

Psychodrama in der Einzelarbeit

Lebensbühne, Begegnungsbühne und Spielbühne

Die Klassiker der psychodramatischen Einzelarbeit

- 1) Die Arbeit auf der Tischbühne
- 2) Psychodramatische Landkartenarbeit
- 3) Das Regiegespräch

Zwei zentrale Prinzipien

- 1) Die Verkörperung
- 2) Die Symbolisierung

Klassische Arrangements, die in der Einzelarbeit gut angewendet werden können

- 1) Die Arbeit mit dem leeren Stuhl
- 2) Das soziale Atom (Beziehungsatom)
- 3) Das kulturelle Atom (Rollenatom)
- 4) Zeitlinien (time-line, Entwicklungslinien, biographischer Zeitbalken)
- 5) Skulpturarbeit

Die Begegnungsbühne im Einzelsetting

Lebensbühne, Begegnungsbühne und Spielbühne

Hildegard Pruckner und Michael Schacht unterscheiden drei Räume, die für die psychodramatische Arbeit wichtig sind:

- 1) Die soziale Bühne oder Lebensbühne ist der Alltagsraum, aus dem die Menschen, mit denen wir arbeiten kommen. Dort müssen sich die Ergebnisse unserer Arbeit zeigen und bewähren.
- 2) Die Begegnungsbühne ist der Raum der Gruppe. Im Einzelsetting ist es der Gesprächs- und Beziehungsraum, der Berater*in/Ratsuchende, Supervisor*in/Supervisand*in, Therapeut*in/Patient*in miteinander teilen.
- 3) Psychodramaspezifisch ist die Spielbühne. Sie wird genutzt, um die Lebenswelt der Protagonist*innen handelnd zu begreifen. Dort ist es möglich von der rein diskursiven Arbeit im Gespräch in die Präsentation überzugehen und damit weitere Dimensionen der Erwärmung und des Verstehens zu eröffnen.

In der psychodramatischen Arbeitslogik entwickelt sich eine Pendelbewegung zwischen den drei Bühnen.

Die Klassiker der psychodramatischen Einzelarbeit

Sowohl auf der Begegnungsbühne als auch auf der Spielbühne gibt es gravierende Unterschiede zwischen der Einzelarbeit und der Arbeit in der Gruppe. Das Hauptaugenmerk liegt bei der Frage nach der Anwendbarkeit des Psychodramas in der Einzelarbeit aber zumeist bei den Herausforderungen der Spielbühne. Wie ist es möglich, szenische Arbeit ohne Mitspieler*innen zu realisieren. Hier haben sich im Laufe der Zeit drei klassische Lösungen entwickelt

1) Die Arbeit auf der Tischbühne

Ursprünglich wurde in der psychodramatischen Einzelarbeit meistens die sogenannte Tischbühne genutzt. Auf einem anfangs leeren Tisch entwickelt der Protagonist/die Protagonistin eine Szene, die dann gemeinsam mit der Leitung erforscht wird.

Ein Faktor, der auf der Tischbühne oft besser zum Tragen kommt als auf der klassischen Spielbühne ist das Material, weil durch die Nutzung von Materialien eine Symbolebene in die Szene eingebracht wird, die danach für die Exploration genutzt werden kann. Ein Klassiker sind hier Szenen, die mit Hilfe von Tierfiguren aufgestellt werden. In der nachfolgenden Arbeit wird dann nicht selten die Beschäftigung mit einzelnen Tieren wichtig.

Als Leitung muss man sich bewusst machen, dass die „natürlich entstehende Arbeitsposition“ die Spiegelposition ist. Man blickt also gemeinsam mit dem Protagonisten/der Protagonistin auf die Szene.

Entsprechend wichtig ist es, die Dynamik einzelner Orte in der Szene weiter zu explorieren. Anders als auf der klassischen Spielbühne ist die Energie eines Ortes nicht unmittelbar spürbar, sondern es

bedarf eines eigenen Schrittes der Einfühlung. „Wie ist es wohl an der Position des Bruders zu stehen? Worauf ist dein Blick gerichtet? Wie fühlt es sich an, den Großvater im Rücken zu haben?“

2) Psychodramatische Landkartenarbeit

Jedes Thema hat eine innere Struktur, die sich in eine räumliche Struktur übersetzen lässt. Diese räumliche Struktur wird im (Bühnen-)Raum aufgebaut.

