

DER INNERE REGISSEUR

Selbst- und Handlungsregulation als eigene
Rolle bei intra- und interpersonellen
Aufstellungen

Master-Thesis zur Erlangung des akademischen Grades
Master of Science
im Universitätslehrgang Psychotherapie-Fachspezifikum Psychodrama

eingereicht von

Markus Steidl

Department für Psychotherapie und Biopsychosoziale Gesundheit
an der Donau-Universität Krems

Betreuer/in: Mag^a. Sonja Hintermeier, MSc
Betreuer/in: Prof. Kurt Fellöcker MA, MSc

Wien, am 21. Mai 2020

EIDESSTATTLICHE ERKLÄRUNG

Ich, Markus Steidl, erkläre hiermit an Eides statt,

1. dass ich meine Master-Thesis selbständig verfasst, andere als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel nicht benutzt und mich auch sonst keiner unerlaubten Hilfen bedient habe,
2. dass ich meine Master-Thesis oder wesentliche Teile daraus bisher weder im In- noch im Ausland in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt habe,
3. dass ich, falls die Master-Thesis mein Unternehmen oder einen externen Kooperationspartner betrifft, meinen Arbeitgeber über Titel, Form und Inhalt der Master-Thesis unterrichtet und sein Einverständnis eingeholt habe.

DANKSAGUNGEN

Für die fachliche Unterstützung möchte ich mich bei meiner Betreuerin Mag^a. Sonja Hintermeier, MSc und bei meinem Kollegen Mag. David Mayrhofer, MSc für die hilfreichen Diskussionen zum Thema bedanken. Besonders dankbar bin ich Roswitha Riepl, MSc für die Beschreibung der Grundlagen zu psychodramatischen Aufstellungsarbeit.

Äußerst hilfreich für die Entwicklung der Idee des „inneren Regisseurs“ als Rolle waren zahlreiche Diskussionen mit meinem Freund Mag. Markus Sulzer, dem ich meine Gedanken dazu mittels Mini-Aufstellungen mit Zucker- Salz- und Pfefferstreuer am Kaffeestauchisch erläutern durfte.

Ein großer Dank gilt meiner Frau Mag. Julia Steidl für das Korrekturlesen des ersten Manuskriptes und der moralischen Unterstützung während des gesamten Arbeitsprozesses. Meinen Kindern Fabio, Jakob und Marlene danke ich für ihre Geduld mit dem „schreibenden Papa“ und meiner Schwiegermutter Christine Burger für das nochmalige Korrekturlesen der gesamten Arbeit.

Schließlich bedanke ich mich bei meinen Klientinnen und Klienten, vor allem jenen, deren Geschichten in den Fallbeispielen eine Rolle spielen, für ihr Vertrauen und ihre Offenheit.

ABSTRACT (DEUTSCH)

Der „innere Regisseur“ wird in der psychodramatischen Literatur mit der Kompetenz eines Menschen zur Selbst- und Handlungsregulation gleichgesetzt. Ob er bei Aufstellungen innerer Rollen auch als explizite Rolle positioniert wird, wird von Psychodramapsychotherapeut*innen unterschiedlich gehandhabt.

In der vorliegenden Arbeit wird beschrieben, wie die Positionierung des inneren Regisseurs bei intra- und interpersonellen Aufstellungen erfolgen kann und welche Möglichkeiten zur Förderung dieser Kompetenz sich dadurch ergeben.

Stichworte (Autorenschlagwörter):

Aufstellungsarbeit, Einzelsetting, Interpersonelle Aufstellung, Intrapersonelle Aufstellung, innerer Regisseur, innere Rollen

ABSTRACT (ENGLISCH)

In psychodramatic literature, the “inner director” is equated with the competence of a person to regulate one`s self and one`s action. Psychodrama psychotherapists handle the question whether it is positioned as an explicit role in the constellation of internal roles. In the present work it will be described how the positioning of the inner director in intra- and interpersonal constellations can be done and which possibilities arise for the promotion of this competence.

Keywords:

Constellation work, single setting, intra- and interpersonal constellations, inner director, internal roles

INHALTSVERZEICHNIS

1	EINFÜHRUNG	6
2	ALLGEMEINES ZUR AUFSTELLUNGSARBEIT	8
2.1	ALLGEMEINER ABLAUF VON AUFSTELLUNGEN	9
2.2	BEISPIELE AKTUELLER AUFSTELLUNGSARBEIT	11
2.2.1	<i>Familienstellen nach Bert Hellinger</i>	11
2.2.2	<i>Systemische Strukturaufstellung nach Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd.....</i>	13
3	PSYCHODRAMATISCHE AUFSTELLUNGSARBEIT.....	15
3.1	DAS VERFAHREN PSYCHODRAMA	15
3.2	TYPISCHER ABLAUF.....	17
3.3	VERGLEICH ZU ANDEREN FORMEN DER AUFSTELLUNGSARBEIT	22
4	PSYCHODRAMATISCHE AUFSTELLUNGSARBEIT IM PSYCHOTHERAPEUTISCHEN MONODRAMA.....	22
4.1	EINZELSETTING UND MONODRAMA.....	23
4.2	PSYCHODRAMATISCHES ARBEITEN OHNE GRUPPE	25
4.3	RELEVANTE THEORETISCHE KONZEPTE PSYCHODRAMATISCHER AUFSTELLUNGSARBEIT IM EINZELSETTING	26
4.3.1	<i>Der kreative Zirkel</i>	26
4.3.2	<i>Die Szene</i>	29
4.3.3	<i>Die Bühne und Surplus Reality</i>	32
4.3.4	<i>Rollentheorie</i>	37
4.3.5	<i>Soziometrie.....</i>	39
4.3.6	<i>Techniken</i>	40
4.4	VARIANTEN DER PSYCHODRAMATISCHEN AUFSTELLUNG IM EINZELSETTING.....	42
5	AUFSTELLUNGEN INNERER ROLLEN	44
5.1	GRUNDLEGENDE BEGRIFFE IN DER PSYCHODRAMATISCHEN LITERATUR	44
5.1.1	<i>Die Theorie des „Selbst“</i>	46
5.1.2	<i>Die Theorie des „Ich“</i>	48
5.1.3	<i>Innere Rollen</i>	49
5.2	DAS INNERE ENSEMBLE	51
5.3	AUFSTELLEN INNERER ROLLEN IN DER PRAXIS	52
6	DER INNERE REGISSEUR	59
6.1	BEGRIFFSERLÄUTERUNG	59
6.2	ENTWICKLUNG DER REGIEKOMPETENZ	61
6.2.1	<i>Der innere Regisseur als explizite Rolle.....</i>	62
6.2.2	<i>Der innere Regisseur mit eigener Position</i>	63
6.3	KRITISCHE BETRACHTUNG	68
7	MÖGLICHKEITEN DER FÖRDERUNG DER FÄHIGKEIT ZUR SELBST- UND HANDLUNGSREGULATION DURCH ARBEIT MIT EINEM INNEREN REGISSEUR	71
7.1	DAS KREIEREN DER ROLLE DES INNEREN REGISSEURS UND DIE BENENNUNG VON DESSEN AUFGABEN UND FÄHIGKEITEN ..	72
7.2	DAS BESTIMMEN EINER GUTEN POSITION DES INNEREN REGISSEURS IN BEZUG AUF DAS INNERE ENSEMBLE	75
7.3	DIE ERMÖGLICHUNG DES SPIEGELNS DURCH DIE POSITION DES INNEREN REGISSEURS IM AUFSTELLUNGSBILD	77
7.4	DAS HERAUSARBEITEN UNGÜNSTIGER KONSTELLATIONEN IM INNEREN ENSEMBLE UND UMPOSITIONIERUNG AUF DEN BESTMÖGLICHSTEN PLATZ.....	81
7.5	DAS HERAUSARBEITEN VON FEHLENDEN INNEREN ROLLEN, DEREN BESTIMMUNG UND POSITIONIERUNG	85
7.6	DER INNERE REGISSEUR IST „ARBEITSPARTNER“ FÜR THERAPEUT*INNEN IN DER ENTWICKLUNG DER REGIEKOMPETENZ ..	89
7.6.1	<i>Therapeut*in bringt Ideen für Veränderungen ein.....</i>	90
7.6.2	<i>Therapeut*in bringt Realitätsprüfung ein</i>	91
7.6.3	<i>Therapeut*in sorgt für das geeignete Tempo, um Klient*innen im Zustand des kreativen Handelns zu halten.....</i>	93
7.6.4	<i>Therapeut*in regt eine wohlwollende autotelische Beziehung an</i>	94
8	DISKUSSION	95

9	ZUSAMMENFASSUNG	100
10	LITERATURVERZEICHNIS.....	102
11	ABBILDUNGSVERZEICHNIS	105

*„Die Praxis der therapeutischen Wissenschaft ist selbst die Wissenschaft.“
(Moreno zitiert nach Hutter & Schwehm, 2012, S. 118)*

1 EINFÜHRUNG

Ich war noch recht jung, ich glaube etwa 10 Jahre, da fragte ich eines Tages meine Mutter während ich auf ihren Arm deutete: „Mama, wem gehört dieser Arm?“ Sie antwortete erwartungsgemäß mit „na, mir!“ Aber ich war noch nicht fertig und setzte nach: „und wer ist der Besitzer dieses Armes?“ Diesmal lautete ihre Antwort: „Ich“.

Und das war es, worauf ich hinauswollte: „Und wer ist die, die hier ‚ICH‘ sagt?“ Meine Mutter war von dieser Überlegung wohl nicht ganz so begeistert wie ich, mich beschäftigte diese Frage grundsätzlich aber bis zum heutigen Tag.

Später lernte ich, dass sich auch andere darüber Gedanken gemacht haben, und dass es in der Philosophie einen Begriff von Karl Jaspers dafür gibt, die „Subjekt – Objekt – Spaltung“. (Jaspers, 1996) Er beschreibt, dass sich das menschliche Bewusstsein stets auf Gegenstände bezieht. Zwischen den Erkennenden, „Subjekten“, und dem Erkannten, „Objekt“, befindet sich eine unüberbrückbare Differenz. Dies zeigt sich auch dann, wenn ein Mensch sich selbst als „Objekt“ reflektierend betrachtet. In diesen Momenten spaltet sich ein bewusster Teil des Ich ab, um sich selbst wahrzunehmen.

Vor einigen Jahren leitete ich in meiner Praxis die Aufstellung sogenannter „innerer Rollen“ bei einem Klienten an. Die Frage, mit der wir uns beschäftigten, bezog sich im Wesentlichen auf seine zahlreichen, in Ambivalenz zueinander stehenden Gefühle in Bezug auf seine Beziehung zu seiner Lebensgefährtin. Mein Klient stand, nachdem er alle relevanten inneren Rollen aufgestellt hatte, am Rand der Aufstellungsbühne und wir begannen, über mögliche Veränderungen in den Konstellationen nachzudenken. Plötzlich hielt er inne und fragte: „Und wer bin jetzt eigentlich ICH?“ Ich glaube, ich benutzte in dieser Situation damals Begriffe wie „Gesamtself“ oder ähnliches, war damit aber nicht zufrieden. Außerdem beschäftigte mich diese Frage zutiefst, da sie mich an meine eigene, aus Kindheitstagen, erinnerte. Ich beschloss, ein Erklärungskonzept für das Arrangement der Aufstellung innerer Rollen zu entwickeln.

Es sollte für Klient*innen gut verständlich und aus dem Theoriegebäude des psychotherapeutischen Verfahrens Psychodrama herleitbar sein.

Zunächst entwarf ich, in Anlehnung an das „innere Team“ von Schulz v. Thun (2018), für das Gesamt, an sich in einer Szene aktualisierenden inneren Rollen, den Begriff „inneres Ensemble“. Dies ist gewissermaßen das Objekt, auf das sich die Wahrnehmung bezieht. Für das Subjekt, also das, was wahrnimmt, übernahm ich den in der Literatur bereits beschriebenen Begriff des „inneren Regisseurs“¹. (Stelzig in Fürst et al., 2004) 2019 hatte ich Gelegenheit diese Konzepte andeutungsweise in einem Artikel in der Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie (Steidl, 2019) herauszuarbeiten und war in der Folge mit dem Thema derart angewärmt, dass ich beschloss, diese Master-Thesis für die vertiefte Auseinandersetzung damit zu nutzen. Angelegt als theorieverschränkter Praxisbericht, widme ich mich in ihr konkret der Frage, wie die Kompetenz zur Selbst- und Handlungsregulation und das Erleben von Selbstwirksamkeit durch das Einführen der Rolle des inneren Regisseurs bei Aufstellungen innerer Rollen gefördert werden kann. Als Rahmenbedingung gehe ich dabei von Psychotherapie mit Erwachsenen im Einzelsetting aus.

Nach einer Erkundung der deutschsprachigen Aufstellungsszene und der Beschreibung, was die psychodramatische Variante einzigartig macht, wird der Transfer der Aufstellungsarbeit von Gruppe auf Einzelsetting erläutert und die wesentlichen Wirkfaktoren des Verfahrens Psychodrama beschrieben.

Darüber hinaus werden wichtige, grundlegende Konzepte für die Arbeit mit dem inneren Regisseur zusammengefasst. Dies umfasst u.a. die Begriffe des „Selbst“ und der Auseinandersetzung, wie „innere Rollen“ in der psychodramatischen Literatur definiert werden. Das für den inneren Regisseur notwendige innere Gegenüber wird mit dem Arrangement des „inneren Ensembles“ präsentiert und die Aufstellungsarbeit von inneren Rollen in der Praxis beschrieben.

Die Auseinandersetzung mit der Fragestellung erfolgt schließlich in der Diskussion anhand ausgewählter Fallbeispiele aus meiner Praxis.

¹ Da dieser Fachbegriff in der Arbeit ausgesprochen oft verwendet wird, habe ich mich zur besseren Lesbarkeit, bei der allgemeinen Erwähnung, für die maskuline Form entschieden. Bei Fallbeispielen mit weiblichen Klienten verwende ich natürlich die Bezeichnung „innere Regisseurin“.

2 Allgemeines zur Aufstellungsarbeit

Obwohl der Begriff „Aufstellungsarbeit“ in unterschiedlichsten Formaten häufig Verwendung findet, kann von einer einheitlichen Definition keine Rede sein. Der einzige gemeinsam Nenner vieler Methoden ist „... die grundlegende Intervention – nämlich die räumliche Darstellung von Interaktionssystemen verschiedenster Art – in Verbindung mit komplizierten oder metaphysischen Begriffen in vielen Ablaufvariationen...“ (Riepl, 2011, S. 34)

Konkrete Bezeichnungen treten nur in bestimmten Formaten auf. „In der Psychotherapie ist dann generell von Familienaufstellung die Rede, in der Beratung firmiert diese Interventionsform unter dem Oberbegriff Organisationsaufstellung.“ (Riepl, 2011, S. 15)

Für Menschen auf der Suche nach Beantwortung von Fragen, die sich in ihrem Leben stellen, ist diese - auf den ersten Blick verführerisch wirkende - Vielfalt an Möglichkeiten beim genaueren Betrachten keineswegs von Vorteil. Da die der Aufstellungsarbeit zugrunde liegenden Konzepte oft äußerst unterschiedlich gestaltet sind, ergeben sich in der Intervention auch unterschiedliche Umgangsweisen mit den Klient*innen und folglich auch unterschiedliche Ergebnisse. Teilweise sind diese Konzepte transparent zugänglich, teilweise hinter metaphysischen Begriffen versteckt im Verborgenen.

„Tatsächlich beschränkt sich die Großzahl der nicht unerheblichen Anzahl von Publikationen zur Aufstellungsarbeit auf einen minimalen theoretischen Abriss zum Hintergrund des jeweiligen Aufstellungsansatzes,...“ (Riepl, 2011, S. 32) Derzeit scheint es so, als gäbe es mehr Trennendes als Gemeinsames zwischen den aktuellen Aufstellungsverfahren.

In diesem Kapitel gebe ich einen kurzen Überblick über die deutschsprachige Aufstellungslandschaft und die Gemeinsamkeiten bzw. unterschiedlichen Herangehensweisen. Als Beispiele ziehe ich dazu das Familienstellen nach Bert Hellinger, die Systemische Strukturaufstellung nach Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd und die psychodramatische Aufstellungsarbeit heran. Dabei beziehe ich mich in erster Linie auf die Masterthesis von Roswitha Riepl (2011), die bereits eine ausführliche Übersicht erstellt hat. Auf den nächsten Seiten werde ich diese zusammenfassen. Es sei darauf hingewiesen, dass es sich dabei ausschließlich um

Aufstellungsarbeit in Gruppen handelt. Die Beschreibung der Konzepte, die der Aufstellungsarbeit im Einzelsetting zugrunde liegen, erfolgt im Kapitel 4.

