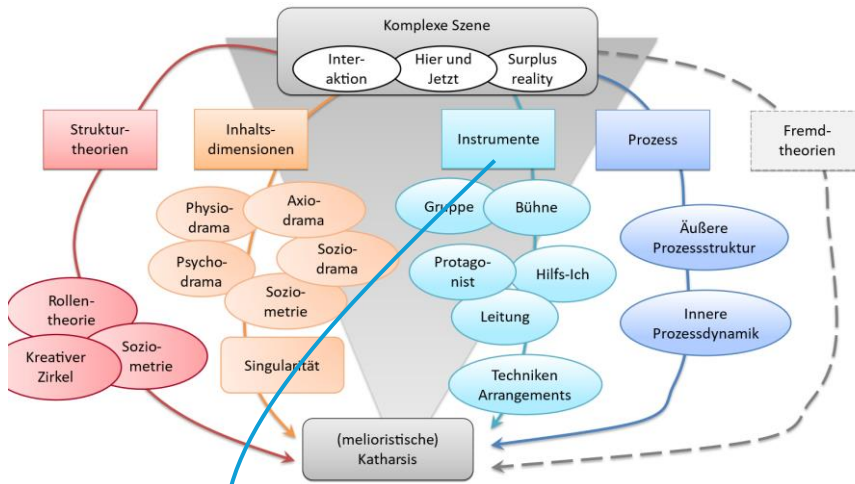
In diesem Skript geht es um einen technischen Fokus auf das psychodramatische Bühnenspiel. Dabei wird in einem ersten Durchgang versucht, die technischen Instrumente und Handgriffe zu benennen, die für die Gestaltung der jeweiligen Prozessschritte zur Verfügung stehen.

1. Grundbausteine des Psychodramas.....	3
2. Die Basistechniken .....	4
3. Erwärmung .....	6
4. Der Szenenaufbau.....	6
5. Explorationstechniken .....	7
6. Abschluss, Entrollen und Szenenabbau .....	9

In einem zweiten Teil geht es dann um die Rekonstruktion eines „klassischen“, „lehrbuchmäßigen“ Ablaufs eines Bühnenspiels. Im Zentrum des Interesses steht jetzt ein Prozessablauf, bzw. eine Prozesslogik. Dieser Ablauf ist idealtypisch. Selbstverständlich werden erfahrene Psychodramatiker\*innen davon abweichen. Trotzdem ist es gut, sich diesen Ablauf als Hintergrundfolie klarzumachen, zu der man – gerade im Krisenfall – immer wieder zurückkehren kann.

7. Erwärmung .....	10
8. Szenenaufbau .....	10
9. Spielphase.....	11
10. Integrationsphase .....	12

# Erster Teil: Technisch handeln im Psychodrama



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

## 1. Grundbausteine des Psychodramas

### Verkörperung

Die „Verkörperung“ einer Rolle ist neben der Begegnung und dem Experiment eine der drei großen Strategien des Psychodramas, um eine Situation zu verstehen und um sie gegebenenfalls zu verändern. Wenn der Mensch eine Rolle verkörpert, dann ist es möglich, dass der Mensch sich in immer neuen Dimensionen wahrnimmt, entwirft und realisiert.

Moreno geht davon aus, dass dieser Weg der Verkörperung auch für abstrakte Rollen funktioniert. Wir können eine Idee verkörpern, wir können Verkörpern, was Glück für uns bedeutet oder was der Sinn des Lebens ist. Moreno geht davon aus, dass wir in der Verkörperung die höchstmögliche Konzentration auf eine Rolle bewirken und damit auch die exaktest möglichen Erfahrungen machen können.

Wenn wir die Verkörperung als Lernweg in der Beratung nutzen wollen, könnte der rote Faden etwa so lauten: Sieh genau hin, welche Rolle du in deinem Leben entwickeln möchtest. Dann versuche sie so intensiv und echt wie möglich zu spielen. Dabei wirst Du merken, dass dies immer leichter und immer authentischer gelingt. Oder kurzgefasst: Schein so lange, bis du bist. (Heute lautet dieser Satz deutlich grobschlächtiger: „Fake it until you make it“).

Eine Verkörperung kann aber auch ein kleiner Schritt in einem Beratungsgespräch sein, um ein Thema weiter zu erwärmen, um einen Augenblick zu intensivieren, oder um den Schritt auf die Spielbühne vorzubereiten: „Geh einmal kurz in diese Rolle!“ „Zeig einmal körperlich, was in diesem Moment passiert!“

### Verortung

Eng verbunden mit der Verkörperung ist das Prinzip der Verortung. Alles, was geschieht, geschieht an einem bestimmten Ort. Für Moreno ist klar, dass man einer Fragestellung nur dann gerecht werden kann, wenn man sie eingebunden in ihren Gesamtkontext betrachtet. Zu diesem Kontext gehört zentral der Ort, an dem Dinge passieren. Er formuliert diese Erkenntnis bereits ganz früh. In seiner Schrift zum Stegreiftheater führt er aus, dass zu jedem Ding untrennbar die Stelle gehört, an der es entstanden ist. Verändere ich diese Stelle, so wird das Ding etwas gänzlich anderes. Zur Blume gehört die „Stelle, an der sie Blume geworden ist“, im „Haar einer Frau“, als Teil eines Blumenstraußes oder als Malerei auf Stoff gebannt gibt es diese erste Blume nicht mehr. Das Objekt wird dabei nicht nur zu etwas anderem gemacht, Morenos Überzeugung ist, dass es zerstört wird, weil es benutzt wird, um etwas anderes zu schaffen. Es wird „ein Geschenk, ein Wert, Geld“. Wir benennen es mit dem alten Namen. Die Blume heißt noch Blume, aber letztlich ist dies semantischer Betrug, eine fatale Täuschung, weil nur die „ursprüngliche Lage“ diesen Namen verdient. Wo Kontexte missachtet werden, bleiben leere Namen zurück, während sich Dinge verändern, oder gar verschwinden (alle Zitate aus: Moreno 1924, S. 7f.).