- Rollen und Orte werden in der Einzelarbeit nicht durch Mitspieler, sondern durch Materialien (Tücher, Kissen, Symbole, Stühle etc.) markiert.
- Dann werden alle relevanten Positionen auf der Landkarte aufgesucht und exploriert. So kann die Landkarte zusammen mit dem/der Ratsuchenden erforscht werden.
- Rollen werden in der Landkarte verkörpert und exploriert, damit auch die Energie der einzelnen Orte genutzt werden kann.
- In einem nächsten Schritt können wie bei der Arbeit mit dem leeren Stuhl (siehe dort) Rollen miteinander in Beziehung gebracht werden.
- Auch eine Spiegelposition zur Landkarte ist möglich.

Der große Vorteil der Arbeit mit psychodramatischen Landkarten ist, dass die Arbeitslogik von der klassischen Bühnenlogik kaum abweicht.

3) Das Regiegespräch

Der Schweizer Psychodramatiker Roger Schaller (2016) hat diese Methode ins Spiel gebracht. Dabei wird eine Szene fast ausschließlich aus der Spiegelposition betrachtet, exploriert und weiterentwickelt. Protagonist und Leitung sitzen auf ihren „Regiestühlen“ und führen ihre Gespräch indem sie gemeinsam die Szene besprechen. Die Szene kann als Landschaft im Raum entstanden sein, oder auch auf einer Tischbühne.

Zwei zentrale Prinzipien

Für die psychodramatische Arbeit im Einzelsetting ist es hilfreich Einzel- und Gruppensetting nicht als allzu verschieden zu denken. Die meisten Grundideen der Psychodramaarbeit (Darstellung von Komplexität, Szenisches Verstehen, Handlungslogik, soziometrische Logik, Rollentausch, Spiegel etc.) bleiben erhalten.

Zwei Wirkprinzipien, die in der Einzelarbeit wichtiger werden als in der Arbeit im Gruppensetting sollen im Folgenden benannt werden.

1) Die Verkörperung

Die „Verkörperung“ einer Rolle ist neben der Begegnung und dem Experiment die dritte große Strategie des Psychodramas, um eine Situation zu verstehen und um sie gegebenenfalls zu

verändern. Wenn der Mensch eine Rolle so intensiv verkörpert, dass er völlig in dieser Rolle aufgeht, wenn aus Schein Sein wird (Moreno 1924), 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 höchst mögliche 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 kurz gefasst: Schein so lange, bis du bist.

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!“

2) Die Symbolisierung

Ein zweites Wirkprinzip ist die Symbolisierung. Sie gewinnt in der Einzelarbeit eher aus der Not heraus an Stellenwert. Nachdem es keine Mitspieler*innen (außer der Leitung) gibt muss eine Möglichkeit gefunden werden, um Orte und Rollen in Szenen zu markieren. Dazu werden manchmal möglichst neutrale Gegenstände wie Steine, Bauklötze oder Figuren genutzt. Eine andere, gern genutzte Möglichkeit ist, diese Orte und Rollen mit Symbolen zu besetzen. Dabei wird eine neue Dimension eingeführt, die sehr gut auch auf der Spielbühne im Gruppensetting genutzt werden kann.

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 also 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.

Diese Symbolebene ist in der Einzelarbeit (vor allem in der Arbeit auf der Tischbühne) sehr leicht zugänglich.

Zusätzlich kann die Symbolisierung eine eigenständige Arbeitsform innerhalb der Arbeit auf der Begegnungsbühne sein. Sie hat dann vor allem eine Erwärmungsfunktion.

Klassische Arrangements, die in der Einzelarbeit gut angewendet werden können

1) Die Arbeit mit dem leeren Stuhl

Psychodramatiker*innen ermutigen andere Menschen in fremde Rollen zu schlüpfen, um diese 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 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.