2.1 ALLGEMEINER ABLAUF VON AUFSTELLUNGEN

Roswitha Riepl (2011) beschreibt aufgrund ihrer Erfahrungen aus ca. 120 teilnehmenden Beobachtungen bei methodenfremden Aufstellungen (Aufstellungen nach Hellinger, Systemische Strukturaufstellungen, Konstruktivistische Aufstellungen etc.), sowie Literatur- und Internet-Recherchen das gemeinsame Grundschema von Aufstellungen in sog. „stranger groups“ (Teilnehmer*innen der Gruppe kennen einander nicht, arbeiten für die Dauer der Aufstellung miteinander, danach löst sich die Gruppe wieder auf), wie folgt:

- Einleitung: nach einer ersten Gesprächsrunde über Befindlichkeit und Anliegen meldet sich entweder eine Person zur Bearbeitung eines Themas oder es wird jemand von der Leitung vorgeschlagen.
- Klärung der Fragestellung: wie genau diese ausgearbeitet wird oder ob es lediglich beim Benennen eines Themas („Es geht um die Beziehung zu meinem Vater.“) bleibt, hängt in erster Linie von der angewandten Methode, aber auch von den Vorlieben der Leiter*innen ab. Beispiele typischer Fragestellungen bei Familienaufstellungen sind:
 „Welchen Platz habe ich in meiner Herkunftsfamilie?“,
 „Warum spiele ich in der von mir gegründeten Familie die gleiche Rolle wie schon in meiner Herkunftsfamilie?“ oder
 „Warum bekomme ich immer Kopfschmerzen, wenn ich meine Eltern besuche?“
- Die Leitung, in manchen Fällen auch die Klient*innen, bestimmen, welche Personen und Elemente (u.a. auch Emotionen, Werte, Erkrankungen etc.) für die Bearbeitung des Themas aufgestellt werden sollen.
- Anschließend werden Mitglieder der Gruppe gewählt, die für die Klient*innen eine Position in der Aufstellung übernehmen sollen. Diese werden in der Regel als „Repräsentant*innen“ bezeichnet. Wer diese Wahl durchführt, wird unterschiedlich gehandhabt. Es gibt Ansätze, in denen die Leitung - scheinbar ohne größere Bedeutung - wählt, solche die ein Mischverfahren anwenden, indem ein Mal die Leitung oder ein anderes

Mal die Klient*innen wählen und solche, in denen ausschließlich die Klient*innen auswählen.

- Ein besonderes Gruppenmitglied, der „Stellvertreter“ bzw. die „Stellvertreterin“ wird bestimmt. Dieses repräsentiert die Klient*innen selbst im Aufstellungsbild.
- Es folgt die Aufstellung der Personen und der Elemente im Raum durch die Klient*innen. Diese bekommen einen Platz zugewiesen, der den Klient*innen passend erscheint.
- Ist dies geschehen, werden die Klient*innen von der Leitung aufgefordert, einen Zuschauerplatz außerhalb der Aufstellung einzunehmen und von dort aus dem Geschehen zu folgen.
- Das Aufstellungsbild selbst wird nun von der Leitung und unter Zuhilfenahme der Rückmeldungen der aufgestellten Personen und Elemente auf Hinweise zur Beantwortung der Frage der Klient*innen erforscht. Dabei wird davon ausgegangen, dass die räumliche Beziehungsdarstellung der Klient*innen verborgene bzw. unbewusste Hinweise auf die Problematik - oft auch „Verstrickung“ genannt - bereits in sich trägt.
- Für eine hilfreiche Veränderung des dargestellten Beziehungsbildes wird vor allem diesen Rückmeldungen besondere Bedeutung zugemessen. Sie geben Aufschluss darüber, wo „es noch nicht passt“, wo „etwas fehlt“, wo „es zu nah, zu fern, zu dicht“ etc. ist. An diesen Stellen werden dann von der Leitung Umstellungen vorgenommen, um eine Verbesserung zu erreichen.
- Außerdem werden von der Aufstellungsleitung verschiedene Bewegungen, Rituale oder Sätze vorgegeben, welche hauptsächlich von den Stellvertreter*innen der Klient*innen ausgeführt werden. Solche Vorgaben können sein: „Verneig dich vor dem Vater und sag Danke.“, „Schau sie an. Schau hin.“, „Geh rasch auf deinen Bruder zu, dreh dich um und geh zurück.“, „Sag: ‚Das ist nicht mein Platz.‘ – Sag es noch einmal.“
- Diese Form von Prozessarbeit wird so lange durchgeführt, bis jede Person und jedes Element für sich einen guten Platz im Gesamtbild gefunden hat und auch die Klient*innen mit dem Bild einverstanden sind. Das so

entstandene Bild wird von den meisten Aufsteller*innen als „Lösungsbild“ bezeichnet.

- Zu unterschiedlichen Zeitpunkten im Aufstellungsprozess werden die Klient*innen aufgefordert, selbst ihren Platz im Aufstellungsbild einzunehmen. Spätestens geschieht dies im abschließenden Lösungsbild. Hier wird darauf gesetzt, dass die Klient*innen durch die jetzt stattfindende körperliche und räumliche Erfahrung nachdrücklich neue Perspektiven einnehmen.
- Danach wird das Aufstellungsbild von der Leitung aufgelöst und unter dem Credo „Nicht zu viel darüber sprechen. Lass es wirken.“, in der Regel nicht weiter besprochen.

2.2 BEISPIELE AKTUELLER AUFSTELLUNGSARBEIT

2.2.1 Familienstellen nach Bert Hellinger

Der Priester und Psychotherapeut Bert Hellinger entwickelte in den 1980er Jahren eine Form der Aufstellungsarbeit, die sich in den Jahren darauf schnell verbreitete und äußerst populär wurde. Sie wird sehr kontrovers diskutiert und ist wissenschaftlich nicht fundiert.

„Bert Hellinger hat für den Einsatz seiner Aufstellungsarbeit in der Psychotherapie bislang keine in sich schlüssige und nachvollziehbare methodische Definition vorgelegt. Es kann hier weder von einem Verfahren noch von einer Methode, bestenfalls von einer elaborierten Intervention gesprochen werden.“ (Riepl, 2011, S. 25)

Wie aus der Übersicht über den allgemeinen Ablauf von Aufstellungen ersichtlich, wird der Einfluss der Leitung auf den Aufstellungsprozess äußerst unterschiedlich gestaltet und drückt die Grundhaltung der jeweiligen Methode aus. Im Spektrum zwischen Leitungszentrierung einerseits und Klient*innenzentrierung andererseits, befindet sich Hellinger mit seiner Gestaltung deutlich bei ersterem, um nicht zu sagen bei dessen Maximum: Die Leitung bestimmt über weite Strecken den Aufstellungsprozess, wählt Repräsentant*innen aus, gibt bestimmte Sätze oder rituelle Handlungen für die Klient*innen vor und deutet das Geschehen. Dadurch gestaltet sich die Rolle der Klient*innen als klar der Leitung untergeordnet. Im wesentlichen Abschnitt der Aufstellung, nämlich da, wo es zu einem Prozess der Um- und Neugestaltung des

Aufstellungsbildes kommt, sind die Klient*innen lediglich Zuschauer*innen des Geschehens, ohne Möglichkeit sich einzubringen. Erst am Schluss der Arbeit kommen sie wieder ins Spiel, um das Ergebnis in sich aufzunehmen.

Die Rolle der Stellvertreter*innen und Repräsentant*innen ist ebenfalls der Leitung untergeordnet. Sie leisten in der Regel einen großen Beitrag zum Aufstellungsprozess und müssen oft belastende Rollen oder Positionen für längere Zeit einnehmen. Ihren Gefühlen Ausdruck zu verleihen, sie der Gruppe und/oder den Klient*innen mitzuteilen, um sie so besser verarbeiten und integrieren zu können, ist nicht vorgesehen. Meistens erfolgt, nach einer kurzen Pause zwischen den einzelnen Aufstellungen, bald der nächste Einsatz.

Abgesehen von der hierarchisch dominanten Gestaltung der Leitungsfunktion geht Hellinger in seinen Interventionen von etwas Übergeordnetem aus. Dazu postuliert er „...vier Ordnungsprinzipien, die seiner Meinung nach universal gelten und die der Mensch sich nicht aussuchen kann. Diese lauten:

1. Jeder hat gleiches Recht auf Zugehörigkeit
2. Innerhalb der Familie hat das ältere Kind Vorrang vor dem jüngeren.
3. Zwischen Herkunfts- und Gegenwartsfamilie hat das spätere System Vorrang.
4. Wer höheren Einsatz leistet, hat Vorrang vor demjenigen, der sich weniger einsetzt.“ (Riepl, 2011, S. 21)

Im Laufe der Jahre wurden die kritischen Stimmen bezüglich Hellingers Haltung und Interventionen immer lauter. „Die Kritik an diesen Ordnungsprinzipien bezog sich vor allem darauf, mit welcher unabänderlichen Absolutheit Hellinger auf ihnen bestand – und die Nachdrücklichkeit, mit der er angstausslösende Folgewirkungen bei Nichtbeachtung verkündete.“ (Riepl, 2011, S. 21) „2004 distanzierte sich aufgrund der zunehmenden Kritik an diesem Aufstellungsansatz Arist von Schlippe, als damaliger erster Vorsitzender der Systemischen Gesellschaft in Deutschland, in einem offenen Brief von Bert Hellinger und seiner Familienaufstellung. Er leitete damit eine öffentliche Distanzierung ein, die von vielen Menschen in der systemischen Therapie schon lange erwartet wurde.“ (Riepl, 2011, S. 24)

2.2.2 Systemische Strukturaufstellung nach Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd

Die immer lauter werdende Kritik an der Vorgangsweise Hellingers bei seiner Art der Aufstellungsarbeit veranlasste mehrere seiner Schüler*innen, sich von ihm zu distanzieren. „So auch Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd. Sie zählen nach Hellinger wohl zu den bekanntesten Vertreterinnen neuer Aufstellungsstile im deutschsprachigen Raum. Die von ihnen begründete Aufstellungsform nennen sie Systemische Strukturaufstellungen (SySt).“ (Riepl, 2011, S. 27)

Sparrer und Kibéd geben vier Hauptwurzeln als Grundlagen ihrer Arbeit an:

„(a) Die Rekonstruktions- und Skulpturarbeit von Virginia Satir,[...]

(b) Die Ericksonsche Hypnotherapie,[...]

(c) Die Familienaufstellungsarbeit, deren Wurzeln u.a. bei Thea Schönfelder, Ruth McClendon und Les Kadis gewürdigt werden, ebenso wie der Ursprung der Idee der transgenerationalen Solidarität, des Ausgleichs von Geben und Nehmen und der ökonomischen Umdeutung des Schuldbegriffs (mit Wurzeln bei Martin Buber) bei Ivan Boszormenyi-Nagy, die dann Eingang fanden und umgestaltet wurden im Familienstellen von Bert Hellinger, [...]

(d) Die lösungsfokussierte Methodik und Haltung der Schule von Milwaukee,...“
(SySt®, 2020, <https://www.syst.info/de/wurzeln-und-quellen>)

Weiters geben sie u.a. zwei Spezifika der Systemischen Strukturaufstellung an:

- die Arbeit mit Formaten:
Es gibt eine Vielzahl von Aufstellungsmodellen, die auch Grundformen oder Formate genannt werden. Alleine auf der Website der Syst werden 23 davon aufgelistet, z.B. die Problemaufstellung, die 9-Felder-Aufstellung, die Tetralemma - Aufstellung oder Lösungsaufstellung, bei denen die Anzahl der aufzustellenden Elemente im Vorhinein bestimmt ist. In letzterer „...werden folgende Teile aufgestellt:
 - der Fokus (Repräsentantin der Klientin),
 - das Ziel,
 - die Ausnahmen,

- das Wunder und
- der Kontext des Wunders.

Diese fünf Teile sind alle Repräsentant*innen im engeren Sinne. Sie können als Koordinaten, auf denen sich das Problem zeigt, aufgefasst werden.“ (SySt®, 2020, <https://www.syst.info/de/grundformen-der-systr>)

- die repräsentative Wahrnehmung:
 Sie wird von Sparrer und Kibéd als ihr besonderer Beitrag für die Aufstellungsarbeit gesehen und versucht, die Wahrnehmungen der Repräsentant*innen im Verlauf einer Aufstellung zu erklären. Der Körper der Repräsentant*innen wird zu einem Wahrnehmungsorgan, mit dem Empfindungen, Haltungen, Emotionen und Kognitionen bezüglich der Mitglieder des fremden Systems wahrgenommen werden können. Die aufgestellten Personen geben bei diesem Prozess nur die Unterschiede an, die sie zu ihrem Zustand, bevor sie aufgestellt wurden, empfinden. Interpretationen oder Meinungen zum Wahrgenommenen sollten dabei nicht genannt werden. Die mit dem Körper wahrgenommenen, zum fremden System gehörenden Empfindungen verschwinden, sobald sich die Repräsentant*innen wieder setzen. Die repräsentierende Wahrnehmung setzt schlagartig ein, sobald die ‚Rollenspieler‘ gewählt sind und spätestens, sobald sie gestellt sind.“ (Sparrer, 2002, S. 103)

Auch die Systemische Strukturaufstellung begründet sich nicht auf einem einheitlichen Verfahren, sondern setzt sich aus mehreren Konzepten dreier psychotherapeutischer Schulen zusammen (Systemische Familientherapie nach Satir, Ericksonsche Hypnotherapie, lösungsfokussierte Schule von Milwaukee).

Der Ablauf der Aufstellung ist auch hier leitungszentriert, Klient*innen betrachten das Geschehen aus der Zuschauerposition, können aber - anders als bei Hellinger - Vorschläge und Ideen von dort aus einbringen. Andererseits bewirkt das Aufstellen nach vorgegebenen Formaten eine gewisse Einschränkung was die Komplexität der zu untersuchenden Fragestellung betrifft. Diese muss meistens angepasst werden, um zu einem der zur Verfügung stehenden Formaten zu passen.

Durch das Einbeziehen der repräsentativen Wahrnehmung kommt den beteiligten Repräsentant*innen eine besondere Bedeutung zu. Ähnlich dem im Psychodrama angewandten „Rollenfeedback auf der Bühne“, werden sie über Veränderungen in ihrer Wahrnehmung befragt, vor allem dann, wenn es zu veränderten Positionen kommt. Diese Befragung verläuft sehr strukturiert, um Deutungen durch die Leitung oder durch die Repräsentant*innen auf ein Minimum zu reduzieren. Auch im Ablauf dieser Aufstellungsvariante ist es nicht vorgesehen, dass die Klient*innen über ihr Erleben berichten bzw. reflektieren.

Im folgenden Kapitel widme ich mich vertieft der psychodramatischen Aufstellungsarbeit als der für meine praktische Arbeit relevanten Methode.

3 Psychodramatische Aufstellungsarbeit

Im Folgenden stelle ich das Arrangement der Aufstellungsarbeit im Verfahren Psychodrama vor und gehe im Weiteren auf dessen Wirkfaktoren, Qualitäten und Grundhaltungen ein. Ein kurzer Vergleich zu den anderen Richtungen schließt dieses Kapitel ab. Roswitha Riepl hat das ausführlich bereits in ihrer Masterthese erarbeitet. (Riepl, 2011, S. 93 ff)

3.1 DAS VERFAHREN PSYCHODRAMA

Das Psychodrama ist ein eigenständiges und wissenschaftlich fundiertes Verfahren, das in Österreich nach dem Psychotherapiegesetz von 1990 vom Bundesministerium für Gesundheit approbiert und zugelassen wurde. Es basiert auf einem eigenen, in sich schlüssigen Theorie- und Methodenrepertoire und es nimmt keine Anleihen an anderen, etwa an tiefenpsychologischen, Schulen.

Damit stellt das Psychodrama „...ein Verfahren dar, das methodologisch auf der gleichen Ebene anzusiedeln ist wie die Psychoanalyse, der Gestaltansatz, der systemische Ansatz oder die Verhaltenstherapie.“ (von Ameln, Gerstmann, Kramer, 2004, S. 7)

Die psychodramatische Aufstellung basiert auf dem Fundament des Verfahrens, sie ist keine Ausnahme oder separierte Anwendung, sondern Teil des Gesamten (Abb. 1).