Was in Morenos Wiener Zeit noch sehr wuchtig und existentiell klingt wird später ein grundlegendes Arbeitsprinzip des Psychodramas. Was immer geschieht, geschieht an einem Ort. Inszeniert man diesen Ort, so schafft man dadurch den bestmöglichen Rahmen, damit sich die Protagonist\*innen für ihre Lebensszenen erwärmen und diese erforschen und verändern können.

### Symbolisierung

Ein weiteres Wirkprinzip ist die Symbolisierung. Das Wort Symbol kommt aus dem Griechischen und bedeutet Zeichen oder Merkmal. Interessant ist die Etymologie, die hinter dem Wort steckt. Das griechische Wort Symballein bedeutet zusammenwerfen. Im Symbol treffen zwei Dinge aufeinander: Ein Gegenstand und eine Bedeutung. Genau hier entsteht der Mehrwert für die psychodramatische

Arbeit. Wenn ich jemanden bitte, ein Symbol für sein Hobby zu wählen. Und er/sie wählt für das Hobby Malen eine junge Ziege, dann wird dem Hobby eine gänzliche neue Bedeutungsebene (jung, wild, frei, spielen etc.) hinzugefügt mit der dann weitergearbeitet werden kann.

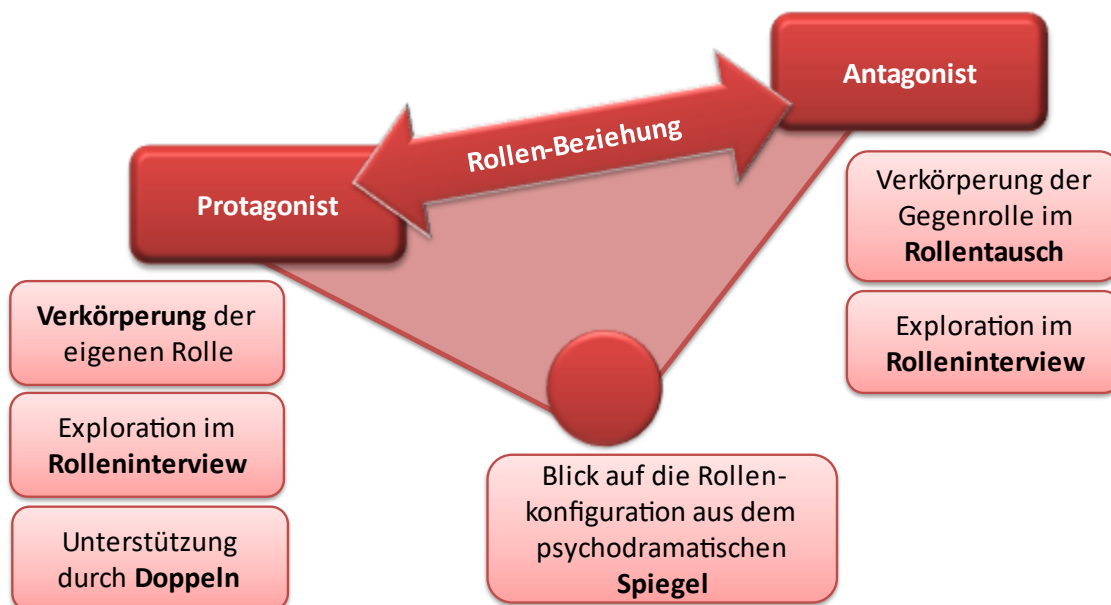
In der Praxis wird den Protagonist\*innen eine Auswahl von Gegenständen angeboten, mit denen sie Orte, Themen oder Rollen innerhalb einer Szene markieren. Die Symbolisierung spielt bereits im Gruppensetting eine Rolle. Noch wichtiger wird sie im Einzelsetting, weil dort Szenen nicht mit Hilfe von Hilfs-Ichen aufgebaut werden können. Damit tritt die direkte Interaktion etwas in den Hintergrund und gibt Raum um die symbolische Ebene einer Szene verstärkt in den Blick zu nehmen.

### Handlung

Das Psychodrama ist konsequent handlungsorientiert. Morenos Schritt weg von der Couch des Analytikers, hin zur psychodramatischen Bühne ist nur letzter und sichtbarster Ausdruck dieser „Hinwendung von verbalen Methoden zu Handlungsmethoden, bei denen der verbale Aspekt des Verhaltens nur noch ein (allerdings ein zentrales!) Phänomen ist“ (Moreno, 1946b, S. 246). Im Kern geht es darum, das gelingende oder dysfunktionale Handeln von Menschen zum Thema zu machen. Dazu wird der Arbeitsmodus des Experiments forciert und es werden Explorations- und Veränderungsprozesse im Modus aktiven Handelns vorangetrieben.