Regeln zur Arbeit mit dem leeren Stuhl

- Nach Möglichkeit stellt der Protagonist/die Protagonistin die Stühle selbst.
- Der Protagonist/die Protagonistin sitzt auf dem Stuhl der jeweiligen Rolle in der er/sie gerade ist.
- Leitung stellt sich kurz hinter den Stuhl der anderen Rolle und berührt ihn an der Lehne, um dieser Rolle die eigene Stimme zu leihen.
- Die Moderation der Arbeit (Rolleninterview etc.) erfolgt von einem neutralen Standort etwas seitlich zwischen den Stühlen.
- Leitung ist also in einer stetigen Bewegung zwischen Rollen (Mitspieler*in, Moderation) und den entsprechenden Orten.

Dilemma der Leitung

- Wenn sich Leitung zu wenig mit den gespielten Rollen identifiziert nimmt sie diesen ihre Kraft.
- Wenn sich Leitung zu deutlich mit den gespielten Rollen identifiziert irritiert sie möglicherweise den Protagonisten/die Protagonistin.
- Hier braucht man Fingerspitzengefühl um beiden Aufgaben (Mitspieler*in/Moderation) wirklich gerecht zu werden.
- Es ist prinzipiell denkbar im begründeten Einzelfall sehr große Distanz zur gespielten Rolle zu halten und z.B. nicht hinter den Stuhl zu treten, sondern lediglich von der Seite her zu sprechen. Dies bietet sich bei besonders belastenden Rollen (z.B. Täterrollen) an.
- Es ist prinzipiell aber auch denkbar die Rolle sehr deutlich zu übernehmen. Dies kann (als absolute Ausnahme) sogar so weit gehen, dass sich Leitung auf den leeren Stuhl setzt. Dies

bietet sich in einer besonders intensiven von einer positiven Übertragung getragenen Arbeit an (z.B. Abschied von einem gestorbenen Elternteil). Wenn Leitung so weit geht muss sie den Schritt aus der Rolle heraus eindeutig markieren und sich vergewissern, dass sie danach wieder in der Moderationsrolle wahrgenommen wird.

2) Das soziale Atom (Beziehungsatom)

Moreno beobachtet in seiner soziometrischen Forschung, dass jeder Mensch im Kern eines Beziehungsnetzes steht. Diese Beziehungen gehören für ihn untrennbar zum Menschen und machen sein soziales Atom aus. Mehr noch, er sieht den Menschen als Knotenpunkt in seinem Beziehungsnetz. Der Mensch – so seine Zumutung – ist nicht im engen Wortsinn Individuum; Individualität entsteht vielmehr aus Interaktionszusammenhängen. In Petzolds (1982) pointierter Zuspitzung hat der Mensch kein soziales Atom, sondern er ist ein solches (Schacht/Hutter ZPS 2/2016). Bei der Inszenierung eines sozialen Atoms werden alle für die aktuelle Fragestellung (das angefragte Kriterium!) relevanten Personen markiert. Die Exploration wird von der Fragestellung geleitet, was es für den Protagonisten/die Protagonistin bedeutet am Knotenpunkt dieses Beziehungsnetzes zu stehen. Welche Fragen, Belastungen, Ressourcen ergeben sich daraus? Und wie lassen sie sich nutzen, um der aktuellen Situation gerecht zu werden?

Methodisch lässt sich die Arbeit mit dem sozialen Atom als Zeichnung umsetzen, als Aufstellung auf der Tischbühne oder als Landkartenarbeit.

3) Das kulturelle Atom (Rollenatom)

Dieselben methodischen Zugänge wie bei der Arbeit mit dem sozialen Atom stehen auch für die Arbeit mit dem Rollenatom zur Verfügung.

Das Muster von Rollenbeziehungen das ein Individuum umgibt nennt Moreno sein kulturelles Atom. In der Beratungsarbeit kann das Rollenatom der Ratsuchenden ein wichtiger Anknüpfungspunkt sein. Dabei geht es zum einen um die diagnostische Einschätzung, ob Menschen mit den Rollen, die sie im Leben spielen zufrieden sind oder nicht. Zum anderen geht es um die Identifikation von Entwicklungswünschen und um die gezielte Entwicklung neuer Rollen.