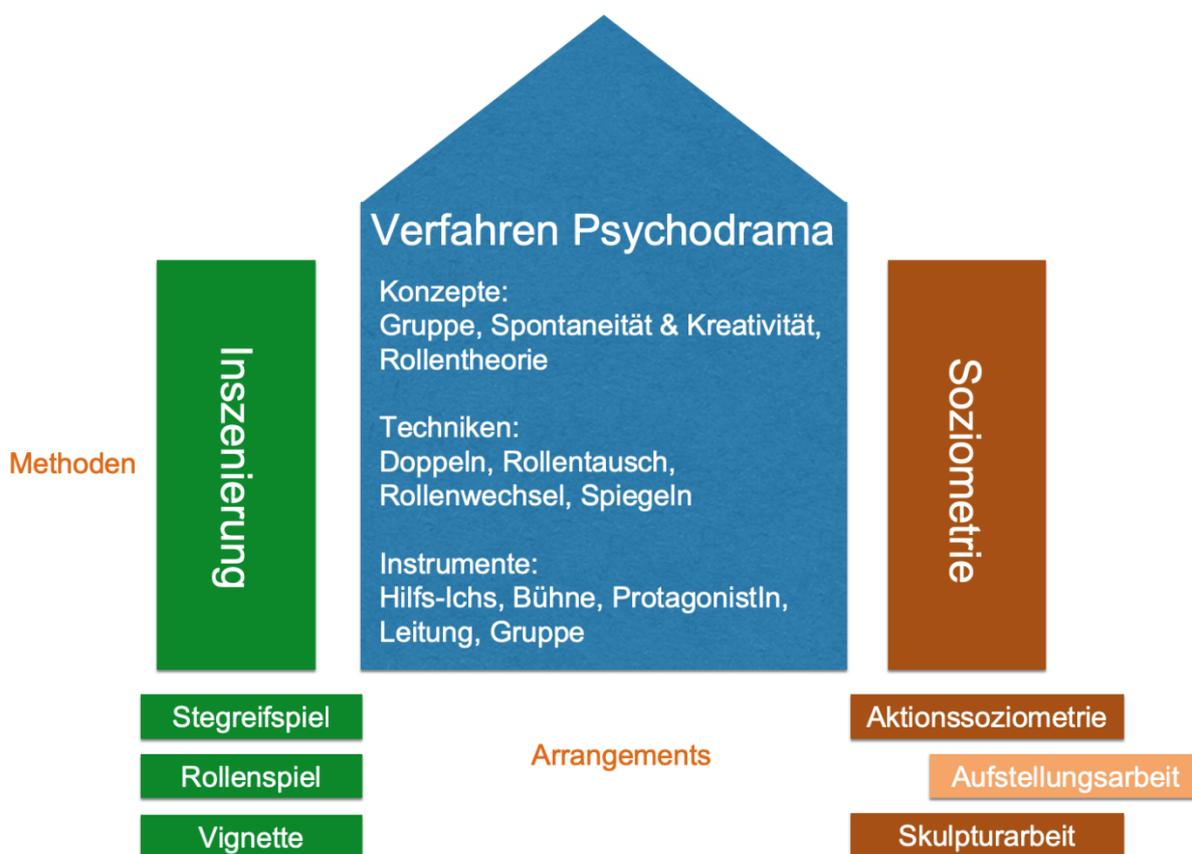


Abbildung 1. Vereinfachte Darstellung des Verfahrens Psychodrama (nach Riepl, 2015)

In ihr können Interventionen und Techniken aus dem Verfahren eingesetzt werden, wie z.B. Rollenwechsel, Rollentausch, Doppeln und Spiegeln. Außerdem agiert die Leitung auf der Grundlage der Konzepte der „Soziometrie“, der „Rollentheorie“ und des „Spontaneitäts-Kreativitäts-Zyklus“, Konzepte die in Kapitel 4 genauer beschreiben werden.

Die psychodramatische Aufstellungsarbeit hat sich „seit 1915 innerhalb eines psychotherapeutischen Gesamtverfahrens entwickelt und herausgebildet. Innerhalb dieses Verfahrens verfügt die Aufstellungsarbeit über eine schlüssig durchdachte Methodik. Konzepte, Ethik, Philosophie, Menschenbild, Techniken und Konzepte greifen flüssig ineinander. Die Aufstellungsarbeit verfügt hier über einen Hintergrund, der sozusagen ‚aus einem Guss‘ ist.“ (Riepl, 2011, S. 93)

3.2 TYPISCHER ABLAUF

Den typischen Ablauf einer psychodramatischen Aufstellung beschreibt Roswitha Riepl (Riepl, 2011) zusammengefasst wie folgt:

Zur Anwendung einer Aufstellungsarbeit kommt es in der Gruppe, wenn das Thema bzw. die Fragestellung eines Gruppenmitglieds zu diesem Arrangement passt, also einen deutlichen soziometrischen Aspekt aufweist. Dieses Mitglied wird im Psychodrama Protagonist*in genannt.

Um Netzwerke und Nähe/Distanzen erkennen zu können und diese Beziehungskonstellationen transparent zu machen, sollen Beziehungen durch Positionierung der einzelnen Beziehungsparteien dargestellt werden. Dadurch wird es Klient*innen ermöglicht, das Geschehen kognitiv zu begreifen und Zusammenhänge zu erkennen (Kern, 2018, S. 217).

Die Gruppe, in der die Aufstellung stattfindet, kennt sich in der Regel bereits seit einiger Zeit und hat bereits Vertrauen zueinander entwickelt. Die Mitglieder wissen von den Anliegen der anderen und sind bereit, einander bei der Bearbeitung dieser zu unterstützen. Aufstellungen in sogenannten „stranger groups“ sind im Psychodrama unüblich.

Kern und Ausgangspunkt der Aufstellung ist die Fragestellung. Wurde diese möglichst anschaulich und konkret ausgearbeitet, beginnt die Arbeit im Aufstellungsraum. Dieser wird durch eine Umrandung vom restlichen Gruppenraum abgegrenzt, was die Protagonist*innen, z.B. durch Auflegen eines Seiles als Begrenzung, selbst gestalten.

„Mit der Auseinandersetzung über die für die Fragestellung passende Größe des Raumes wird der innere Erwärmungsprozess, der mit der Ausarbeitung der Fragestellung bereits begonnen hat, nun in den ersten Handlungen umgesetzt.

Nachdem der Raum bestimmt und [...] auch durchwandert wurde, sammeln die Protagonist*innen alle relevanten Elemente, die zur Bearbeitung dieser Frage nötig sind.“ (Steidl, 2019, S. 83)

Dazu werden einzelne Gruppenmitglieder, sog. Hilfs-Iche, ausgewählt, wobei eines den Protagonisten bzw. die Protagonistin selbst im Aufstellungsbild darstellt. Dieses wird als „Double“ bezeichnet.

„Diese Elemente werden zunächst an den Rand des Aufstellungsraumes gestellt und dann, eines nach dem anderen, in Bezug zur Fragestellung im Aufstellungsraum

positioniert. Das mehrfache Wiederholen der Frage erscheint mir an dieser Stelle besonders wichtig, da die Protagonist*innen durch das Herausbringen ihres inneren Bildes auf die Bühne meist mit Gefühlen oder Verwirrungen konfrontiert sind und daher Hilfe beim Fokussieren benötigen.“ (Steidl, 2019, S. 83)

„Sobald alle relevanten Hilfs-Iche eine Position und eine Ausrichtung bekommen haben, kann der Raum zwischen diesen mittels Durchschreitens auf basale Wahrnehmungen wie kalt/warm, hell/dunkel, ge-/entspannt erforscht werden. Dies bringt oft wichtige Hinweise, die sich als hilfreich für die Bearbeitung der Frage erweisen.

Ist das innere Bild nun adäquat im Aufstellungsraum dargestellt, spricht man nach Riepl vom „ersten Bild“ (Riepl, 2018, S. 257) und dieses wird dann von den Protagonist*innen von außen in der sogenannten „Spiegelposition“ betrachtet.

Im nächsten Schritt werden sie zum wiederholten Wechsel mit den einzelnen Positionen auf der Bühne angeregt, womit die prozesshafte Arbeit eingeleitet wird. So gelingt es, andere - meist ungewohnte - Perspektiven zur Fragestellung einzunehmen und so die eigene Sicht zu erweitern. Als Unterstützung werden neben dem beschriebenen Positionswechsel auch Positionsfeedbacks auf der Bühne eingesetzt. Dabei handelt es sich um kurze Berichte der Protagonist*innen über ihre Wahrnehmungen in einer bestimmten Position nachdem sie diese wieder verlassen haben.

Auf Wunsch der Protagonist*innen werden Hilfs-Iche selbst über die Qualität ihrer Position und allfällige Impulse befragt. Sämtliche Veränderungen, die danach am ersten Bild vorgenommen werden, geschehen durch die Protagonist*innen selbst. Der Abschluss der Aufstellung erfolgt an einem Punkt, der für Protagonist*innen und Leitung passend erscheint.

Die Leitung stellt sich in der psychodramatischen Aufstellungsarbeit an die Seite der Protagonist*innen und unterstützt den Arbeits- und Veränderungsprozess. Grundlagen sind dabei das Beachten des Spontaneitätszyklus und Interventionen wie Rollenwechsel, Rollentausch, Doppeln und Spiegeln. Es wird auf Deutungen und vorgegebene Formate gänzlich verzichtet. Die Protagonist*innen sind, wie es der Name schon sagt, „erste Handelnde“, die den Arbeitsprozess selbst maßgeblich steuern.

Für die mitwirkenden Hilfs-Iche ist neben dem Feedback aus ihrer Rolle eine eigene Runde (das sog. „Sharing“) vorgesehen, in der sie mitteilen können, woran sie das Thema oder die übernommene Rolle in ihrem eigenen Leben erinnert und was sie bei der Übernahme der Hilfs-Ich-Funktion erlebt haben. Dadurch wird das Erleben dieser Gruppenteilnehmer*innen in die Gruppe und den weiteren Prozess integriert.

Fallbeispiel

Frau Freitag (27) nimmt seit drei Monaten an einer Psychodrama-Jahresgruppe teil. Neben Themen aus ihrem Berufsleben - sie ist Filialleiterin bei einer kleinen Modekette - beschäftigt sie ihre Beziehung zu ihrer Herkunftsfamilie, vor allem zu ihrer Mutter. Seit sie vor einigen Jahren von Klagenfurt nach Wien gezogen ist, vermeidet sie zunehmend den Kontakt. Eine Woche vor dem Gruppentermin wurde sie von ihrer Mutter angerufen, wobei diese am Telefon geweint und Frau Freitag sich nach dem Telefonat sehr schlecht gefühlt hat. Ein Erlebnis, dass ihr schon seit Kindheitstagen bekannt ist. Sie fragte sich, warum sie sich schon immer für ihre Mutter verantwortlich gefühlt habe. Leitung und Gruppe einigten sich darauf, sich dieser Frage zu widmen. Als Arrangement wählte ich eine Aufstellung, da sie vermutete, dass dieses Verantwortungsgefühl aus der Beziehungskonstellation der Herkunftsfamilie entstanden war.

Frau Freitag grenzte im Gruppenraum mit einem Seil einen Bereich ab, in dem sie ihre Frage bearbeiten wollte und sammelte die dafür erforderlichen Elemente und ein Double, das sie selbst darstellen sollte: Double (D), Vater (V), Mutter (M), Bruder (B), Tante (T) Schwester der Mutter und Onkel (O). Sie wählte nun sechs Mitglieder der Gruppe aus, die diese Rollen übernehmen sollten. Beginnend mit dem Double gab sie ihnen eine Position im Aufstellungsraum, passend zur Fragestellung: „Warum fühle ich mich in meiner Herkunftsfamilie so verantwortlich für meine Mutter?“ Die Leitung begleitete jeden Schritt und wiederholte regelmäßig die Fragestellung. Nachdem alle Positionen gefunden waren, ergab sich, in Abb. 2 skizziert, folgendes erstes Bild.

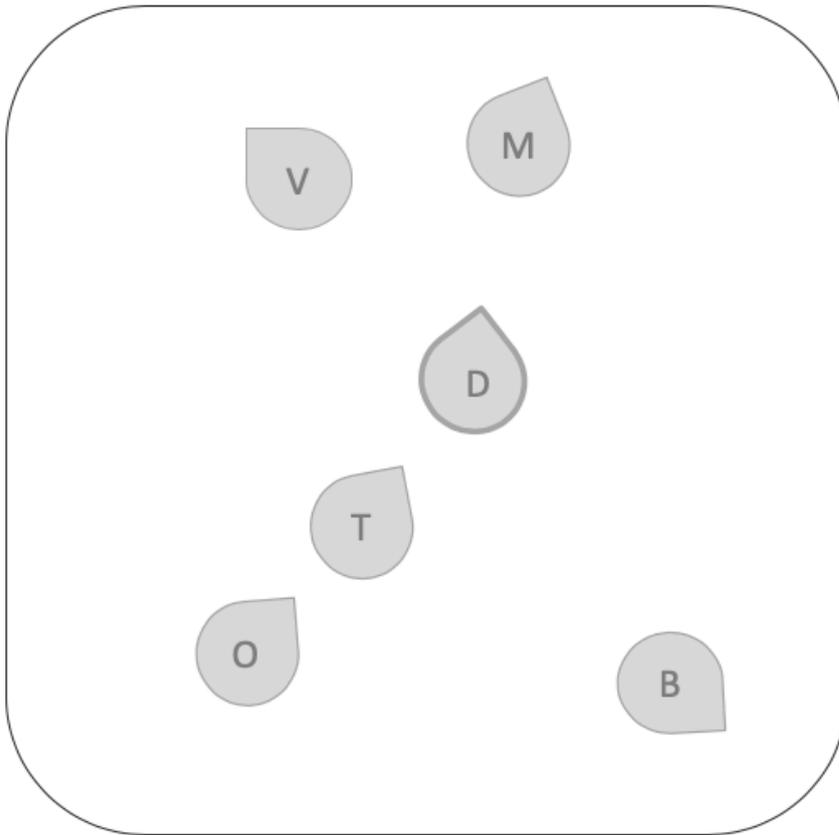


Abbildung 2. Erstes Bild von Frau Freitag

Die Protagonistin betrachtete das Bild zunächst von außen in der Spiegelposition. Als erstes fiel ihr die Enge darin auf. Diese Wahrnehmung verdeutlichte sich, als sie auf Empfehlung der Leitung den Raum zwischen den Positionen erkundete und dabei auf grundlegende körperliche Empfindungen achtete. Vor allem die Räume zwischen Tante und Double (T und D) und zwischen Double und Mutter (D und M) fühlten sich sehr eng und angespannt an, das Atmen fiel ihr dort schwer.

Nun regte die Leitung Frau Freitag zur weiteren Bearbeitung der Frage an, in die verschiedenen Positionen ihres Bildes zu wechseln, zuletzt in die des Doubles. Diese Reihenfolge dient dazu, zuerst die unbekanntesten Perspektiven zu erkunden und erst zuletzt in die vertraute des Doubles zu wechseln.

Bruder und Vater fühlten sich einsam, der Bruder war zusätzlich aber froh, niemanden von der Familie zu sehen. In der Position der Mutter hatte sie das starke Bedürfnis, sich um die Familie, vor allem um ihre Tochter, zu kümmern, konnte das aber aufgrund ihrer Ausrichtung nicht, sie war zu stark abgewandt. Als Frau Freitag in die Position ihrer Tante wechselte, erlebte sie eine Überraschung. Sie fühlte sich

überaus machtvoll, hatte vollständigen Überblick und sah sich als Marionettenspielerin, die alle Fäden in der Hand hielt. In Wahrheit lenkte sie die Familie, ihr Mann hinter ihr stärkte ihr dabei den Rücken. Die Tante ließ ihre Schwester nicht zu Macht kommen, sie hatte ihr das Versorgen einer eigenen Familie nie zugetraut. Da sie selber keine Kinder hatte, war diese Position ihre Erfüllung.

An dieser Stelle wieder in der Spiegelposition angelangt, war Frau Freitag sehr überrascht und nachdenklich. Ihre Tante war für sie tatsächlich jener Mensch in der Familie, von dem sie die meiste emotionale Wärme erhalten hatte. Andererseits fiel ihr ein, dass sie von ihrer Mutter - neben der Wärme - auch ein bestimmtes Bild der Tante mitbekommen hatte: „Das ist meine kleine dumme Schwester, mein Schwager ist sowieso ein Idiot. Ihr wird nie etwas gelingen!“

Soziometrisch ausgedrückt, wurde in diesem Bild die Tiefenstruktur der Familie im Gegensatz zu ihrer Oberflächenstruktur sichtbar.