## 2. Die Basistechniken

Die drei möglichen Positionen im Beziehungsgefüge und die drei Grundtechniken des Psychodramas



### Rollentausch

Psychodramatiker\*innen ermutigen Menschen sich fremden Rollen anzunähern, um sie von innen heraus zu verstehen. Das nennt man Rollentausch bzw. Rollenwechsel (je nachdem, ob die andere Person real anwesend ist oder nicht). Auch wenn die vorliegende Forschung zu den Wirkfaktoren des Psychodramas noch so manche Wünsche offen lässt, ist schon heute deutlich, dass der durch den Rollentausch erreichte Perspektivwechsel zu den Faktoren gehört, die die Wirksamkeit psychodramatischer Arbeit zu einem wesentlichen Teil erklären.

Arbeitet man nicht mit einer Gruppe, dann kann jede beliebige Person, aber auch eine innere Stimme oder ein Ziel etc. durch einen leeren Stuhl oder einen Bodenanker markiert werden. Dies ermöglicht dem/der Ratsuchenden die entsprechende Position real einzunehmen (sie zu verkörpern!).

Für den Berater/die Beraterin ist diese Arbeit deshalb anspruchsvoll, weil er/sie die je fehlende Stimme beitragen und sprechen muss. Es braucht einiger Übung dies zu machen, ohne mit den einzelnen Rollen oder gar der eigenen Beratungsrolle durcheinanderzukommen.

### Doppeln

Neben dem Rollentausch wird das Doppeln zu den Grundtechniken des Psychodramas gerechnet. Das Doppeln ist dabei die invasivste und gleichzeitig unschärfste Technik, was für den Einsatz besondere Vorsicht verlangt aber gleichzeitig auch große Handlungsspielräume bietet.

In der klassischen Form tritt beim Doppeln ein Hilfs-Ich hinter den Protagonisten/die Protagonistin, versucht sich durch die Übernahme der Körperhaltung und durch räumliche Nähe eng mit ihm/ihr zu verbinden und spricht dann Dinge aus, die der Protagonist/die Protagonistin in diesem Moment nicht aussprechen kann. Die Leitung sorgt dafür, dass diese eingedoppelten Sätze Angebote sind. Allein der Protagonist/die Protagonistin kann entscheiden, ob er/sie einen Gedanken übernehmen möchte oder nicht. Die Faustregel ist, dass nur mit den Sätzen weitergearbeitet wird, die vom Protagonisten/der Protagonistin ausdrücklich übernommen und möglichst in eigenen Worten formuliert wurden. Ein Nicken allein ist hier zu wenig, weil die Gefahren von Beeinflussung und Suggestion viel zu groß sind.

Das Doppeln ist auch deshalb so invasiv, weil es erst dann zum Einsatz kommt, wenn der Protagonist/die Protagonistin die Situation nicht aus eigenen Kräften weiterentwickeln kann. Solange er/sie Zugang zu eigenen autonomen Impulsen hat ist diesen prinzipiell der Vorrang zu geben. Wenn es aber keine zugänglichen autonomen Impulse gibt und diese auch nicht beispielsweise durch eine Maximierung der Szene provoziert werden können, dann muss davon ausgegangen werden, dass der Protagonist/die Protagonistin in einer Situation der Ich-Schwäche auf das Doppel trifft und entsprechend anfällig für Manipulationen ist. Die Frage, ob ein Impuls des Doppels einfach nur übernommen wurde, oder ob er eigene Impulse freigelegt hat, muss als Lackmustest beim Doppeln immer mitgedacht werden.

Die große Variabilität des Doppeln entsteht zum einen daraus, dass es ganz unterschiedliche Strategien gibt: So können Körpergefühle oder Gedanken gedoppelt werden, aber auch Handlungsimpulse oder Provokationen, die über Widerspruch den Protagonisten/die Protagonistin wieder in die eigene Autonomie führen. Zum anderen entsteht die Variabilität, weil es technisch ganz unterschiedliche Lösungen für das Doppeln gibt, die sich z.T. sehr weit von der ursprünglichen Form entfernt haben. So ist es in eher didaktischen oder kollegial lernenden Formaten möglich, dass sich der Protagonist/die Protagonistin an den Bühnenrand begibt und andere Teilnehmer\*innen ihre Version einer Lösung vorspielen. Der Protagonist/die Protagonistin kann dann aus diesem Fundus für die eigene Problemlösung schöpfen. Im Einzelsetting bzw. in ungeübten Gruppen ist es möglich, dass ein weiterführender Satz aus der Leitungsrolle angeboten („souffliert“) wird – auch hier handelt es sich strenggenommen um eine Variante des Doppeln, die aber, weil sie technisch nicht sichtbar gemacht wird noch invasiver ist.

### Spiegelposition

Der psychodramatische Spiegel (die dritte Position: Thomas Schwinger) erschließt die Außenperspektive auf die Szene. Beim Spiegeln gehen Protagonist\*in und Leitung gemeinsam an einen Platz „auf der Bühne neben der Bühne“ von dem aus idealerweise die Szene mit etwas Abstand und Überblick betrachtet und reflektiert werden kann.