Zentrale Fragen einer Rollendiagnostik sind:

Qualität (Angemessenheit)

- Wähle ich die **richtige Rolle**?
- Wähle ich die richtige **Intensität und Frequenz** meiner Rolle?
- Für Moreno steht die **Bewertung der Betroffenen** im Mittelpunkt. Diese müssen entscheiden, ob die von ihnen ausgefüllten Rollen der Situation angemessen sind (Adäquanz)
- Allerdings ist dieser Bewertungsprozess in einen komplexen Aushandlungsprozess zwischen Protagonist*in, Leitung und szenischer Realität eingebunden

Quantität

- **Rollenmangelsyndrom:** Wie groß ist die absolute Zahl der realisierten Rollen. Moreno spricht hier von möglichem Rollenmangel, wenn nur ganz wenige Rollen gelebt werden können...
- **Rollenüberforderung:** ... oder von Rollenüberforderung, wenn zu viele Rollen ausgefüllt werden müssen.
- **Rollenatrophie:** Ein Spezialfall des Rollenmangels ist die Atrophie, der Verlust von Rollen. Eine solche Rollenatrophie ergibt sich oft als natürlicher Entwicklungsschritt (z.B. wenn eine Mutter abstillt, dann verliert sie die Rolle der Stillenden). Rollenatrophie kann aber auch von außen aufgezwungen sein. Beispiele für so einen Verlust sind der Schritt in die Arbeitslosigkeit oder die Berentung aber auch die Wahrnehmung der eigenen körperlichen Leistungsfähigkeit. All diese Rollenverluste können für die Betroffenen dramatisch sein.

Rollenflexibilität

- Die Frage nach der Rollenflexibilität überprüft, ob Rollen, die prinzipiell entwickelt sind auch gespielt werden
- Kann ich meine Rollen den Gegenrollen anpassen oder reagiere ich mit einer oder mit ganz wenigen Rollen stereotyp auf äußere Anforderungen.
- **Dominanz:** Gibt es besonders dominante Rollen, die so etwas wie eine „Leitkultur“ der Person markieren, die kaum in Frage zu stellen sind und andere Rollen an die Seite drängen? Im extremsten Fall kann die Dominanz einer Rolle bis zur Rollenfixierung führen, bei der die Protagonistin auf ganz wenige Rollen festgelegt ist.
- Gibt es Schwächen oder **Lücken** im Rollenrepertoire, Rollen die kaum oder gar nicht entwickelt sind, aber (z.T. schmerzlich) vermisst werden? Möglicherweise sind Rollen durch Atrophie verloren gegangen
- Können Rollen situationsadäquat gewechselt werden?
 - Z.B.: Der Chef, der zuhause versucht Chef zu spielen
 - Z.B.: Der Mann/die Frau der/die immer nur als Verführer*in auftritt

Rollenkonflikte (Rollen können sich gegenseitig negativ beeinflussen)

- **Intrapersoneller Rollenkonflikt:** Gibt es Rollen, die zueinander im offenen oder verdeckten Widerspruch stehen (das Thema der Work-Life-Balance lässt sich darüber beschreiben, aber auch Rollenwidersprüche z.B. zwischen der Rolle des Kollegen und des Liebespartners).
- **Intrarollenkonflikt:** Einzelne Rollen können in sich widersprüchlich und spannungsreich sein. So gehört zur Rolle des Lehrenden sowohl die Beziehungspflege als auch die Bewertung.
- **Interpersoneller Rollenkonflikt:** Gibt es Rollen, die Interaktionspartner zueinander in Konkurrenz bringen, so dass es im Zusammenspiel des kulturellen Atoms zu Störungen kommt? Klassische Beispiele sind hier die Dreiecksbeziehung oder die gleichzeitige Bewerbung um eine Position.
- Die Rollendiagnostik ist auch für größere soziale Systeme sinnvoll und möglich. Eine zusätzliche Kategorie ist dann das Zusammenspiel der Rollen der einzelnen Personen. Passen die Rollen zusammen oder treten sie zueinander in Konkurrenz. Fügen sich die eigenen Rollen funktional in das **Zusammenspiel** ein oder versuchen beispielsweise in einer Fußballmannschaft alle aus der Mannschaft den Torwart zu spielen?