Obwohl die Fragestellung für die Protagonistin an diesem Punkt der Aufstellungsarbeit bereits beantwortet war, arrangierte sie das Bild um, um für sich einen besseren Platz in der Familie zu finden. In diesem Bild wurde klar, dass sie gerne mehr Nähe zu ihrem Bruder hätte, mit dem sie sich über diese Themen gerne austauschen wollte. Außerdem konnte sie in ihrer neuen Position die Mutter von der Seite sehen. Dort drückte sie den Wunsch aus, den Kontakt zu ihrer Mutter anders als bislang zu gestalten. Sie wurde auf sie neugierig und hatte den Impuls, das defizitäre Bild ihrer Mutter zu hinterfragen und sich auf deren Stärken und Kompetenzen zu fokussieren.

Nach dem Abräumen des Aufstellungsraumes und dem Entlassen der Gruppenmitglieder aus deren Rollen, gaben diese, wenn nicht schon während der Aufstellung erfolgt, Rückmeldung über ihr Erleben in den jeweiligen Positionen, was die unterschiedlichen Eindrücke aus den verschiedenen Perspektiven für die Protagonistin noch eindrücklicher machte. Es folgte das Sharing der gesamten Gruppe, in dem sich einige Mitglieder bewegt zeigten und von dem Gefühl der Verantwortung für Elternteile in ihrer eigenen Kindheit berichteten.

3.3 VERGLEICH ZU ANDEREN FORMEN DER AUFSTELLUNGSARBEIT

Wie bereits aus der Darstellung der Arbeitsweisen zu den unterschiedlichen Methoden der Aufstellungsarbeit ersichtlich wurde, bestehen in mehrerer Hinsicht wesentliche Unterschiede. Diese drücken sich vor allem in der methodischen Begründung von Interventionen, der Haltung der Leitung und dem Umgang mit jenen Klient*innen, die das Thema aufstellen, und den mitwirkenden Personen aus.

Die Aufgabe der Leitung besteht darin, Protagonist*innen bei ihrem Arbeitsprozess in Bezug auf ihre Fragestellung entwicklungsfördernd zu begleiten. Sie lässt sich auf die Ungewissheit des Verlaufs und des Ausgangs ein und steuert keine Vorgaben oder eigene Ideen zu Beantwortung bei. Diese Unsicherheit gemeinsam auszuhalten ist Teil der Arbeit der Leitung. Alle Techniken dienen letztendlich dazu, die Protagonist*innen so weit als möglich in einem spontan-kreativen Arbeitsprozess zu halten, indem immer wieder neue Perspektiven durch Spiegeln oder Positionswechsel erschlossen werden. Die Protagonist*innen sind ununterbrochen Akteur*innen und Gestalter*innen ihrer Aufstellung. Da rein prozessorientiert gearbeitet wird, ist das Finden einer abschließenden Beantwortung der Frage nicht relevant. Oft wird im ersten Bild zunächst die Lage der Protagonist*in klarer und das Weiterarbeiten an dem Thema dadurch erst möglich.

Was bisher für die psychodramatische Aufstellungsarbeit im therapeutischen Gruppensetting besprochen wurde, gilt im Allgemeinen auch für deren Einsatz in anderen Settings und Formaten. So findet sie Anwendung im Rahmen von Team-Supervisionen, von Paartherapie und auch in der Einzeltherapie. Mit letzterem beschäftige ich mich im folgendem Kapitel.

4 PSYCHODRAMATISCHE AUFSTELLUNGSARBEIT IM PSYCHOTHERAPEUTISCHEN MONODRAMA

Bevor ich die Besonderheiten bei der Aufstellungsarbeit im Einzelsetting erläutere, möchte ich kurz auf den Unterschied der Begriffe „Einzelsetting“ und „Monodrama“ eingehen, da diese im üblichen Sprachgebrauch gelegentlich fälschlicherweise synonym verwendet werden.

4.1 EINZELSETTING UND MONODRAMA

Dass im Verfahren Psychodrama, das zunächst ausschließlich als Gruppenpsychotherapie Verbreitung fand, auch Einzelsetting vorgesehen ist, geht auf die Zeit der Einreichung zur Anerkennung als eigenständige psychotherapeutische Schule während des Inkrafttretens des österreichischen Psychotherapiegesetzes 1990 zurück. Den besonderen Fokus auf das gruppentherapeutische Setting „...sieht Stadler (2014, S. 25) darin begründet, dass Anfang der 1970er-Jahre, als sich das Psychodrama in den deutschsprachigen Ländern etablierte, ein Gruppentherapie-Hype herrschte.“ (Kern in Kern & Hintermeier, 2018, S. 23)

In der Einreichphase zum Therapiegesetz legten österreichische Psychodramatiker*innen jedoch großen Wert darauf, dass das Psychodrama nicht lediglich als gruppentherapeutische Methode anerkannt wurde.

„Es sollte als psychotherapeutische Methode gesehen werden, die sowohl im Einzel- wie auch im Gruppensetting angewandt werden kann. Psychodramatisches Vorgehen im Einzelsetting musste dazu wissenschaftlich fundiert und psychodramatische Theorie stärker in die Ausbildung eingeflochten werden.“ (Kern in Kern & Hintermeier, 2018, S. 25)

Vor allem Barbara Erlacher-Farkas war seit den 1980er-Jahren um die Entwicklung einheitlicher Richtlinien und Begriffe bei der Anwendung von Psychodrama im Einzelsetting bemüht.

Obwohl der Begriff „Monodrama“ unter Psychodramatherapeut*innen häufig als Synonym für „Einzelsetting“ allgemein verwendet wird, bezeichnet er eigentlich eine von mehreren Interventionsformen, die für das Einzelsetting konzipiert wurden.

„Erlacher-Farkas (1996) beschreibt das Monodrama als eine psychodramatische Therapie mit einem Klienten oder einer Klientin, in der die in einer Szene mitwirkenden Personen durch Hilfsobjekte (Gegenstände) ersetzt werden.“ (Fürst in Fürst et al., Ottomeyer & Pruckner, 2004, S. 282)

Die einzelnen Rollen werden von den Klient*innen selbst zeitlich versetzt eingenommen, es erfolgt ein oftmaliger Wechsel.

„Indem der/die Protagonistin alle Rollen selbst verkörpert, wird ihm/ihr viel rascher bewusst, dass diese Rollen nicht nur Repräsentanzen einer äußeren, sondern auch Vertreter einer inneren Wirklichkeit sind.“ (Fürst in Fürst et al., 2004, S. 290)

Bei einer Rollenübernahme durch Klient*innen ist ein etwaiges Gegenüber, somit lediglich mit einem Gegenstand besetzt.

Neben dieser Interventionsform gibt es weitere, die sich in der Anwendung aber grundsätzlich unterscheiden: das „Psychodrama zu dritt“ und das „Psychodrama á deux“.

Psychodrama zu dritt ist eine Methode, die Jakob Moreno selbst in seiner psychiatrischen Privatklinik in Beacon angewandt hat. Dabei wurde bei der therapeutischen Behandlung neben dem Therapeuten oder der Therapeutin eine weitere Person der Klinik, die speziell als Hilfs-Ich ausgebildet wurde, eingesetzt. Diese Person übernahm die antagonistischen Rollen in den Szenen der Klient*innen, der Therapeut bzw. die Therapeutin blieb in der Rolle der Leitung.

Im Psychodrama á deux übernimmt der Therapeut bzw. die Therapeutin selbst Antagonist*innen- und Hilfs-Ich-Rollen. Der Vorteil besteht darin, dass die Szenen durch die Anwesenheit zweier Personen lebendiger wird und Rollenfeedback durch den Therapeuten aus seiner übernommenen Rolle genutzt werden kann.

Andererseits besteht die Gefahr, dass die Leitung bei Rollenübernahmen den Überblick über den Prozess und die Einfühlung in die Klient*innen verliert.

„Der Therapeut stellt das einzige Bindeglied des Klienten zur Realität dar. Im monodramatischen Setting sollte er diese wichtige Funktion für den Klienten erlebbar machen, indem er nie ganz in das szenische Geschehen eintritt.“ (Weth, 1985, zitiert nach von Ameln, 2004, S. 93)

Außerdem ist ungewiss, ob die Klient*innen selbst in der Lage sind, die Therapeut*innen wieder aus deren Rollen zu entlassen, vor allem dann, wenn diese mit besonders konflikthaften Beziehungen verbunden sind. Um dieses Risiko zu vermeiden, wird diese Variante im Fachspezifikum des ÖAGG (in Kooperation mit der Donau-Universität Krems) nicht gelehrt. Was Therapeut*innen im Monodrama tun können, um den Arbeitsfluss trotz des oftmaligen Rollenwechsels der Klient*innen aufrecht zu erhalten, ist, den jeweils letzten Satz in der verlassenen Rolle zu wiederholen.

Zusammengefasst: Monodrama ist Arbeit mit Szenen und Rollen der Klient*innen im Einzelsetting, bei der die Klient*innen selbst alle Rollen zeitversetzt einnehmen.

Monodramatisches Arbeiten wird in vielen unterschiedlichen Formaten angewandt (Supervision, Beratung, Kinderpsychotherapie, ...). In meiner Arbeit beziehe ich mich ausschließlich auf die Psychotherapie mit Erwachsenen.

4.2 PSYCHODRAMATISCHES ARBEITEN OHNE GRUPPE

Im vorangegangenen Kapitel wurde Aufstellungsarbeit selbstverständlich mit dem Setting der Gruppe verbunden, sie wird aber auch im Einzelsetting häufig eingesetzt.

Bezogen auf das Verfahren Psychodrama stellt sich unweigerlich folgende Frage:

Psychodrama ohne Gruppe – ist das überhaupt noch Psychodrama?

Sie wurde in der Literatur der letzten Jahre zunehmend diskutiert und letztlich mit Ja beantwortet. Hutter (in Kern & Hintermeier, 2018, S. 56) setzt sich davor aber kritisch mit der Abwesenheit der Gruppe und damit auch der Hilfs-Iche, zwei der sechs Instrumente des Psychodramas (Gruppe, Bühne, Protagonist*in, Leitung, Hilfs-Ich, Technik & Arrangements), auseinander. Dadurch fehle der Resonanzraum für die von den Protagonist*innen auf die Bühne gebrachten Szenen und die Möglichkeit, biographisch bedeutende Rollen und Beziehungen des eigenen soziokulturellen Atoms zu reaktualisieren.

„Damit wird deutlich, welche Faktoren im monodramatischen Setting nicht mehr strukturell durch die Gruppe abgedeckt werden können. Dies sind vor allem:

1. die Reaktualisierung relevanter Beziehungen
2. die Emergenz wichtiger gesellschaftlicher Themen und Strukturen
3. die Resonanz auf die Szene der Protagonist*innen
4. der Raum für experimentelles Probehandeln
5. die lebendige Beziehungserfahrung in der unmittelbaren, heilsamen Begegnung.“ (Hutter in Kern & Hintermeier, 2018, S. 57)

Dieses Fehlen muss in der Einzeltherapie von den Therapeut*innen ausgeglichen bzw. methodisch substituiert werden.

„Die Wahl der Fragestellung für eine Aufstellungsarbeit ergibt sich nicht - wie im Gruppensetting - durch die Konfrontation mit der eigenen Biografie. Die Themen müssen somit im therapeutischen Gespräch herausgearbeitet und passend inszeniert werden, um ein relevantes Probehandeln zu ermöglichen.“ (Hutter in Kern & Hintermeier, 2018, S. 58)

Hilfs-Ich-Kompetenzen, die im Gruppensetting von Gruppenmitgliedern beigesteuert werden können, müssen in der Einzeltherapie von den Therapeut*innen eingebracht werden.

„Vergleichbar scheint mir die Rolle des Psychodramatikers mit der eines Expeditionsbegleiters, der nicht nur für den Schutz des Forschers verantwortlich ist, sondern auch über umfangreiches technisches Know How verfügt.“ (Bleckwedel, 2000, zitiert nach Fürst et al., 2004, S. 97)

Abgesehen vom Einsatz bestimmter Arrangements tritt die Wirkung der therapeutischen Beziehung in den Vordergrund.

„Das Individuum wird als Gruppenwesen gesehen. Es ist von Beginn an ein soziales Wesen, das ohne den anderen nicht existiert. Damit kann die Therapie nie eine Einzeltherapie im engeren Sinne sein. In ihr wird das soziale Netzwerk des Patienten bzw. der Patientin mitbedacht und die Beziehungen durch die szenische Arbeit sichtbar und erlebbar. Die im sozialen Gefüge liegenden Ressourcen werden damit zugänglich. Psychodrama, in welcher Form auch immer, ist Denken und Handeln in Beziehungsstrukturen.“ (Schmitz-Roden 1996, Dudler/Neumann, 1996, zitiert nach Fürst et al., 2004, S. 283)

Die Anwendung von Aufstellungen kann also im Einzelsetting eine äußerst sinnvolle Interventionsform sein.

In Anbetracht der Herausforderungen, die sich aus dem Wegfall zweier psychodramatischer Instrumente – Gruppe und Hilfs-Ich – für Therapeut*innen ergeben, gehe ich nun auf die Wirkfaktoren der monodramatischen Aufstellungsarbeit ein.

4.3 RELEVANTE THEORETISCHE KONZEPTE PSYCHODRAMATISCHER AUFSTELLUNGSARBEIT IM EINZELSETTING

4.3.1 Der kreative Zirkel

Ein wesentlicher Aspekt der Aufstellungsarbeit ist das Entwickeln von Veränderungen im Verhalten, wo dies notwendig ist.

Den Großteil ihrer täglichen Herausforderungen können Menschen mit gewohnten und gut eingeübten Routinen bewältigen, von Moreno als „Rollenkonserven“ bezeichnet und von Schacht folgendermaßen beschrieben:

„Rollenkonserven sind habituelle, eingeschliffene Handlungsstrukturen, die routinemäßig ablaufen, ohne dass wir uns bewusst darauf konzentrieren müssen.“ (Schacht, 2009, S. 67)

Gelingt dies allerdings nicht mehr, weil die bewährten Strategien keine adäquate Reaktion auf die neue Herausforderung erlauben, bedarf es eines Veränderungsprozesses, den Morenos Modell des kreativen Zirkels (Abb. 3) beschreibt und strukturiert.

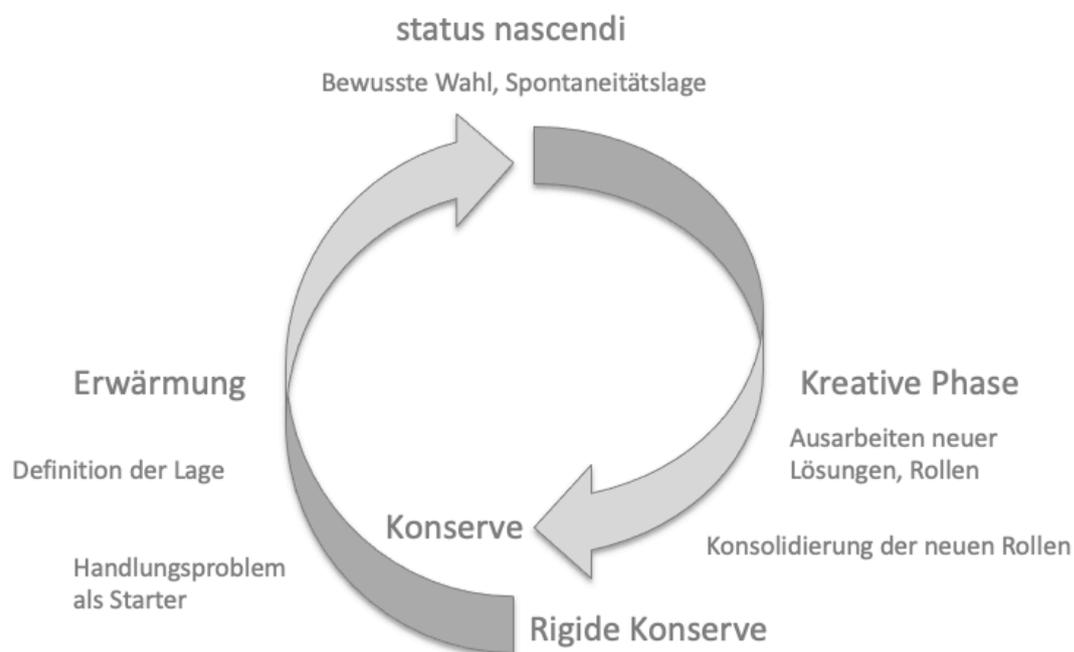


Abbildung 3. Kreativer Zirkel nach Schacht, 2009, S. 70

1. Die rigide Rollenkonserve

Dabei handelt es sich um ein „[...] wiederkehrendes inadäquates Handlungsmuster, das vorerst subjektiv als hilfreich erlebt wurde, langfristig aber mit negativen Konsequenzen verbunden ist“ (Kern & Hintermeier, 2018, S. 519). Um diese vertrauten Abläufe verlassen und spontanen Impulsen der Neuschöpfung nachgehen zu können, ist eine Aktivierung von Handlungsbereitschaft erforderlich, die im kreativen Zirkel als „Erwärmung“ bezeichnet wird.