Diese Technik ist sowohl konfrontierend, weil sich der Protagonist in seinem Verhalten sieht, als auch schützend und entschleunigend, weil die Dynamik der Szene unterbrochen wird. Das bedeutet, dass sowohl ein mangelnder emotionaler Zugang zur Szene als auch eine emotionale Überflutung Indikationen sein können, in den Spiegel zu gehen. Insbesondere für die gemeinsame Prozessplanung und die (weitere) Kontraktierung ist der Spiegel eine wichtige Position. Schließlich eignet sich der Spiegel gut als Ort für Resümee und Abschluss.

### 3. Erwärmung

#### Phase und/oder Technik?

Vor dem Hintergrund des kreativen Zirkels ist klar, dass Erwärmung viel mehr eine Phase ist, als eine Technik. Moreno geht davon aus, dass es keine unstrukturierte und damit auch keine unerwärmte Gruppe gibt: „Unstrukturierte Gruppen existieren offensichtlich nicht“ (Moreno 1952).

Ein wichtiges Ziel in der Arbeit mit der Gruppe ist die originäre Erwärmung der Gruppe zu identifizieren und ihr Raum zu geben. Der technische Königsweg ist dabei, der Erwärmung, die ohnehin da ist, im Gruppengespräch Raum zu geben, oder sie durch soziometrische oder Inszenierungstechniken sichtbar zu machen. „Das Erwärmen des Klienten für die psychodramatische Darstellung wird durch verschiedene Methoden angeregt [...]. Das Ziel dieser verschiedenen Methoden ist nicht, die Patienten in Schauspieler zu verwandeln, sondern sie dazu zu bringen, auf der Bühne das zu sein, was sie sind, nur tiefer und klarer als sie im wirklichen Leben zu sein scheinen“ (Moreno 1946).

#### Erwärmungstechniken

Darüber hinaus stehen eine Vielzahl von Erwärmungstechniken zur Verfügung. Wichtig ist dabei, dass die bestehende Erwärmung nicht übergangen, sondern aufgenommen und vertieft wird.

- Themenzentriertes Gruppengespräch
- Imaginationsübungen
- Körperübungen (somatische Starter)
- Gruppendynamische Übungen
- Gruppenspiele, Stegreifspiele
- Kreative Medien (Malen, Kneten, Maskenarbeit etc.)
- Arbeit mit Tieren oder anderen Symbolen
- Materialien wie Postkarten, Fotos, Texte, Symbole können als Starter genutzt werden

### 4. Der Szenenaufbau

Zentrale Ziele des Szenenaufbaus sind 1) die Erwärmung des/der Protagonist\*in und 2) die Produktion relevanten Materials, das in der Folge erforscht werden kann. Es geht um einen möglichst präzisen Aufbau einer möglichst relevanten Szene. Je ungestörter der Aufbau vonstattengeht, desto wahrscheinlicher wird relevantes und unbewusstes Material aufgebaut (Abstinenz!). Aufgabe der Leitung ist es, Inszenierungshilfen zu geben. Dazu gehört z.B. eine Unterstützung bei der Inszenierung / Symbolisierungen unangenehmer, erschreckender oder peinlicher Themen: „Es gibt im Allgemeinen ästhetische und ethische Grenzen der Darstellung, die sich ein therapeutischer Leiter immer vor Augen halten muss. Dasselbe Problem mag in verschiedenen Kulturen verschieden behandelt werden. Derselbe eheliche Konflikt müsste in Indien anders behandelt werden als in Katalonien, in der Türkei wieder anders als in den Vereinigten Staaten“ (Moreno 1959).

Leitung hält sich während des Szenenaufbaus so weit es geht im Hintergrund. Sie interveniert nur, wenn der Aufbau stockt. Dann kann es hilfreich sein sich mit den Protagonist\*innen auf die Suche nach einer relevanten Szene zu machen (1. Schritt) oder ihnen mit Inszenierungsideen zur Seite zu stehen (2. Schritt).

Die Szene, die entsteht speist sich entweder aus realen äußeren Erfahrungen, oder sie sind Abbild der inneren Realitäten der Protagonist\*innen. Zumeist sind Szenen mit beiden Bereichen eng verbunden.

#### Techniken des Szenenaufbaus

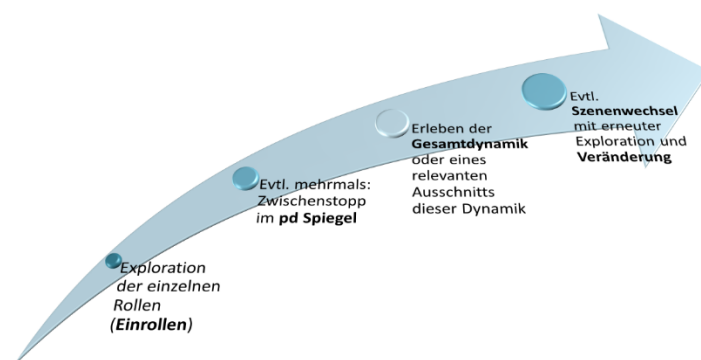
- Die „leere Bühne“
- Verkörperung von Rollen und Positionen
- Einrollen und Rolleninterview
- Nutzung von Hilfs-Ichen als Alter Ego und Mitspieler\*innen
- Verkörperung oder Symbolisierung von inneren Anteilen. Aber Vorsicht vor der Entleerung des Protagonisten/der Protagonistin!
- Nutzung von Requisiten
- Symbolisierung
- Skulpturarbeit
- Vignette als kleine Form der Szene