4) Zeitlinien (time-line, Entwicklungslinien, biographischer Zeitbalken)

- Eine klassische Methode des Psychodramas in der Einzelarbeit ist die Arbeit mit Zeitverläufen. Biografien, Paar- oder Familiengeschichten, aber auch die Geschichte von Institutionen werden dabei sichtbar, erforschbar und besser verstehbar.
- Das Grundprinzip der time-line Arbeit ist, dass mit einem Seil eine Entwicklungslinie gelegt wird. Als Metapher zur Einführung der Methode eignet sich gut das Bild des Lebensweges. Dann können mit Symbolen wesentliche Punkte auf dieser Linie markiert werden. Die fertige Zeitlinie wird gemeinsam exploriert.

Ideen für den Aufbau und die Exploration

- Welche **Botschaften und Aufträge** stehen am Anfang der Linie? Welches Erbe bekommt jeder einzelne mit auf den Weg?
- **Vorgeschichten:** Was bringen beide Partner mit in die Beziehung. Welche Überschrift steht über der Vorgeschichte der beiden?
- **Wichtige Ereignisse,** Wendepunkte, Wegmarken können durch Hilfs-Iche, leere Stühle oder Symbole markiert werden. Was waren die wichtigsten Schätze/Edelsteine auf dem Weg? Wo lagen Stolpersteine/Hürden?
- Wer waren **wichtige Personen** am Lebensweg: Freunde, Kinder, ehemalige PartnerInnen etc.
- Je nach Kontrakt und Fragestellung können **einzelne Bereiche** gesondert (z.B. durch farblich unterschiedene Moderationskarten) markiert werden: Familie, Beruf, Orte, Gesundheit, Ressourcen etc.
- **Exploration im Raum:** Die Zeitlinie ist eine Landkarte, die betreten werden kann. Welche Gefühle kommen an unterschiedlichen Orten der Linie. Wie verändert sich das Gefühl beim Weitergehen, beim zurück Schauen, beim nach vorne blicken?
- **Veränderung einzelner Themen:** Beim Abschreiten der Linie können bestimmte Themen in ihrer Veränderung in den Blick genommen werden: Wie hat sich das Sexualleben verändert? Wie gut war das Paar in Freundschaften und Sozialkontakte eingebunden?
- Das Ganze ist mehr als die Summe der Teile. Psychodramatisch gesehen gehen wir mit den Ratsuchenden in den **psychodramatischen Spiegel** und schauen von außen auf die Landkarte. Welche Metaphern fallen dem Paar beim Blick auf die ganze Linie ein? Welche Gefühle löst die Gesamtkarte aus.
- **Veränderungswünsche:** An welcher Stelle hätten Sie eine Entscheidung gerne anders getroffen? Wohin sollte die Zeit zurückgedreht werden?
- Welche Fantasien gibt es bezüglich der **Zukunft**? Die Entwicklungslinie kann in die Zukunft weiter gebaut werden.

5) Skulpturarbeit

- Ein absoluter Klassiker des Psychodramas ist die Skulptur – die „angehaltene Szene“. Sie eignet sich auch für die Einzelarbeit sehr gut.
- Ihre Kraft erhält die Skulpturenarbeit daraus, dass eine präsentierte Situation immer komplexer und mehrdeutiger ist als eine beschriebene (Susanne Langer beschreibt dies als Unterschied zwischen diskursiver und präsentativer Symbolik). Die einzelnen Teile einer Skulptur erklären sich

gegenseitig, sie verweisen aufeinander und stehen zueinander in Spannung. Dadurch entstehen Eindrücke, Ideen und Fragen, die den Beratungsprozess befördern.