2. Erwärmungsprozess

In der Aufstellungsarbeit fällt in diese Phase die Klärung der Fragestellung, die in der späteren Positionierung auf der Bühne dem Kriterium der Wahl der relevanten Elemente zugrunde liegt. Klient*innen, die mit einem scheinbar unlösbaeren Problem konfrontiert sind, kommen durch die Formulierung der Frage bereits in eine gewisse Handlungsbereitschaft, sich mit diesem Thema aktiv auseinander zu setzen. Ohne ausreichend erwärmt zu sein wäre es sinnlos bzw. riskant im Sinne einer Überforderung, sich auf die Aufstellungsbühne zu begeben. „Erwärmung bedeutet also, dass ein Mensch eine ‚Bereitschaft zur Tat‘ entwickelt.“ (Moreno, 1954a, zitiert nach Hutter in Kern & Hintermeier, 2018, S. 54)

3. Status nascendi

Durch die weiteren Schritte des Aufstellungsprozesses wird die Erwärmung der Klient*innen durch konkretes Handeln in Bezug auf ihre Frage weitergeführt und intensiviert. Aspekte der problematischen Lage werden konkret dargestellt und bisher unbeachtete Perspektiven eingenommen. Durch den wiederholten Wechsel vom Aufstellungsbild in die Spiegelposition kommt es zu einer für die Klient*innen aushaltbaren Spannung, was grundlegend ist, um ihre Kreativität zu fördern. Erst dadurch kann es zu einer hilfreichen Erkenntnis oder bereits einer ersten Idee zur Lösung kommen. Diesen Moment nennt Moreno *status nascendi* (lat. im Zustand des Entstehens) und beschreibt ihn in poetischer Weise: „[...] der Augenblick, in dem ich meine erste Eingebung hatte und ihr die erste Form gab, als der Einfall noch frisch und ungetrübt war“ (Moreno, 1981, zitiert nach Schacht, 2009, S. 69).

Je nach Lage der Klient*innen kann sich dieser „Moment“ in unterschiedlichen Qualitäten äußern – in einem kurzen Augenblick oder in mehreren aufeinander folgenden, über einen längeren Zeitraum verteilt.

Die Aufgabe der Leitung besteht unter anderem darin, das Auftreten des *status nascendi* zu erkennen und zu benennen, damit diese „Ernte“ in der nachfolgenden Phase genutzt werden kann.

4. Die kreative Phase

„Dem *status nascendi* folgt die kreative Phase. Sie markiert den Beginn eines Reorganisationsprozesses, in dem sich aus der verflüssigten und hochenergetischen

Gemengelage des status nascendi neue Strukturen herausbilden können.“ (Hutter in Kern & Hintermeier, 2018, S. 54)

Dies kann noch auf der Aufstellungsbühne oder später im Sitzen passieren. Hat der Klient bzw. die Klientin im Schlussbild einen guten Platz für die eigene Position gefunden, bietet sich das nochmalige Einnehmen der eigenen Position und das Ansprechen der wichtigsten anderen Rollen an. (Riepl in Kern & Hintermeier, 2018, S. 260) In einem solchen Schluss-Statement lässt sich die Handlungsenergie des status nascendi unmittelbar in erstes, neues Gestalten umsetzen.

5. Gestaltungsphase

Diese kann im direkten Anschluss auf den Aufstellungsprozess erfolgen, nimmt aber in der Regel einen längeren Zeitraum in Anspruch. Die kreative Neugestaltung muss hier Bestätigung finden und erste Umsetzungen im täglichen Leben der Klient*innen reflektiert werden. So kann es im Verlauf zu einer Konsolidierung des neuen Handelns kommen. (Hutter in Kern & Hintermeier, 2018, S. 54)

6. Konserve

„Seinen vorläufigen Abschluss findet der kreative Zirkel in einer neuen Prozess- oder Handlungsstruktur, z.B. einer neu entwickelten Rolle oder einer geklärten Beziehung. Moreno nennt diese Struktur ‚Konserve‘“. (Hutter in Kern & Hintermeier, 2018, S. 54) Am Ende des Zyklus entwickelt sich eine neue Konserve, die die vorangegangene in Komplexität übersteigt und daher mehr Handlungsmöglichkeiten zulässt. Dadurch können die Probleme der herausfordernden Situationen im Leben der Klient*innen besser überwunden werden.

Für die Leitung stellt der kreative Zirkel ein sinnstiftendes Grundmodell für den gesamten Aufstellungsprozess dar. Nachdem sie sich in der psychodramatischen Aufstellung auch selbst auf das Wagnis der Unsicherheit einlässt, bietet er Orientierung, vor allem in den Momenten, in denen die weiteren Schritte im Prozess noch nicht deutlich erkennbar sind.

4.3.2 Die Szene

Nicht nur in der Gruppe, auch in der psychodramatischen Einzeltherapie ist die Szene der Dreh-und-Angelpunkt therapeutischen Arbeitens.

„Moreno ist der Überzeugung, dass man einer Fragestellung erst dann gerecht werden kann, wenn man sie eingebunden in ihren Gesamtkontext betrachtet. Genau das ist die strategische Bedeutung der Szene. Sie macht den Kontext einer Fragestellung sichtbar und erschließt ihn damit in seiner Bedeutung für den therapeutischen Prozess.“ (Hutter in Kern & Hintermeier, 2018, S. 50)

Die Szene mit ihren Problemen und Herausforderungen für die Klient*innen ist die Vorbereitung für den Aufstellungsprozess. Das Beschreiben dieser Szene setzt bereits erste Erwärmungsprozesse in Gang, das explorierende Nachfragen der Therapeut*innen ist dabei hilfreich, vor allem dann, wenn ein Problem oder Leid nicht unmittelbar mit einer realen Szene verbunden werden kann. Gelingt es trotz Unterstützung der Therapeut*innen nicht, eine „typischen Szene“ für ein Problem zu konstruieren, muss man von einem niedrigen Störungsniveau, zumindest in Bezug auf dieses Problem, ausgehen und der Weg auf die Aufstellungsbühne sollte nicht gewählt werden.

Das Verfahren Psychodrama setzt sich aus zwei methodischen Säulen zusammen: der Inszenierungsarbeit und der Soziometrie (Abb.1). Obwohl das Arrangement der Aufstellungsarbeit in den Bereich der Soziometrie gehört, ist die Szene dennoch dessen Grundlage und das szenische Handeln kann als Erweiterung der Aufstellung genutzt werden. „Wenn die soziometrische Analyse ausgeschöpft ist, kann es spontaneitätsunterstützend sein, reduzierte szenische Arbeit auf der Aufstellungsbühne zuzulassen“ (Riepl, 2011, S. 85)

Die Szene bietet den Bezugsrahmen zum realen Leben der Klient*innen. In der Aufstellung können wir Beziehungen vermessen und deren Qualitäten untersuchen, wie sie in einem ausgewählten Moment auftreten. So als würde man die reale Szene kurz anhalten und das „Zwischen“ der beteiligten Personen untersuchen, indem man es durch deren Positionierung mittels Nähe / Distanz und Zu- / Abwendung darstellt.

Fallbeispiel:

Frau Nordmann (28) arbeitet mit zwei Kolleginnen in einem Büro einer Finanzgesellschaft. Jede von ihnen hat einen eigenen Schreibtisch, die in gleichen Abständen zueinander stehen. Kollegin Rita ist etwas älter als Frau Nordmann, mit ihr weitschichtig verwandt und durch sie in die Firma gekommen. Die andere

Kollegin Karin ist etwa gleich alt wie Frau Nordmann, sie haben sich am Arbeitsplatz kennen gelernt und sind mittlerweile gute Freundinnen geworden. Im Büro ist die Harmonie zwischen den Kolleginnen ein hohes Anliegen für Frau Nordmann, daher auch die Konstellation der Schreibtische.

In der realen Szene, die Frau Nordmann eines Tages in die Therapiestunde brachte, ging es um eine Bemerkung von Rita, dass sie sich im Büro mit den beiden Kolleginnen nicht mehr wohl fühle. Frau Nordmann war über diese Aussage sehr irritiert und mied eine weitere Auseinandersetzung.

In der Therapiestunde war sie über die kritische Bemerkung sehr aufgebracht und verzweifelt, weil sie sich in keinster Weise vorstellen konnte, was Rita dazu bewogen haben könnte. Dieser Fragestellung in Bezug auf die Szene beschlossen wir in Form einer Aufstellung nachzugehen und wechselten auf die Aufstellungsbühne. Dort stellte Frau Nordmann ihr inneres Bild der Beziehungen der drei Kolleginnen mittels Sessel und Handpuppen auf (Steidl, 2019, S. 87). Trotz der familiären Verbundenheit stellte sich die Beziehung zwischen ihr selbst und Rita im Büro als distanzierter heraus, hingegen gab es viel Nähe und Zuwendung zwischen meiner Klientin und Karin.

Soweit war ihr die Lage der drei Kolleginnen bekannt, die neue Information ergab sich durch den Wechsel in die Position von Rita. Sichtbar unangenehm berührt, berichtete sie von Gefühlen der Eifersucht und der Kränkung, weil sie sich durch die starke Verbundenheit der beiden anderen ausgeschlossen vorkam.

Die Irritation entstand durch das Auseinanderklaffen von Oberflächen- (Tischanordnung mit dem Ziel der Harmonie) und Tiefenstruktur (sehr unterschiedliche emotionale Nähe). Da für Frau Nordmann die schlechte Stimmung von Rita nicht aushaltbar war, beschloss sie aufgrund ihrer Eindrücke in der Aufstellung, diese mehr in ihre Beziehung zu Karin einzubeziehen, indem sie öfter miteinander Mittagessen gehen würden.

Der Bezugsrahmen von Aufstellungsbühne zum realen Leben ist mittels der Szene gegeben. Die Frage „wie stehen Rita und ich zueinander?“ hätte in einer anderen Szene, etwa einer Familienfeier, ein völlig anderes Aufstellungsbild ergeben.

4.3.3 Die Bühne und Surplus Reality

Eine besondere Bedeutung kommt bei der psychodramatischen Aufstellungsarbeit dem Raum bei, in dem diese stattfindet: der Bühne. Auf dieser dürfen Klient*innen ihre inneren Bilder und Wahrnehmungen darstellen und gestalten, sie dürfen ihre Fragestellung handelnd ergründen.

Schon die Abgrenzung und Ausgestaltung dieses Raumes am Beginn der Aufstellung hilft den Protagonist*innen in eine vertiefende Auseinandersetzung mit ihrer Fragestellung einzutauchen. Es wird im Praxisraum klar zwischen einem „Draußen“ und einem „Draußen“ unterschieden. Eintauchen und Heraustreten folgen einander wie Ein- und Ausatmen. Besonders hilfreich ist der Wechsel, die dadurch entstehende Spannung. Ist sie zu groß, kann in der Sicherheit des „Draußen“ im Austausch mit der Leitung wieder Sicherheit und Überblick gewonnen werden. Mangelt es an emotionaler Verbundenheit zu dem auf die Bühne gebrachten Bild, kann dies durch das Eintreten in dasselbe wieder erreicht und der Arbeitsprozess wieder in Gang gesetzt werden. Dieser Wechsel stellt sowohl für die Leitung als auch für die Protagonist*innen eine Möglichkeit des Spannungsregulativs dar, um die Lage der spontan-kreativen Handlungs- und Erkenntnismöglichkeit so lange wie möglich aufrecht zu erhalten.

Obwohl es im psychotherapeutischen Einzelsetting keine Aufteilung zwischen Bühne und Zuschauerraum - wie im Gruppensetting - gibt, ist die Abgrenzung der Aufstellungsbühne doch von zentraler Bedeutung.

„Beim Betreten der Bühne verlässt der Klient bzw. die Klientin die Realität der Therapiesituation und betritt die Surplus Reality des Psychodramas.“ (von Ameln, 2004, S. 18)

Diese lässt sich als Reinszenierung der erlebten Realität beschreiben und ist „[...] eine symbolische Handlungswelt, eine äußere Entsprechung der inneren Wirklichkeit des Protagonisten, die auf dessen Inneres zurückwirkt.“ (von Ameln, 2004, S. 550) Diese Reinszenierung ist „[...] naturgemäß subjektiv gefärbt und geht immer über den Rahmen innerer und äußerer Ereignisse hinaus.“ (Kern & Hintermeier, 2018, S. 525), weshalb von Surplus Reality gesprochen wird.

Wie am letzten Fallbeispiel zu erkennen war, wurde diese spezielle Realität genutzt, um den Beziehungskonstellationen, die so explizit nicht sichtbar waren, eine Form zu geben.

Das Abgrenzen des Bühnenraums ist auch im Einzelsetting besonders wichtig, um Klarheit und Rahmen für den Inszenierungsort der Surplus Reality zu erschaffen. Ich stelle Klient*innen dafür in der Regel ein färbiges Seil von etwa 10 Metern Länge zu Verfügung und rege sie an, den Aufstellungsraum passend zu ihrer Fragestellung abzugrenzen. Durch diese Handlung wird die Erwärmung weiter in Richtung Spontanitätsslage gefördert, da hierfür die innere Auseinandersetzung über passende Größe und Form des Raumes für die Fragestellung erforderlich ist. Das Ergebnis sollte von den Klient*innen von einer Position außerhalb der Bühne überprüft werden. Manchmal kommt es vor, dass die geschilderte Dringlichkeit und Bedeutung einer Frage stark mit dem dafür vorgesehenen Raum divergiert.

Fallbeispiel:

Herr Martin beschreibt wiederkehrende Szenen, in denen er von intensiven Gefühlen überschwemmt und „an die Wand gedrückt“ wird. Wir einigen uns, diesem Phänomen in Form einer Aufstellung auf den Grund zu gehen. Als er einen passenden Raum für die Bearbeitung abgrenzt, nutzt er mehrere Seile und umgrenzt damit praktisch den gesamten Praxisraum. Bei der Überprüfung der Fläche stehen wir beide eng an die Wand gedrängt auf einem winzigen, frei gebliebenen Fleckchen Boden. Auf diesen Umstand hingewiesen, fällt Herrn Martin auf, dass er sein Thema bereits im ersten Arbeitsschritt ausgedrückt hat. Er beschließt, den Raum zu verkleinern, um genug freien Platz außen für einen distanzierten Blick auf die folgende Aufstellung zu haben.

Dieser Platz wird für die Spiegelposition genutzt und ist für Aufstellungen enorm wichtig. Gerade die Möglichkeit in das Bild einzutreten, Konstellationen aufzustellen und zu erfahren und zwischendurch immer wieder in eine Position außerhalb wechseln zu können, ermöglicht die optimale Regulation der Spannung bei der Bearbeitung belastender Fragestellungen.

Da dies später für die Aufstellung innerer Rollen von Bedeutung sein wird, gehe ich nun auf den Einsatz verschiedener Bühnen bei einer Aufstellung genauer ein.

In meiner Arbeit unterscheide ich bei Aufstellungsarbeit zunächst zwischen Tisch- und Raumbühne. Die Tischbühne wird, wie der Name vermuten lässt, auf einem Tisch oder einem Systembrett eröffnet und zwischen Klient*innen und Therapeut*innen platziert.

Auf ihr werden Aufstellungen mit Intraintermediärobjecten, Symbolen, Steinen, Klötzchen oder ähnlichem durchgeführt. (Krüger, 2005, S. 261)

Unter Raumbühne verstehe ich einen im Praxisraum eigens für die Aufstellung, meist mittels eines Seiles, abgegrenzten Bereich.

Die psychodramatische Spielbühne bietet die Möglichkeit in mehrere Bereiche aufgeteilt zu werden, ähnlich dem ursprünglichen Konzept von Jacob L. Moreno für sein Bühnenmodell in seiner Klinik in Beacon (von Ameln, 2004, S. 19). Dazu möchte ich hier zwei Beispiele anführen:

- Aufstellungsbühne – Szenenbühne

Während des Aufstellungsprozesses konflikthafter Beziehungen kann es zu Erinnerungen an ähnliche, frühere Beziehungen mit einer anderen Person kommen und die entsprechenden Szenen gelangen ins Bewusstsein. Für eine dieser Szenen kann, abgetrennt von der Aufstellungsbühne, eine eigene Bühne im Raum eingerichtet werden, um diesen Hintergrund deutlicher zu machen. Dadurch wird die Verbindung der aktuellen Szene zur biographisch relevanten besser verstanden.