## 5. Explorationstechniken

### Die Szene wird zum Leben erweckt

Wenn die Ausgangsszene aufgebaut, im psychodramatischen Spiegel verifiziert und evtl. noch einmal verändert ist und die gemeinsame Arbeit kontraktierte ist, erfolgt die systematische Exploration und Veränderung der Szene

## Explorationsphase



### Erforscht werden

- einzelne Positionen in der Szene, durch Verkörperung, Einrollen, Rolleninterview oder Rollentausch
- Beziehungen der Rollen untereinander
- die Gesamtdynamik der Szene

Das eigene Interesse und die spontanen Impulse des Protagonisten/der Protagonisten sollen nach Möglichkeit (wenn es keine Kontraindikation gibt) beachtet werden, um das Vorgehen schrittweise zu

steuern. So kann man Fragen „Mit welcher Rolle möchtest Du beginnen?“ Oder man greift einen Impuls auf, wenn der Protagonist/die Protagonistin sich einer Rolle nähert „Möchtest Du in dieser Rolle beginnen?“. Wenn die Exploration stärker geleitet werden soll, werden Szenen klassischerweise von außen nach innen erforscht, weil an der Peripherie der Szene der Widerstand des Protagonisten/der Protagonistin am geringsten ist.

### Die Gesamtdynamik der Szene

Der technisch schwierigste und am schwierigsten zu operationalisierende Teil der klassischen Bühnenarbeit sind die Experimente, die in und mit einer Szene gemacht werden. Bis dahin sind alle Schritte mehr oder weniger kalkulierbar: Bühnenaufbau – Kontrakt – Einrollen der Hilfs-Ich-Rollen. Im nächsten Schritt entwickelt die Szene aber ihre Dynamik. Es ist gut genau dies vorher im Spiel mit dem Protagonisten/der Protagonistin zu besprechen.

Zu Beginn der Exploration der Gesamtdynamik ist der Protagonist/die Protagonistin am eigenen Platz und die Hilfs-Ich spielen ihre Rollen so, wie dies vorher erarbeitet wurde. Dabei können die Rollen zuerst nacheinander auftreten, dann agieren sie immer mehr gemeinsam, so dass ein Gesamteindruck der Szenen entsteht.

Die Explorationsrichtung gibt jetzt der Protagonist/die Protagonistin vor. Dort wo er/sie zuerst reagiert beginnt man mit der Vertiefung von Dialogen und Begegnungen, versucht Beziehungen im Rollentausch zu ergründen und sie weiterzuentwickeln. Wenn eine Beziehung geklärt ist, geht man – nach dem gleichen Muster – weiter zur nächsten Beziehung. Dabei ist es wichtig, jede Rolle zu berücksichtigen, die auf der Bühne steht. Jede Rolle ist ein Versprechen, das eingelöst werden muss!

Ergibt sich während der Exploration eine Situation, in der es nicht klar ist, wo es weitergeht, so wird dies im Spiegel geklärt. Der Spiegel bietet sich auch gegen Ende dieser Phase an, um noch einmal einen übersummativen Blick auf die Szene zu bekommen.

### Experimente in der Szene

Experimente in der Szene können von den Protagonist\*innen und von der Leitung angestoßen werden. Oft entstehen im psychodramatischen Spiegel Ideen, wie man sich in der Szene noch alternativ verhalten könnte. Leitung lädt die Protagonist\*innen dann ein, die auszuprobieren.

Ein wichtiges Thema ist die Frage, wie Leitung mit eigenen Ideen umgeht. Zuerst einmal ist der gemeinsamen Exploration der Vorzug zu geben. Die Szene ist die Basis der gemeinsamen Arbeit und sie sollte gemeinsam gut durchdrungen und immer besser verstanden werden. Und dennoch gibt es natürlich Ideen und Hypothesen der Leitung, die zur Verfügung gestellt werden sollen. Der Königsweg ist hier, aus Hypothesen Inszenierungsimpulse zu machen. Leitung kann Protagonisten auf bestimmte Hilfs-Iche hinweisen, sie kann dazu einladen sich auf jemanden zu, oder von jemandem Weg zu bewegen. Es wäre sogar möglich z.B. eine Rolle einzuführen, die vorher noch nicht sichtbar war. So könnte eine gute Fee auftreten, oder ein Helfer/eine Helferin. Dabei ist es wichtig immer zu berücksichtigen, dass die Veränderung einer Szene eine sehr invasive Intervention ist, die gut begründet werden muss. Wichtig ist auch, dass Inszenierungsangebote immer mit den Protagonist\*innen abgesprochen werden müssen.

### Szenenwechsel

Szenenwechsel hängen mit großen Umschwüngen in der Inszenierung zusammen. Meistens dient ein Szenenwechsel dazu, eine frühere Szene, oder gar die Ursprungsszene aufzubauen, die der aktuellen Szene zugrunde liegt. Möglich sind auch Wechsel in Szenen zur Wunscherfüllung, oder zur Realitätsprobe am Ende eines Spiels.