- Außerdem bildet die Skulptur – besser noch als eine Szene – die Grundstruktur eines Konfliktes, eines Themas oder einer Fragestellung ab. Wenn man z.B. mit einer reduzierenden Methodik wie dem Familienbrett oder Figuren arbeitet, dann kann diese strukturelle Ebene der Skulptur aufschlussreiche Ansatzpunkte bieten.

Ideen für den Aufbau und die Exploration

- **Material und Symbole:** Die Skulpturarbeit ist eine klassische Form um auf der Tischbühne oder auch im Raum zu arbeiten. In der Einzelarbeit werden Tücher, Schnüre, Symbole, Handpuppen etc. benutzt um die Skulptur entstehen zu lassen.
- **Der eigene Platz:** Wo ist mein eigener Platz in der Skulptur? Wie fühlt es sich wohl an, dort zu sein?
- **Exploration von Details:** Kleinste Details können zum Schlüssel zu einer Skulptur werden. Warum wurde der Platz einer Figur oder eines Symbols noch einmal verändert? Warum wurde eine Figur ausgetauscht oder aus dem Bild genommen?
- **Ergänzung der Skulptur.** Bei Skulpturen bietet es sich oft an, sie zu ergänzen. Was fehlt in dem Bild?
- **Experimente:** Der Aufbau einer Skulptur ist oft der Beginn einer Arbeit auf der Tischbühne oder in einer psychodramatischen Landkarte. Ist sie fertig, so lädt sie ein zu Experimenten aller Art.
- **Töne, Worte, Sätze, Monologe, Dialoge:** Skulpturen können leicht um eine verbale Ebene ergänzt werden.
- **Wunsch und Wirklichkeit:** bei der Arbeit mit Skulpturen ist es wichtig zu wissen, ob ein Realbild oder ein Wunschbild aufgebaut wird. Das je andere kann daraus rekonstruiert werden.
- **Lösungsbild/Lösungsschritt:** Was wäre „ein Schritt in Richtung besser“? Welche Lösung legt die Skulptur nahe? Wie kann die Skulptur verändert werden, damit sie angenehmer wird.
- **Titel** der Skulptur: Eine weiter erwärmende oder abschließende, fokussierende Intervention kann sein, eine Überschrift für die Skulptur finden zu lassen.
- **Thematische Skulpturen:** Es ist möglich Skulpturen zu bestimmten Themen (Arbeitssituation, meine Ressourcen, was ich noch erleben möchte) aufbauen zu lassen

Die Begegnungsbühne im Einzelsetting

Schließlich ist es wichtig anzumerken, dass sich nicht nur die Spielbühne, sondern (vielleicht sogar noch mehr) die Begegnungsbühne verändert, wenn Psychodrama im Einzelsetting angewendet wird. Dies hängt damit zusammen, dass ganz zentrale Funktionen, die im Gruppensetting von anderen Teilnehmer*innen übernommen werden, jetzt komplett von dem/der beratenden, supervidierenden, therapierende) Psychodramatiker*in übernommen werden müssen. Dies sind vor allem:

1. die Reaktualisierung relevanter Beziehungen (= "Übertragungsgeschehen"),
2. die Emergenz wichtiger gesellschaftlicher Themen und Strukturen,
3. die Resonanz auf die Szenen des Protagonisten/der Protagonistin (Rollenfeedback, Sharing),
4. der Raum für experimentelles Probehandeln,
5. die lebendige Beziehungserfahrung in der unmittelbaren, heilsamen Begegnung.

Dieser Anspruch muss dem Psychodramatiker/der Psychodramatikerin bewusst sein.

Literatur

Erlacher-Farkas, Barbara & Christian Jorda (Hg.) (1996). Monodrama. Heilende Begegnung. Vom Psychodrama zur Einzeltherapie. Wien: Springer Verlag.

Schaller, Roger (2016). Stellen Sie sich vor, Sie sind... Das Ein-Personen-Rollenspiel in Beratung, Coaching und Therapie. Bern: Hogrefe.

Sabine Kern & Sonja Hintermeier (Hg.) (2018). Psychodrama-Psychotherapie im Einzelsetting. Theorie und Praxis des Monodramas. Wien: facultas.