Fallbeispiel:

Herr Taler (38) fühlt sich seit einiger Zeit in seinem Team in der Arbeit nicht mehr wohl. Er ist Sachbearbeiter bei einer Versicherung und schon seit zwölf Jahren im Unternehmen tätig. Im Gespräch stellt sich bald heraus, dass sein Unwohlsein in der Zeit begonnen hat, als sein Team einen neuen Abteilungsleiter bekommen hat. Dieser wurde von extern eingestellt, der frühere Stellvertreter, den sich Herr Taler als neuen Chef gewünscht hatte, bekam die Stelle nicht. Auf der Aufstellungsbühne stellt Herr Taler die aktuelle Teamkonstellation dar, bezogen auf die Frage: „Warum fühle ich mich im Team jetzt so unwohl?“ Neben seinen KollegInnen bekommt auch der neue Chef eine Position. Als Herr Taler im Rollenwechsel seine eigene Position einnimmt, fällt ihm sofort auf, dass er das Unwohlsein seinem Chef gegenüber sehr gut aus der Beziehung zu seinem Vater kennt. Er erinnert sich an eine „typische“ Szene, die wir auf einer eigens dafür mit einem weiteren Seil markierten Bühne entstehen lassen. Darin geht es im Wesentlichen um seine Gefühle der Angst

und Beschämung, wenn der Vater am Abend heimkam und seine Hausaufgaben kontrollierte.

Nach Abschluss und kurzer Reflexion dieser szenischen Arbeit kehrte mein Klient abschließend nochmals in seine Position in der Aufstellung zurück, wo er eine deutliche Veränderung in seinen Gefühlen seinem Chef gegenüber wahrnahm. Ihm wurde bewusst, dass die starken Gefühle aus seiner Beziehung zu seinem Vater stammten und nur am Rande etwas mit der zu seinem neuen Chef zu tun hatten.

- **Äußere Bühne – innere Bühne**

Umgekehrt stellt sich die Reihenfolge bei der Aufteilung von äußerer und innerer Bühne dar, hier steht die Szene am Beginn und die Aufstellung folgt. In der Literatur wird innere Bühne gelegentlich mit „Psychodrama im Kopf“ gleichgesetzt. (Fürst in Fürst et al., 2004, S. 283) In meiner Arbeit mit Aufstellungen habe ich mir angewöhnt, diesen Begriff alternativ zu verwenden, nämlich für jene Bühne, auf der innere Rollen aufgestellt werden. Sie liegt somit zwar außerhalb der Klient*innen, bietet aber den Raum für deren innere Anteile.

Fallbeispiel:

Frau Marker (47) übernimmt sowohl privat als auch beruflich viele äußerst verantwortungsvolle Aufgaben. Grundsätzlich ist sie sehr zufrieden damit, leidet in letzter Zeit aber vermehrt an den Belastungen, die das mit sich bringt. Im Gespräch fiel ihr auf, dass sie eigentlich keine Wahl hatte, sich für oder gegen eine solche Aufgabe zu entscheiden. Sie muss immer zusagen. Als wir in ihrer Biographie zurückgingen, fiel ihr dafür eine typische Szene aus ihrer Herkunftsfamilie ein. Dafür markierte sie mit einem Seil eine Bühne und richtete die Szene dort ein: abends 19:30h, die Familie (Fr. Marker 11Jahre, Vater, Mutter und Bruder) sitzt beim Abendessen. Wie jeden Abend schaltet der Vater um diese Uhrzeit den Fernseher ein, um die Nachrichten anzusehen. Ab dann sind Gespräche am Tisch von ihm unerwünscht, was den Rest der Familie stört, aber nie zur Sprache gebracht wird. Bei der Inszenierung stellte sich heraus, dass sich Mutter und Bruder noch kurz vor dem Abendessen bei Frau Marker über die unangenehme Tischkultur des Vaters beklagt hatten. An diesem Abend konfrontiert Frau Marker ihren Vater mit dem Wunsch nach Ruhe und

Gespräch, was für sie sehr unangenehme Folgen hatte, da sie von ihm in der Folge beschimpft und beschämt wurde. Unterstützung vom Rest der Familie bekam sie nicht.

Mit Blick auf die Szene stellt sich Frau Marker die Frage, warum sie so gehandelt hatte.

Wir hielten die Szene kurz vor der Konfrontation mit dem Vater an und öffneten mit einem weiteren Seil eine zweite, innere Bühne. In ihr positionierte die Klientin alle inneren Rollen, die sich in diesem Moment aktualisiert hatten und konkretisierte ihre Handlungsimpulse und Appelle an Frau Marker im Rollenwechsel (Abb. 4)



Abbildung 4. Äußere und innere Bühne

Im Wesentlichen agieren strenge und moralische innere Rollen, die die junge Frau Marker drängen, das Unrecht in der Familie zur Sprache zu bringen und durch den Angriff auf den Vater für Gerechtigkeit zu sorgen.

In der Spiegelposition klärt sich die Fragestellung der Aufstellung recht schnell und im Laufe der weiteren Arbeit entwickelt Frau Marker immer mehr Mitgefühl

mit der 11Jährigen von damals und Verständnis für ihr heutiges Handeln, das von dieser und ähnlichen biographischen Szenen geprägt ist.

4.3.4 Rollentheorie

Da für diese Arbeit der Rollenbegriff von großer Bedeutung ist, beschreibe ich dessen Grundlagen im Überblick.

Für Moreno ist der Mensch ein Rollenspieler, weshalb sein Rollenkonzept einen zentralen Platz in seinem Werk einnimmt.

„Dem Psychodrama liegt das Konzept zugrunde, [...]

- dass jedes Individuum durch ein bestimmtes Repertoire von Rollen gekennzeichnet ist, die sein Verhalten bestimmen,
- und dass jede Kultur durch gewisse Art und Zahl von Rollen charakterisiert ist, die sie den ihr angehörigen Menschen, mit unterschiedlichem Erfolg, auferlegt“ (Hochreiter in Fürst et al., 2004, S. 128).

Dieses Gesamt an Rollen wird in der aktuellen Literatur in zwei Bereiche eingeteilt:

Das Rollenrepertoire umfasst alle Rollen, die für eine Person zu einem bestimmten Zeitpunkt aktivier- und lebbar sind.

Das Rolleninventar beinhaltet alle Rollen, die bereits einmal eingenommen und verkörpert wurden, auch jene, die derzeit nicht zur Verfügung stehen.

Rolle kann verstanden werden,“...als eine Form, die ein Individuum wählt, um mit sich selbst und mit anderen, die ihrerseits ebenso im Rahmen ihrer Rollen agieren, in Beziehung zu treten. [...] Folglich wird Rolle aus psychodramatischer Sicht als ein fundamentaler Beziehungsmodus verstanden, der Menschen einen Rahmen gibt, um sich auszudrücken und zu anderen Beziehung aufnehmen zu können“. (Stadler & Kern, 2010, S. 136)

Rollen können nach unterschiedlichen Kriterien differenziert werden (von Ameln, 2004, S. 219; Hochreiter in Fürst et al., 2004, S. 135f).

Nach Rollenkategorien:

- Somatische Rollen

Umfassen die physiologischen und genetischen Voraussetzungen reiner Körperlichkeit und sind kaum an einen interaktionalen Prozess gebunden, wie z.B. „die Essende“ oder „der Atmende“. „Das Wie der Ausübung dieser Rolle ist jedoch schon meist kulturspezifisch und unterliegt somit einem vorangegangenen integrierenden Erfahrungsprozess“ (Hochreiter in Fürst et al., 2004, S. 136).

- Psychische Rollen
Gefühle und Empfindungen stehen im Mittelpunkt, z.B. „der Traurige“, „die Fröhliche“.
- Soziale Rollen
Das sind individuell gestaltete Rollenkonserven einer Kultur. Dazu zählen Berufsrollen, öffentliche Ämter (z.B. Vereinsvorsitzende, Schlagzeuger in einer Band) oder private Rollen wie Mutter, Sohn, Ehemann,...
- Transzendente Rollen
„Sind Rollen, die die Verbundenheit mit dem Überindividuellen repräsentieren (z.B. mythische Rollen, religiöse, spirituelle...)“ (Hochreiter in Fürst et al., 2004, S. 136) Damit „[...] werden die Rollen bezeichnet, in denen die Integration der Spaltung gelingt und der Mensch als schöpferisches Wesen sichtbar wird“ (ebd. S. 136)

Nach der Reihenfolge ihrer Entwicklung auf der Handlungsebene:

- Psychosomatische Rollen
Grundsätzlich beschrieben wie somatische Rollen. Der Leib beeinflusst durch nichtsprachliche Interaktion.
- Psychodramatische Rollen
„Sie umfassen zwei Gebiete:
 - einmal den Fantasiebereich, in dem nicht real vorhandene Wesen (Feen, Geister, Engel ...) Gestalt annehmen und im Rollenspiel ‚verkörpert‘ werden und zum andren
 - den Bereich der nächsten Umwelt, in der Rollen einer konkreten Mutter, eines konkreten Kindes (Personen aus dem sozialen Atom) eingenommen werden, zu denen es persönliche Erfahrungen und Vorstellungen gibt“ (Hochreiter in Fürst et al., 2004, S. 136)

- Soziodramatische Rollen

„Das sind sprachlich vermittelte Rollen, die kollektive Erfahrungen und Vorstellungen, gesellschaftlich vorgegebene generalisierte Rollenmuster repräsentieren“ (Hochreiter in Fürst et al., 2004, S. 136).

Für die Aufstellung innerer Rollen scheint mir folgende Definition Morenos bedeutend: „Die greifbaren Kristallisierungspunkte dessen, das wir das Ich nennen, sind die Rollen, in welchen es sich manifestiert. Rollen und die Beziehungen zwischen ihnen sind die wichtigsten Erscheinungen innerhalb einer bestimmten Kultur. Es ist methodisch einfacher, von den ‚Rollen‘ einer Person zu sprechen als von seinem Ich oder ‚Ego‘; Ego hat mysteriöse, meta-psychologische Nebenbedeutungen“ (Moreno 1993, S. 33).

4.3.5 Soziometrie

Die Soziometrie, die Vermessung der sozialen Beziehungen zu den Mitmenschen ist das grundlegende Konzept der Aufstellungsarbeit, unabhängig vom Setting.

Moreno postulierte 1974 zwei gegensätzliche Wirkkräfte, die die Beziehungen zwischen Menschen bestimmen.

Angenommen, die ganze Menschheit stellt eine Einheit dar, so müssen Kräfte vorhanden sein, welche die einzelnen Teile zueinander in Beziehung setzten, und Kräfte, welche die einzelnen Teile verbinden und trennen. [...] In allen Beziehungen zwischen Individuen und Gruppen treten diese Kräfte – analog zu chemischer Affinität – als Anziehung und Abstoßung in Erscheinung. (Moreno, 1974, zitiert nach Hutter & Schwehm (Hg.), 2012, S. 227)

Diese Kräfte der Anziehung und Abstoßung werden auf der Aufstellungsbühne durch Nähe bzw. Distanz der gewählten Positionen ausgedrückt. Zusätzlich kann die Qualität der vermessenen Beziehung durch die Ausrichtung der Positionen nach den Kriterien Zu- bzw. Abwendung charakterisiert werden. Zwei aufgestellte Sessel, denen man eine „Blickrichtung“ zuschreiben kann, können nahe oder weit, zu oder abgewandt zueinander positioniert werden. Die sichtbar gemachte Beziehungsstruktur wird als Soziogramm bezeichnet. Die ursprünglichste Form des Soziogrammes ist die grafische Darstellung.

Mit der *Zeichensprache des Soziogrammes* werden durch soziometrische Verfahren gewonnene Erkenntnisse über die emotionale Tiefenstruktur dargestellt: das Symbol

für Frauen ist ein Kreis, für Männer ein Dreieck, jedes Gruppenmitglied wird durch einen Buchstaben bzw. eine Ziffer gekennzeichnet. Anschließend werden die von einem Individuum ausgehenden Wahlen als rote bzw. durchgehende Verbindungslinien zu den gewählten Individuen eingetragen. (Pruckner in Fürst et al., 2004, S. 181)

Die Qualität der jeweiligen Wahl wird durch unterschiedliche Stricharten für Anziehung, Ablehnung und Ambivalenz angezeigt. Dies stellt eine vereinfachte Darstellung der komplexen Beziehungen dar. „Oft sind aber gerade diese Vereinfachungen nötig, um ein bestimmtes Kriterium zu erhalten.“ (Pruckner in Fürst et al., 2004, S. 182)

Sowohl bei Aufstellungen in Gruppen als auch im Einzelsetting ist die Grundlage für die Positionierung das „Kriterium“. Es beschreibt den Gesichtspunkt, unter welchem eine Beziehung zwischen Menschen oder inneren Rollen untersucht wird. Dieses Kriterium wird im Aufstellungsprozess durch die konkrete Fragestellung festgelegt. Das Soziogramm einer Gruppe miteinander arbeitender Menschen wird zur Frage „Wohin soll der nächste Betriebsausflug gehen?“ bzw. zur Frage „Wie soll mit geplanten Einsparungen im Personalbereich umgegangen werden?“ deutlich unterschiedlich aussehen, obwohl es sich um dieselben Personen handelt. Daher ist das Erarbeiten der Fragestellung vor Beginn der Aufstellung äußerst relevant.

4.3.6 Techniken

Nach Krüger (2015, S. 28) lassen sich folgende acht zentrale Interventionstechniken im Psychodrama unterscheiden: Szenenaufbau, Doppeln, Rollenspiel in der eigenen Rolle, Rollenspiel in einer anderen Rolle (Rollenwechsel), Rollentausch, Spiegeln, Szenenwechsel und Sharing.

Ich möchte überblickhaft und in der Reihenfolge ihrer Anwendung im Aufstellungsprozess auf jene Techniken eingehen, die im Rahmen dieser Arbeit eine Rolle spielen:

- Rollenwechsel: Klient*innen schlüpfen in im Aufstellungsbild dort positionierte Rollen. Das können reale Personen, etwa bei Aufstellungen aus dem Sozialen Atom, eigene innere Rollen oder die von anderen sein. Oft findet zuerst der Rollenwechsel in die eigene Rolle auf einer bestimmten Position statt. Das Wahrnehmen dieser unterschiedlichen Perspektiven ist wesentlicher Nutzen der Technik des Rollenwechsels. In der Aufstellungsarbeit bezieht sich diese

Wahrnehmung auf den Aspekt Rolle und den der Position und kann mit der anleitenden Frage „was nehmen Sie in dieser Rolle, an diesem Platz wahr?“ unterstützt werden.

- **Doppeln:** Eine andere Person schlüpft als Hilfs-Ich für kurze Zeit in die Rolle der Protagonist*innen und äußert dort Eindrücke und Wahrnehmungen, manchmal auch Handlungsimpulse. Die Protagonist*innen bleiben in ihrer Rolle und können die Aussagen der Hilfs-Iche als Anregungen nutzen, wenn sie ihnen passend erscheinen. Im psychotherapeutischen Einzelsetting wird diese Technik ansatzweise vom Therapeuten genützt. Am Beispiel der Arbeit mit dem inneren Regisseur könnten Therapeut*innen Klient*innen in dieser Rolle durch Doppeln unterstützen, indem sie Anregungen oder Veränderungsimpulse mitteilen, als ob sie selbst für kurze Zeit der innere Regisseur wären, z.B. mit den Worten „also wenn ich als innerer Regisseur dieses Ensemble vor mir ansehe, dann habe ich den Eindruck, dass...“. Beim Doppeln durch die Therapeut*innen ist besonders darauf zu achten, welche geäußerten Inhalte die Klient*innen als passend annehmen.
- **Spiegeln:** Spiegeln ist meines Erachtens eine der wichtigsten Techniken bei Aufstellungsarbeiten. Hintermeier (in Kern & Hintermeier, 2018, S. 239) unterscheidet fünf Formen des Spiegelns im Monodrama, wobei ich für die Arbeit mit dem inneren Ensemble das „Spiegeln des Selbst“ herausgreifen möchte.

Dabei handelt es sich um den Moment, in dem Klient*innen dem aufgestellten Bild ihrer inneren Rollen aus der Distanz gegenüberreten. Die Technik „[...] setzt an der psychodramatischen Entwicklungsebene an und hilft, deren Kompetenzen nachzureifen, nämlich das eigene Selbst in seiner subjektiven Besonderheit zu erkennen, das sich von anderen Selbsten unterscheidet.“ (Hintermeier, 2016, S. 174)

Zusätzlich möchte ich die Intervention des Rollenfeedbacks hinzufügen. Es kann erfolgen, nachdem Klient*innen eine eingenommene Rolle verlassen haben. Im Rollenfeedback werden sie angeregt, zu berichten, was sie beim Spielen dieser Rolle erlebt haben. Das führt einerseits zu einer Distanzierung von der Rolle, was zu deren Ablegen bzw. Entrollen zusätzlich beiträgt, andererseits können wichtige Wahrnehmungen aus dem Rollenspiel in die Integration übertragen werden. Obwohl

man manchmal versucht ist, bei Arbeiten auf der szenischen Bühne ausschließlich auf das Geschehen einzugehen, ist es wichtig, auch die Eindrücke aus dem Spielen der Rolle zu „ernten“. Sie können im weiteren Verlauf des Therapieprozesses äußerst wichtig sein.