### Techniken in der Explorationsphase

- Verkörperung und Rollenspiel
- Rolleninterview und Monolog
- Rollentausch und Dialog
- Freies Spiel der Hilfs-Iche
- Wechsel zwischen dem Erleben in der Szene und dem psychodramatischen Spiegel
- Doppeln
- Variation der Geschwindigkeit: Slow motion, Freeze, Zeitraffer, Zukunftsprojektion
- Maximierung
- Mehrere Gruppenmitglieder fungieren als Chor

### 6. Abschluss, Entrollen und Szenenabbau

Der Abschluss einer Bühnenarbeit ist streng ritualisiert. Dieser klare Rahmen gibt allen Beteiligten die innere Freiheit, sich vorher der Dynamik der Szenen wirklich auszusetzen. Methodisch geht es vor allem um:

- Abschluss und evtl. nochmalige Zusammenfassung der inhaltlichen Arbeit
- Das Entrollen aller Mitspieler\*innen
- Den Abbau der Szene mit allen Requisiten, die evtl. ebenfalls aus ihren Rollen entlassen werden müssen
- Eine bewusste Gestaltung des Schrittes von der Bühne

### Abschlusstechniken

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

## Zweiter Teil: Ablauf einer klassischen Bühnenarbeit

### 7. Erwärmung

#### Das Thema kommt aus der Gruppe

Die Bühnenarbeit beginnt nicht erst dann, wenn ein Protagonist oder eine Protagonistin auf der Bühne steht, sondern mit der Suche nach einem Thema. Ein gutes Thema kommt aus der Gruppe! Es gibt allerdings ganz unterschiedliche Wege, auf denen so ein Thema entsteht. Entweder mehrere Teilnehmer\*innen sind mit einem gemeinsamen Thema beschäftigt, oder eine Person ist sehr für ein Thema erwärmt und steckt die Gruppe damit an. Es kann aber auch sein, dass sich die Gruppe in einem Reflexionsprozess dazu entscheidet, ein lang gemeinsam vermiedenes Thema anzugehen, oder ein aktueller Konflikt macht ein Thema unaufschiebbar („Störungen nehmen sich ihren Vorrang!“).

#### Protagonist\*innenwahl

Die Protagonist\*innenwahl ist keine Wahl im klassischen Sinne einer demokratischen Abstimmung. Sie ist ein Verständigungsprozess darüber, welches Thema in der Gruppe gerade zu bearbeiten ist und wer am besten für das Thema steht. Auch wenn es meistens eine Erwärmung von einem und für einen bestimmten Protagonisten gibt sollte immer im Blick bleiben, dass er „nur“ stellvertretend für ein Thema steht und dass sein/ihr Thema von der Gruppe getragen werden muss.

Sollte es im Laufe der Protagonist\*innenwahl wichtig sein, dass sich die Gruppe zu den unterschiedlichen Themen positioniert, dann müssen die getroffenen Wahlen exploriert werden, weil oftmals unbewusste Themen dazu führen, dass ein Protagonist gewählt oder abgewählt wird (z.B. möchte sich die Gruppe mit einem bestimmten Thema nicht beschäftigen, oder ein Protagonist wird auf die Bühne „geschickt“ um einen anderen Prozess, beispielsweise eine Konfliktklärung, zu vermeiden, oder es hat sich eine implizite Gruppenregel gebildet, dass immer der oder die spielt, der/die am meisten weint).

### 8. Szenenaufbau

#### Der Blick auf die Bühne und in der Gruppe

Wenn feststeht, wer spielt, kann/sollte es eine kurze Rückkopplung mit der Gruppe und der Bühne geben. Wird der Bühnenraum als Chance angesehen, mit dem eigenen Thema weiterzukommen? Wollte ich die Bühne wirklich für mich haben? Gibt es Widerstände und Ängste?

Noch wichtiger ist der Bezug zur Gruppe. Kein Thema kann „gegen“ oder „ohne“ die Gruppe bearbeitet werden. Gibt es beim Blick in die Gruppe einzelne TeilnehmerInnen die wichtige Ankerpersonen sind, weil sie besonders gut unterstützen können? Gibt es ungeklärte Beziehungen, die vielleicht etwas mit dem aktuellen Thema zu tun haben?

#### Der „Spaziergang“

Vor Beginn der Bühnenarbeit muss es auch einen guten Kontakt zwischen Protagonist\*in und Leitung geben. Klassischerweise wird dieser Kontakt bei einem kurzen Spaziergang über die Bühne hergestellt, bei dem das Thema noch einmal kurz benannt wird und bei dem erste Ideen für den Bühnenkontrakt gefunden werden.

Wenn dieser Spaziergang zu sehr ausgedehnt wird, birgt er die große Gefahr, dass Protagonist\*in und Leitung ihn benutzen, um das Thema zu zensieren und es (fast immer unbewusst) in eine bestimmte Richtung lenken, zumindest aber ungeliebte Themen vermeiden. Die kraftvollsten Bilder bringen nicht der Spaziergang und das Sprechen über das Thema hervor, sondern die Gestaltung einer Szene!!

## Die leere Bühne

Der eigentliche Ausgangspunkt der gemeinsamen Arbeit ist die leere Bühne, die vom Protagonisten/von der Protagonistin mit einer Szene gefüllt wird. Der Sog der leeren Bühne bringt oft Bilder hervor, mit denen keiner gerechnet hat und die deshalb eine besondere Kraft entfalten können.

## Die Szene

Der Gestaltungsprozess, in dem die erste Szene entsteht, ist ein möglichst autonomer, kreativer Prozess des Protagonisten/der Protagonistin. Leitung steuert an dieser Stelle ausschließlich und möglichst sparsam Inszenierungsideen bei.

Der Aufbau der Szene endet oft im psychodramatischen Spiegel, um von außen zu klären, ob das Bild wirklich fertig und für den Augenblick passend ist, oder ob es noch ergänzt werden kann. Oft kommen an dieser Stelle noch weitere, bis dahin vermiedene („vergessene“) Elemente ins Spiel, die im weiteren Prozess sehr wichtig werden.

Ist die Szene fertig, so wird sie zur Grundlage der gemeinsamen Arbeit. Sie ist der „common ground“ auf dem alle (Protagonist\*in, Leitung, Zuschauer\*innen) stehen und auf den sie sich beziehen dürfen. Diese Szene hat im Psychodrama einen sehr hohen Verpflichtungscharakter und die Arbeit wird umso fruchtbarer, je ernster sie genommen wird. Die Hypothese etwas sei „nur zufällig“ so und nicht anders inszeniert worden ist nicht hilfreich und für den weiteren Prozess oft hinderlich. Umso wichtiger ist es, sich viel Zeit dafür zu nehmen, dass der Protagonist ein tragfähiges Bild entwickeln kann.

## Der Kontrakt

Der Bühnenkontrakt bahnt sich bereits bei der Themenfindung in der Gruppe und der Protagonist\*innenwahl an, konkret geschlossen wird er, wenn die erste Szene auf der Bühne steht. Der Ort der Kontraktierung ist der psychodramatische Spiegel. Jetzt muss zwischen Leiter\*in und Protagonist\*in möglichst genau abgesprochen werden, was mit dem entstanden Bild in der gemeinsamen Arbeit passieren soll. Soll es lediglich besser verstanden werden? Gibt es eine Frage und wenn ja, an wen richtet sie sich? Möchte der Protagonist in der Szene etwas erleben oder ausprobieren? Soll in diesem Bild eine Lösung erarbeitet und erprobt werden?

Der hier geschlossene Kontrakt verpflichtet alle Beteiligten für den Rest der gemeinsamen Arbeit. Er muss vor allem von der Leitung im Blick behalten und immer wieder ins Spiel eingebracht werden. Soll der Kontrakt verändert werden so muss das deutlich markiert und verhandelt werden.

## 9. Spielphase

### Die Exploration

Nachdem der Bühnenkontrakt formuliert ist beginnt die gemeinsame Erforschung der Szene. Der Protagonist/die Protagonistin geht in alle relevanten Rollen und an alle relevanten Positionen der Szene und zeigt, was dort passiert. Durch Rolleninterviews gewinnen alle Beteiligten an Kontur und die Hilfs-Iche bekommen die Informationen, mit denen sie später ihre Rollen füllen können. Erste Dialoge werden angespielt und im Rollentausch vorangetrieben. Allerdings geht es in dieser Phase noch nicht darum, an einzelnen Stellen besonders tief einzusteigen. Erst die profunde Kenntnis der Szene ist das Fundament, um die Szene später verändern zu können! Dynamik die in dieser Phase entsteht muss nicht unbedingt gestoppt werden, aber trotzdem ist es wichtig zu überlegen, ob eine ausführlichere Exploration nicht letztlich ein stimmigeres Gesamtbild und damit erfolgversprechendere Experimente ermöglicht.

## Experimente

Oft endet die Phase der Exploration noch einmal im psychodramatischen Spiegel. Von außen betrachtet können Leitung und ProtagonistIn sich darüber verständigen, ob alle wichtigen Stimmen gehört wurden. Nach einer kurzen Erinnerung an den Kontrakt kann dann die Phase des Experimentierens und Veränderns beginnen. Der Protagonist/die Protagonistin startet sehr häufig in seiner eigenen Rolle, erlebt die Dynamik der Szene erstmals in ihrer ganzen Wucht und soll spontan darauf reagieren. Im Erleben der Szene werden die eigenen Impulse deutlich, welche Spannungen besonders relevant sind und welche Lösungsideen im spontanen Spiel entstehen. Durch eine Vertiefung der Begegnungen zwischen Protagonist\*in und Hilfs-Iche, durch Maximierung, durch Szenenwechsel, durch einen Wechsel von Innen- und Außensicht oder durch andere psychodramatische Interventionen werden die Experimente durch die Leitung unterstützt und intensiviert

## Katharsis

Die experimentelle Phase mündet von selbst in das kathartische Geschehen. Hier ist ausdrücklich an den kreativen Zirkel zu erinnern der eindeutig beschreibt, dass Sprungstellen wie der status nascendi zu erwarten, aber nie zu erzwingen sind. Leitung muss mit solchen Erkenntnis- und Wachstumsmomenten und ihrer möglicherweise großen emotionalen Dichte rechnen, aber es ist nicht möglich, sie technisch herzustellen. „You can't push a river!“ „Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht!“

## Abschlusstechniken

Nachdem sich Protagonist\*in und Leitung darüber verständigt haben, dass der Kontrakt so weit erfüllt ist, wie es an dieser Stelle möglich ist, endet die Bühnenarbeit mit Abschlusstechniken. Der Protagonist kann beispielsweise mit einem letzten Satz die Arbeit beenden, er kann sich die Szene ein letztes Mal von außen ansehen, er kann sich ein Symbol suchen oder das erlebte in seinem Körper ankern, er kann ein Abschlussbild stellen oder einen letzten Satz zu einem Antagonisten sagen.