4.4 VARIANTEN DER PSYCHODRAMATISCHEN AUFSTELLUNG IM EINZELSETTING

Um eine Fragestellung bestmöglich bearbeiten zu können, muss zuvor geklärt werden, was auf den jeweiligen Positionen aufgestellt werden soll. Sind dafür reale Personen, innere Rollen, Organisationen oder Werte notwendig? Diese aufzustellenden Elemente werden Faktoren genannt und demzufolge kann zwischen folgenden Varianten der Aufstellung unterschieden werden (Riepl in Kern & Hintermeier, 2018, S. 255):

- a) Aufstellung aus dem Sozialen Atom
- b) Intrapersonelle Aufstellung
- c) Interpersonelle Aufstellung
- d) Soziodramatische Aufstellung

Ad a) Aufstellung aus dem Sozialen Atom

Hier werden reale (lebende oder verstorbene) Personen aus dem sozialen Atom der Klient*innen als Faktoren gewählt. Es kann sich dabei um Familienmitglieder, Freunde bis hin zu KollegInnen und Bekannten oder Idolen handeln. In diese Kategorie fällt auch die klassische Familienaufstellung und allgemein die Arbeit mit dem sozialen Atom.

Fallbeispiel:

Frau Nordmann (28) ist seit einigen Jahren mit einem Mann in Beziehung, der zu seiner Herkunftsfamilie starke, konflikthafte Verbindungen hat. Sie wird von unterschiedlichen Seiten in diese Konflikte einbezogen, gerät dadurch immer mehr unter Druck und weiß nicht, wie sie am besten mit der Situation umgehen soll. Wir entschieden uns für eine Aufstellung zu den Fragen „Wie ist meine derzeitige Position in diesem Familiensystem?“ und weiter folgend „Wie kann ich meine Lage verbessern?“.

Bei der Aufstellung wurden alle relevanten Personen (auch die bei einem Unfall jung verstorbene Schwester von Frau Nordmanns Partner) auf ihren Positionen zueinander in Bezug zur Fragestellung aufgestellt. Nach einzelnen, kurzen Positionsfeedbacks überprüfte Frau Normann ihre eigene Position und bestätigte das unangenehme Gefühl, dass sie typischerweise bei Kontakten zu der Familie ihres Partners befällt. In der Spiegelposition bemerkte sie, dass sich ihre Position genau zwischen ihrem Partner und seiner Familie befand. In der Reflektion darüber fiel ihr auf, wie oft sie versuchte zu vermitteln, mit dem Wunsch, Harmonie für ihren Partner mit seiner Familie zu erreichen. In der Folge wurde ihr die Sinnlosigkeit dieses Unterfangens klar. In einem zweiten Bild in Bezug zur zweiten Frage, veränderte sie ihre Position, bis das unangenehme Gefühl deutlich verringert war. Nun stand sie auf der anderen Seite, neben ihrem Partner. In der Nachbesprechung wurde Frau Nordmann bewusst, was sie in Zukunft unterlassen musste, um diese Position dauerhaft einnehmen zu können, und dass dies einiges an Überwindung bedeuten würde.

Ad b) Intrapersonelle Aufstellung

Dabei werden innere Rollen einer Person aufgestellt, die zueinander in Beziehung stehen. Das können psychische, soziale, aber auch transzendente Rollen sein.

Ad c) Interpersonelle Aufstellung

Auch hier werden innere Rollen aufgestellt, die aber mit inneren Rollen einer anderen Person komplementär in Beziehung stehen. Als Beispiel ließe sich die Bearbeitung einer Paardynamik anführen.

Fallbeispiel:

Herr Gauß ist in seiner Beziehung sehr unzufrieden, er nimmt seine Partnerin emotional kaum mehr wahr, sie leben in letzter Zeit immer mehr aneinander vorbei. Er beschrieb zunächst jene Rollen, in denen er seiner Frau grundsätzlich begegnet bzw. begegnet ist: Ehemann, Ernährer, Vater der beiden gemeinsamen Kinder, Liebhaber, Vertrauter. Diese Rollen stellt er in Form von Handpuppen auf Sesseln nebeneinander und ihnen gegenüber die korrespondierenden Rollen seiner Frau in der derzeit empfundenen Distanz: Ehefrau, Ernährerin, Mutter, Liebhaberin, Vertraute. Durch Positionsfeedback wird für ihn rasch spürbar, in welchen Rollen

gute Kooperation, in welchen Konkurrenz und in welchen Konflikte die Beziehungsqualität bestimmen.

Ad d) Soziodramatische Aufstellung

„Hier werden eigene soziodramatische Rollen und deren Rollen- und Strukturpolitik zu gesellschaftspolitischen Personen oder Organisationen sichtbar gemacht.“ (Riepl in Kern & Hintermeier, 2018, S. 256)

Von den aufgezählten Varianten interessieren mich vor allem die, bei denen innere Rollen aufgestellt werden, also die inter- und die intrapersonelle Aufstellung. Ihnen werde ich mich im folgenden Kapitel näher widmen.

5 AUFSTELLUNGEN INNERER ROLLEN

5.1 GRUNDLEGENDE BEGRIFFE IN DER PSYCHODRAMATISCHEN LITERATUR

Sogenannte „innere Rollen“ werden sowohl bei inter- als auch bei intrapersonellen Aufstellungen genutzt. Im Zusammenhang mit diesen Aufstellungsmethoden werden sie in der psychodramatischen Literatur folgendermaßen beschrieben:

„Dabei werden innere Rollen in einer Person, die in Konflikt miteinander stehen, aufgestellt“ (Riepl in Kern & Hintermeier, 2018, S. 256), wobei Hintermeier den Einsatz etwas weiter fasst: „Bei intrapersonellen Aufstellungen werden soziale Rollen (wie Mutter, Lehrerin, Tante, Freundin, Konsumentin, usw.), innere Rollen (wie Persönlichkeitseigenschaften wie Intelligenz, Stärke, Kommunikationsfähigkeit usw. oder Gefühle wie Traurigkeit, Angst, Wut usw.) oder innere Ressourcen (Liebe der Eltern, Kraft, Vertrauen, Zuversicht, usw.) räumlich und hinsichtlich ihrer Nähe- / Distanz-Beziehung untereinander abgebildet“ (Hintermeier, 2019, S. 32).

In meinen Überlegungen in Bezug auf die Forschungsfrage setzte ich mich ausschließlich mit Aufstellungen „innerer Rollen“ auseinander und suchte zunächst nach Beschreibungen dieses Begriffs. Ich fragte mich, wie dieser Begriff aus der psychodramatischen Theorie vertieft erklärt werden könnte, um für mich ein klares Bild davon für die tägliche praktische Arbeit zu bekommen. In der Auseinandersetzung damit stieß ich auf unterschiedliche Beschreibungen, die ich im Folgenden zusammenfasse.

Es ist eine oft zitierte Aussage Morenos, dass sich das Selbst aus Rollen entwickelt und nicht umgekehrt.

„Rollenspielen geht dem Selbst voraus. Rollen entstehen nicht aus dem Selbst, sondern das Selbst entsteht aus Rollen. [...] Dies ist natürlich nur eine Hypothese, die dem Soziometriker und dem Verhaltenswissenschaftler nahe zu liegen scheint, aber von den Aristotelikern, Theologen und Metapsychologen zurückgewiesen werden könnte. [...] Dagegen werden die Aristoteliker geltend machen, dass ein latentes Selbst postuliert werden müsse, das allen Rollenmanifestationen gegenüber präexistent sei.“ (Moreno, 1962, zitiert nach Petzold & Mathias, 1982, S. 291)

Historisch betrachtet, ging dieser Beschreibung bei Moreno ein Entwicklungsprozess voraus, der etwa um 1930 einsetzte und sich mit der Frage nach einem oder einer hinter allen Rollen aktiven Rollenspieler oder Rollenspielerin bzw. Selbst befasste.

„Moreno sieht den Menschen in seinen Ausführungen zur Persönlichkeits- und Rollentheorie gegen Ende der dreißiger Jahre nicht als ein Aggregat von Rollen. Er unterscheidet, wie schon im Stegreiftheater, die ‚private Persönlichkeit‘ und die ‚Rolle‘.“ (Petzold & Mathias, 1982, S. 79)

Mit „Rolle“ ist hier das gemeint, was in der aktuellen Fachliteratur als Soziale Rolle benannt wird. Am Beginn der Theorieentwicklung zum Selbstbegriff trat bei Moreno zunächst die Idee einer rollenspielenden Persönlichkeit auf.

„So lassen sich auch beim Patienten eine Sphäre der privaten Persönlichkeit und der sozialen Rollen unterscheiden. Moreno spricht hier von der *Ich-Rolle*.“ (Petzold & Mathias, 1982, S. 81)

Diese Ich-Rolle steht in engem Verhältnis mit diesen Rollen, die einen Menschen mit anderen verbindet und gleichzeitig mit seinem eigenen Selbst.

„Er (*Anm.: Moreno*) sieht die Persönlichkeit aufgebaut durch die Tele-Beziehungen eines Menschen innerhalb seines „sozialen Atoms“ und durch die Beziehung des Menschen zu sich selbst, die er, einem Vorschlag von E. Fantel folgend, „*auto-tele*“ nennt.“ (Petzold & Mathias, 1982, S. 81)

Dadurch änderte sich auch die Art, wie Moreno Soziale Atome in seiner Arbeit interpretierte.

In den Aufzeichnungen von sozialen Atomen hatten Moreno und seine Mitarbeiter zunächst nur die Beziehungen des Individuums zu seinen verschiedenen

Bezugspersonen Beachtung geschenkt. „Eine genauere Untersuchung der Position des Individuums innerhalb seines sozialen Atoms legte allerdings nahe, es auch in Beziehung zu sich selbst zu sehen. (Petzold & Mathias, 1982, S. 81)

Diese Sichtweise impliziert eine gewisse Dualität, es gibt etwas, das eine Beziehung zu sich selbst hat. Dieses „etwas“ muss sich daher vom Selbst unterscheiden.

„Moreno beschäftige sich nun mit dem Verhältnis von Rolle und Privatpersönlichkeit, bzw. Rolle und Ich.“ (Petzold & Mathias, 1982, S. 82)

Petzold beschreibt die grundlegenden Fähigkeiten dieses Ichs, wie sie Moreno um 1937 verstand. „Das *Ich* als die im Körper der Person gründenden telischen und autotelischen Fähigkeiten der Selbst- Fremd- und Rollenwahrnehmung steht mit den Rollen in ständigem Austausch.“ (Petzold & Mathias, 1982, S. 84)

Ab 1940 wurde in Morenos Arbeit sichtbar, dass er einem möglicherweise übergeordneten Ich in der Psyche des Menschen keinen Raum gab. Im Gegenteil.

Nach seiner Entwicklungstheorie nämlich sind die Rollen früher als das Ich und das Selbst, und wie das Ich aus ihnen bzw. mit ihnen besteht, so kann es sich in ihnen verlieren. „When a person is entirely absorbed by a role, no part of the ego is free to watch it, and to record it into his memory. He is as if in a dream. Even the functioning of his memory becomes involved in the task of developing the role.“ (Petzold & Mathias, 1982, S. 84)

In Morenos Schriften werden die Begriffe „Selbst“ und „Ich“ nicht scharf voneinander getrennt. Mir erschien es dennoch wichtig, eine gewisse Differenzierung herauszuarbeiten.

5.1.1 Die Theorie des „Selbst“

Erst 1962 befasste sich Moreno im Rahmen seiner Rollentheorie mit der Formulierung einer „Theorie des Selbst“. „In seiner Sprache ist „Selbst“ die Verbindung von Körper, Psyche und Sozietät, die sich durch die Rollenhandlung entwickelt.“ (Zeitlinger-Hochreiter, 1996, S. 130)

Das Selbst drückt sich somit durch das Rollenhandeln einer Person aus, man könnte auch sagen, dass es dadurch erst existiert.

Während Moreno sich bis ca. 1940 nicht detailliert zum Begriff des Selbst äußert, zeichnet sich danach eine gewisse, in sich allerdings nicht immer stimmige Linie in seinen Äußerungen zu dieser Thematik ab. Er versucht, das Konzept eines dem

konkreten Handeln vorgelagerten, präexistenten Selbst zu vermeiden und einen empirischen Begriff des Selbst zu entwickeln. (Schacht, 2003, S. 35)

Es handelt sich nach Moreno dabei nicht um ein monolithisches Konstrukt, sondern konstituiert sich aus handelnden Rollen, die sich als gemeinsam agierende Allianzen temporär zusammenschließen.

Es vollzieht sich damit eine Entwicklung, die zu einer ganz am Rollenbegriff orientierten Persönlichkeitstheorie führt, zu einem Konzept, nachdem das Selbst durch Cluster-Effekte aus verschiedenen Rollenbündeln entsteht. (Petzold & Mathias, 1982, S. 85)

Dieses Selbst eines Menschen mit seinen potentiell vorhandenen Rollen kann in Form eines Rollendiagramms dargestellt werden (Abb. 5).

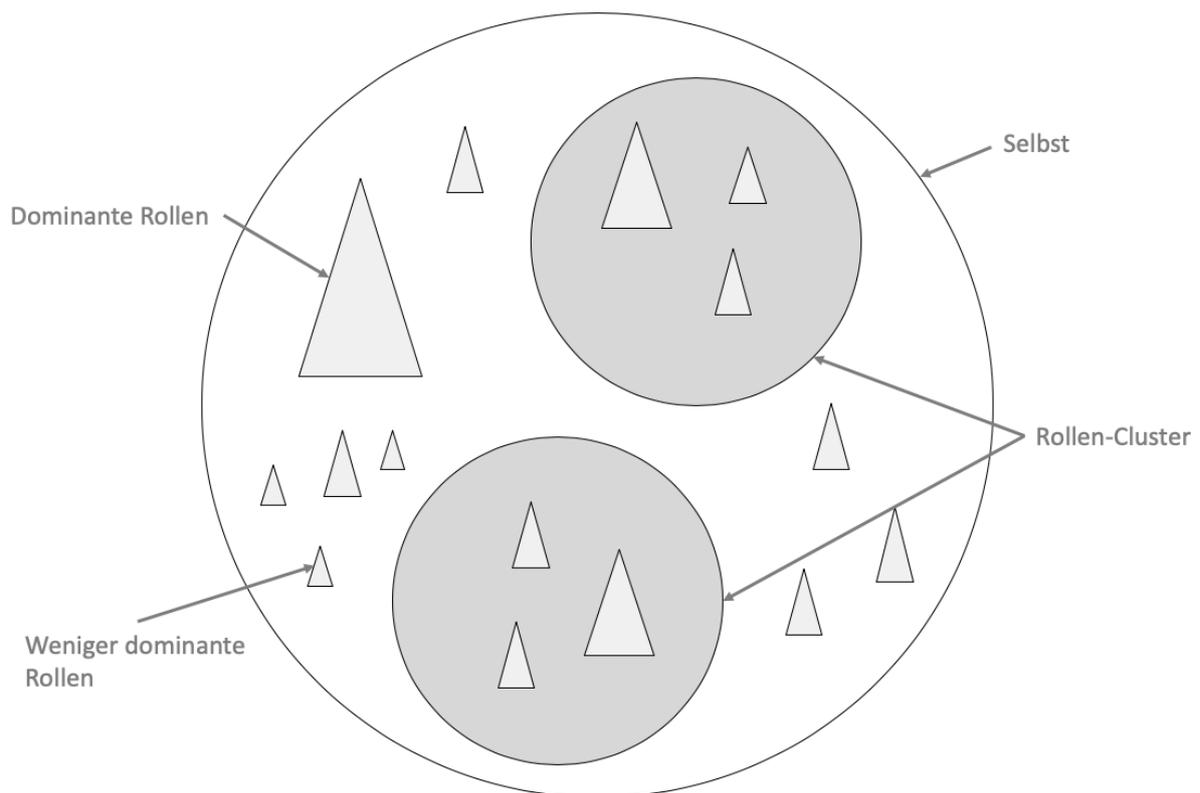


Abbildung 5. Rollenmatrix (nach Hintermeier, 2016, S. 59)

Diese Cluster oder Rollensysteme machen das Selbst nicht aus, sie *sind* das Selbst in einem bestimmten Augenblick. Es besteht aus „über- und untergeordneten, dominanten und weniger dominanten Rollen.“ (Hochreiter in Fürst et al., 2004, S. 140)

Aktualisiert werden die unterschiedlichen Cluster durch Anregungen von außen.