## Abbau der Bühne

Ebenso wie die Konstruktion der Szene ist der Abbau der Bühne die alleinige Aufgabe und das Privileg des Protagonisten. Dazu gehört unbedingt das bewusste Entrollen der Hilfs-Iche und das Wegräumen der Requisiten. Die Leitung begleitet diesen Schritt vom Bühnenrand und unterstützt nur, wenn beispielsweise Requisiten zu schwer sind oder das Entrollen einer Person vergessen wird.

## 10. Integrationsphase

### Rollenfeedback

Die Integrationsphase beginnt mit dem Rollenfeedback, bei dem die beteiligten Mitspieler\*innen von ihren Erfahrungen während des Spiels erzählen. Das Rollenfeedback verfolgt zwei Ziele.

- Einerseits hilft es dem Protagonisten/der Protagonistin, sein/ihr Bild der gespielten Szenen zu vervollständigen. Viele wichtige Informationen kann er nur aus der Innensicht der anderen Rollen bekommen. Diese ist bei den Mitspieler\*innen manchmal noch intensiver als im Rollentausch.
- Andererseits zielt das Rollenfeedback auf die Entlastung der Mitspieler\*innen. Manche Erlebnisse in den Rollen sind so emotional beeindruckend, dass es wichtig ist, sie zu benennen, um sie dann auch loslassen oder weiter bearbeiten zu können. Deshalb muss Leitung während des Rollenfeedbacks auch darauf achten, dass die Mitspieler\*innen ihre Hilfs-Ich-Rollen wirklich verlassen haben.

## Identifikationsfeedback

Der zweite Schritt der Integrationsphase ist das Identifikationsfeedback. Zuschauer\*innen und Mitspieler\*innen können während einer Bühnenarbeit nicht nur mit dem Protagonisten/der Protagonistin in Resonanz sein, sondern sie können sich auch mit Antagonistenrollen identifizieren. Damit diese Resonanzen besprechbar werden aber gleichzeitig auch das Sharing nicht irritieren, bekommen sie im Identifikationsfeedback einen eigenen Platz. Zu so einer Störung könnte es kommen, wenn man als Zuschauer\*in in einer vom Protagonisten/der Protagonistin feindlich gezeichneten Rolle die eigene Geschichte wiedererkennt, diese Rolle gut verstehen kann und/oder eine Parteilichkeit für diese Rolle erlebt. Dies ist ein völlig normaler Prozess, aber in der besonderen Erwärmungssituation und Verletzlichkeit des Sharings könnte dies vom Protagonisten/der Protagonistin als Parteinahme gegen ihn/sie missverstanden werden. Darum ist es besser für solche Prozesse einen eigenen Raum zu markieren. Wie das Rollenfeedback hat auch das Identifikationsfeedback zwei wichtige Effekte:

- Zum einen geht es wieder darum dem Protagonisten/der Protagonistin einen möglichst umfassenden Zugang zu seiner/ihrer Szene zu ermöglichen. Dafür sind gerade Identifikationen mit eher fremden, sperrigen und unzugänglichen Rollen wertvoll, weil sie noch einmal einen neuen Blick auf deren Innenwelt eröffnen.
- Zum anderen geht es in der ganzen Integrationsphase auch darum den Geschichten Raum zu geben, die sich in der Gruppe erwärmt haben. Sie können an dieser Stelle nicht langwierig bearbeitet werden, weil dies den Prozess der Protagonisten\*innen stören würde, aber sie können benannt und verankert werden, damit sie – wenn nötig – im weiteren Prozessverlauf Raum bekommen.

## Sharing

Im Sharing erzählen die anderen Gruppenmitglieder dem Protagonisten/der Protagonistin, wo sein/ihr Spiel eigene Themen berührt hat. Der Protagonist/die Protagonistin hat stellvertretend auf der Bühne ein Thema der Gruppe bearbeitet und dabei möglicherweise viele intime Details aus seinem Leben preisgegeben. Er hat der Gruppe eine Geschichte geschenkt und bekommt als „Gegengeschenke“ kleine Geschichten der anderen Teilnehmer\*innen, die während seinem/ihrer Spiel in ihnen wach geworden sind.

## Der letzte Satz des Protagonisten/der Protagonistin

Rollenfeedback und Sharing enden mit einem letzten Satz des Protagonisten/der Protagonistin, in dem er/sie sich noch einmal bedanken kann oder einen besonders wichtigen Gedanken sagen kann. Wichtig ist, dass es wirklich ein kurzer Abschluss ist und nicht der Versuch etwas nachzuarbeiten, was bei diesem Mal nicht angegangen wurde.

## Weiterarbeit in der Gruppe

Weil das Thema aus der Gruppe gekommen ist liegt es nahe, dass auch die ganze Gruppe mit dem Thema weiter arbeitet. Dieser Schritt wird in vielen Psychodramagruppen kaum gegangen. Oft verlässt man sich darauf, dass sich die Themen in den nächsten Protagonist\*innenspielen weiter entfalten. Möglich wäre aber auch, dass sich die ganze Gruppe noch einmal zu dem Thema, oder in einer Szene des Spiels positioniert. Denkbar sind auch Skulpturen oder Vignetten, in denen alle beteiligt werden.

## Prozessanalyse

Das Psychodrama pflegt den Wechsel zwischen Erleben und Reflexion. In vielen Formaten ist es deshalb durchaus angezeigt, den gemeinsam erlebten Prozess auch gemeinsam zu reflektieren.