Konsequent die Gedanken Morenos weitergedacht, dass das Selbst aus Rollen entsteht, existierte die Idee der Rolle früher als die Handlung, das Rollenspiel. Im Kopf existiert der Entwurf der Rolle, die durch die Interaktion mit der Umgebung „wachgeküsst“ wird. (Stelzig in Fürst et al., 2004, S. 147)

Auf Morenos Grundlage aufbauend, hat Michael Schacht den Selbst-Begriff weiter ausgebaut. Grundsätzlich unterscheidet er, dem Konzept von William James (1994) folgend, das „Selbst als Objekt“ und das „Selbst als Subjekt“ bzw. „I“ und „me“.

Das Selbst-als-Objekt (Anm.: „me“) umfasst alles, was einem Menschen über sich bewusst werden kann. Das beinhaltet Eigenschaften, körperliche Merkmale, Vorlieben, Fähigkeiten u.v.m. Psychodramatisch ausgedrückt handelt es sich dabei um das „Gesamt aller inneren Repräsentationen der eigenen Person“ das die autotelische Beziehung des Menschen zur eigenen Person darstellt und wird in der akademischen Literatur als Selbstkonzept bezeichnet. (Schacht, 2003, S. 35)

Das Selbst-als-Subjekt (Anm.: „I“) ist „jener Aspekt des Selbst der von Augenblick zu Augenblick immer wieder neu die Qualität des eigenen Wahrnehmens, Erlebens und Handelns organisiert.“ (Schacht, 2003, S. 36)

Es kann als „Gesamt aller verfügbaren Kompetenzen, die der Handlungs- und Selbstregulation dienen“ verstanden werden. Außerdem steht es in Zusammenhang mit Urheberschaft, Selbstverantwortung und der Kreation der eigenen Identität. (Schacht, 2003, S. 36)

Im Bereich des Selbst als Subjekt kann man jenen Teil ansiedeln, den ich später in der expliziten Rolle des inneren Regisseurs beschreiben werde.

5.1.2 Die Theorie des „Ich“

Auch Petzold (1982, S. 209) erwähnt, dass Moreno in seinem Werk die Begriffe ‚Ich‘ und ‚Selbst‘ nicht immer klar unterschieden hatte, obgleich sich Unterschiede ersehen lassen. Dem Ich werden unter anderem Kompetenzen des Handelns und der Selbst-Wahrnehmung zugewiesen.

„Das Ich ist das *Selbst in actu* (Selbst in Handlung), es ist die Instanz bewusster Wahrnehmung und Handlung mit aktivem Charakter: „*Ich* nehme mich *selbst* wahr, *ich selbst* werde handeln.“ (Petzold & Mathias, 1982, S. 168)

Das entspricht unter anderem jenen Kompetenzen, die ich im Kapitel 6 der Rolle des „inneren Regisseurs“ zusprechen und sie mit „Regiekompetenz“ bezeichnen werde.

Der Charakter jenes Ichs wird in der Folge als äußerst flüchtig beschrieben.

Der aktionale Charakter des *Ichs* als eine Synergie aktionaler Rollen, die Situationsgebundenheit der Rollenperformanzen und der konfigurative Charakter der Rollen verbieten es, das *Ich* als stabile, an unterschiedlichen Orten des Zeitkontinuums homologe Größe anzusehen. Das *Ich* ist ein ‚flüchtiges Phänomen‘, ein Jetzt-Zustand wacher, bewusster *Wahrnehmung* und *Handlung*. Es entsteht im Kontakt. (Petzold & Mathias, 1982, S. 168)

Wie ebenfalls in Kapitel 6 beschrieben, ist die bewusste Einführung der Rolle des inneren Regisseurs ein Versuch, diese Flüchtigkeit der Bewusstheit über die innere Dynamik für kurze Zeit zu festigen.

Der bei Moreno wenig konkret ausgearbeitete Begriff des Ich kann besonders mit dem Moment des aktionalen Rollenhandelns verbunden werden. In Morenos Konzept des „operationalen Selbst“, in dem sich das Ich artikuliert, kann es nie vom Selbst losgelöst gedacht werden. (Petzold & Mathias, 1982, S. 172)

5.1.3 Innere Rollen

Ich unterscheide in meiner Arbeit zwischen der sozialen Rolle und den inneren Rollen. Die soziale Rolle ist jene, in der eine Person in einer bestimmten Szene seines Lebens agiert, z.B. als Mutter, Angestellte, Straßenbahnfahrer, Konsumentin usw. Das geschieht auch, wenn die Person alleine ist. Die inneren Rollen, wie ich sie verstehe, sind Verhaltens-, Wahrnehmungs- und Denkmuster, die sich in diesen Szenen des Lebens aktualisieren und das Verhalten beeinflussen.

Die Überzeugung, dass das Selbst kein monolithisches Gebilde ist, sondern eine Vielzahl unterschiedlicher und zum Teil widersprüchlicher Anteile enthält, hat sich in der modernen, konstruktivistisch orientierten Selbstkonzeptforschung mittlerweile durchgesetzt. (v. Ameln & Kramer, 2014, S. 357)

Innere Rollen haben in sich Sinn, Bedeutung und Funktion. Gehandelt wird selten aus einer einzigen, singulären inneren Rolle heraus, sondern aus bestimmten Zusammenfügungen, die Moreno als Cluster bezeichnet.

„Diese Rollencluster sind neuronale Netzwerke und repräsentieren Personen- und kontextgebundene Erfahrungen.“ (Stadler, 2017, S. 14)

Innere Gefühlszustände können selbstverständlich auch ohne die sozialen Rollen erfasst werden. Im Dialog mit Patienten können die verschiedenen emotionalen Rollen, die sie bei ihm zu Worte melden, gesammelt werden: der Wütende, der Traurige, der Lustige, der Genießer, oder die Ängstliche, die Enttäuschte, die Hektische, die Emphatische, die Liebende usw. (Stadler, 2017, S. 22)

Jedoch erscheint mir dabei wichtig, immer den Bezug der auftretenden inneren Rollen zu der sozialen Rolle und der entsprechenden Szene im Auge zu behalten. Dadurch können Klient*innen dabei unterstützt werden, ihre innere Dynamik mit Auslösern aus dem realen Leben in Verbindung zu bringen.

Diese sich in einer Szene aktualisierenden Verhaltens-, Wahrnehmungs- und Denkmuster werden in der Aufstellung als innere Rolle personifiziert. Wir tun so, als ob diese aktivierten neuronalen Netzwerke einzeln für sich sprechen und über sich Auskunft geben. Dieses Bild ist Klient*innen in der Einleitung zu einer Aufstellung innerer Rollen gut vermittelbar.

Bei der Rollenbezeichnung achte ich besonders darauf, dass tatsächlich innere Rollen und nicht Gefühle aufgestellt werden. Wie beschrieben (Steidl, 2019), ist das Gefühl nur ein Aspekt einer inneren Rolle. Im Laufe des Aufstellungsprozesses können sich die Gefühle innerer Rollen ändern und die Festlegung einer Rolle mit der Bezeichnung „die Wut“ ist dann für die weitere Arbeit hinderlich. Nämlich dann, wenn sich im Rollenwechsel herausstellt, dass „die Wut“ gar nicht mehr wütend ist, sondern mittlerweile traurig.

Um das Entwickeln der relevanten inneren Rollen zu erleichtern, hat es sich bewährt mit deren typischen Aussagen zu beginnen. Diese inneren Sätze können meist leicht wahrgenommen und beschrieben werden. Schon ein solcher Satz kann für das Positionieren einer inneren Rolle herangezogen werden, wenn die dazugehörigen Gefühle und Haltungen noch unklar sind. Beim späteren Wechsel in die Rolle auf der konkreten Position, kann sie weiter ausgearbeitet werden. Durch ein Rolleninterview (Steidl, 2019) treten die hinter dem Satz liegenden Gefühle, Wünsche und Motive der Rolle in den Vordergrund.

Eine weitere Möglichkeit, den Weg vom typischen Satz zur ausgearbeiteten Rolle zu erleichtern, ist der Einsatz von Intraintermediärobjecten. (Steidl, 2019)

Ich verstehe innere Rollen als Teil-Persönlichkeiten, ähnlich dem Konzept der Ego-States (Peichl, 2007). Sie haben eigene Sichtweisen auf die Fragestellung und verfügen über individuelle Gefühle und Handlungsmotivationen. Andere innere Rollen können in der Regel von ihnen wahrgenommen werden. Die Beziehungsqualitäten zu ihnen können sehr unterschiedlich ausgeprägt sein, was sich in der soziometrischen Aufstellung zeigt.

In der Auseinandersetzung mit ihnen lassen sich manchmal auch unterschiedliche Strukturniveaus feststellen. Das zeigt sich in den Rollenwechseln etwa dadurch, wie weit es einer inneren Rolle möglich ist, die Perspektive einer anderen wahrzunehmen, bzw. zu integrieren. Bei inneren Konflikten ist es daher in der Regel schwer, dass sich die inneren Rollen selbst auf eine Lösung einigen, wie im Konzept „der König und seine Berater“ im Kapitel 6 beschrieben wird.

5.2 DAS INNERE ENSEMBLE

Die soziometrische Aufstellung der Gesamtheit dieser sich in einer konkreten Szene aktualisierenden inneren Rollen habe ich als „inneres Ensemble“ bezeichnet. (Steidl, 2019, S. 93)

Der Umfang dieser inneren Rollen speist sich grundsätzlich aus all jenen Rollen, die ein Mensch in seinem Leben bereits verkörpert hat und jenen, denen er schon begegnet ist und die ein Abbild in ihm hinterlassen haben. Dies kann als Summe aus Rolleninventar und Sozialem Atom verstanden werden, und wird als Soziokulturelles Atom bezeichnet.

Das innere Ensemble kann grundsätzlich mit dem Konzept des inneren Teams von Schulz v. Thun (2018) verglichen werden. Unterschiede zeigen sich in der Anwendung. Ich arbeite mit dem inneren Ensemble zunächst immer in Form einer Aufstellung mit wiederholten Rollenwechseln. Erst wenn die inneren Rollen klar in der Vorstellung der Klient*innen verankert sind, können sie gelegentlich auch im Sitzen besprochen werden. Außerdem bevorzuge ich den Begriff „Ensemble“. Er passt besser in den Sprachgebrauch der psychodramatischen Theorie, der stark von der Theatersprache beeinflusst ist. Abgesehen davon, ist der Begriff „Team“ aus meiner Erfahrung sehr mit dem Arbeits- und Erwerbsbereich konnotiert, was zu einer unerwünschten Einschränkung im Denken der Klient*innen führen kann.

5.3 AUFSTELLEN INNERER ROLLEN IN DER PRAXIS

Dreht es sich bei der Fragestellung von Klient*innen um die Erkundung der inneren Lage in Bezug auf eine Szene oder einen inneren Konflikt, hat sich beim Aufstellen des inneren Ensembles ein bestimmter Ablauf als sinnvoll erwiesen, den ich anhand des folgenden Diagrammes idealtypisch beschreiben (Abb. 6). Er bezieht sich auf Aufstellungen auf der Raumbühne, kann aber abgewandelt auch auf der Tischbühne angewandt werden.

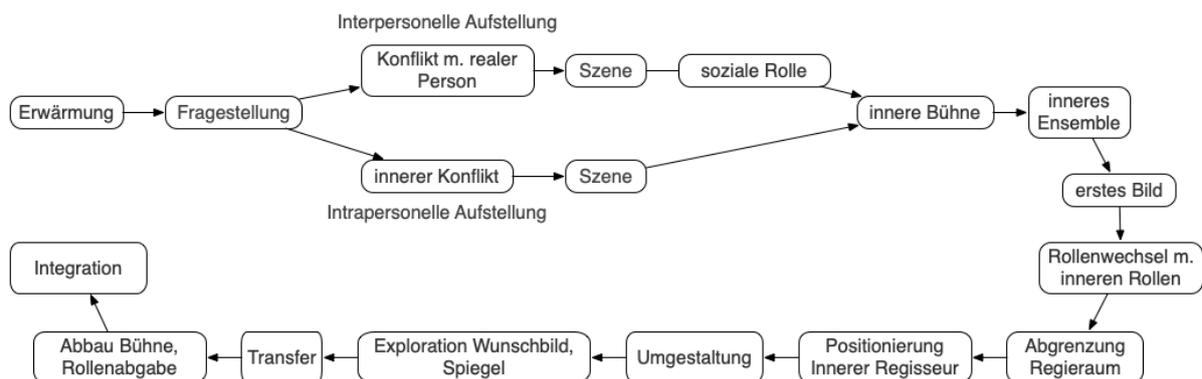


Abbildung 6. Ablaufdiagramm „inneres Ensemble“

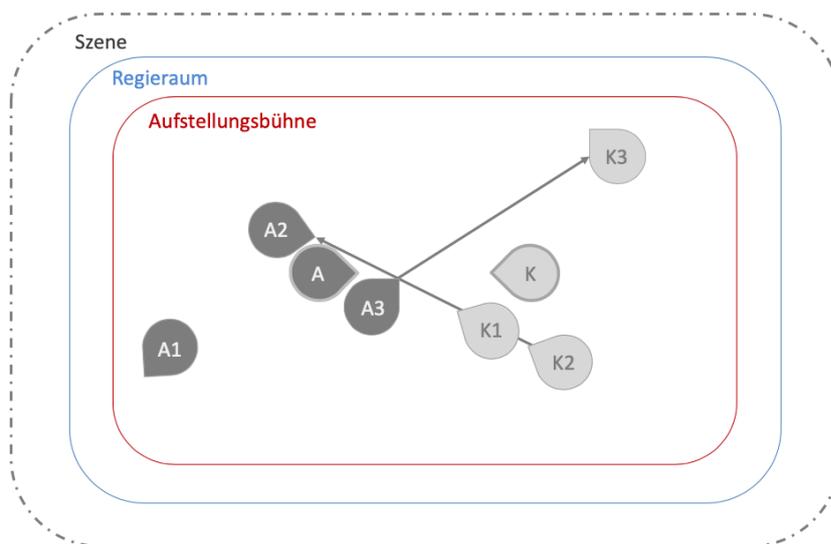
Im einleitenden Gespräch der Therapiestunde erwärmen sich Klient*innen für ein Problem, das sie aktuell beschäftigt und entwickeln mit mir eine konkrete Fragestellung dazu. Geht es bei dem Thema um die Klärung eines Konflikts oder einer Beziehungsqualität, entweder in Bezug auf sich selbst oder auf andere Personen, biete ich üblicherweise die Aufstellung des inneren Ensembles an. Unabhängig davon arbeite ich mit den Klient*innen die typische Szene zu der Fragestellung heraus. Das bietet die Möglichkeit, an dieser Stelle ihr entsprechendes Strukturniveau im Bezug auf die problematische Beziehung zu überprüfen. Ist es Klient*innen nicht möglich, die Szene zu beschreiben, ist das ein wichtiges Zeichen dafür, die Frage im Gespräch statt auf der Aufstellungsbühne weiter zu bearbeiten.

Die Szene ist für mich der tragende Rahmen der Aufstellung des inneren Ensembles. Aus ihr entsteht die Fragestellung und in sie wird letztlich die Veränderung integriert. Zur Förderung der Erwärmung kann sie vor Beginn der eigentlichen Aufstellung auf der Bühne eingerichtet werden.

Betrifft das Thema die Beziehung zu einer anderen Person, wird die Aufstellungsform „interpersonell“, bei der Auseinandersetzung mit der Beziehung zu sich selbst als „intrapersonell“ bezeichnet. In beiden Fällen ist die typische Szene der tragende Hintergrund, auch wenn sie, wie bei der intrapersonellen Aufstellung nicht explizit auf der Bühne arrangiert wird. Innere, vom Außen losgelöste, Anteile sind in meiner psychodramatischen Denkweise nicht vorstellbar.

Die interpersonelle Aufstellung geht den Weg zunächst über die soziale Rolle der Klient*innen in der entsprechenden Szene und der ihres Gegenübers. Beide werden aufgestellt und die innere Bühne der Klient*innen darum herum eröffnet (Abb. 7).

Die intrapersonelle Aufstellung hingegen beginnt unmittelbar auf der inneren Bühne (Abb. 8). In beiden Fällen erfolgt nun die Wahl der relevanten inneren Rollen, die zur Bearbeitung der vereinbarten Fragestellung notwendig sind.



Interpersonelle Aufstellung

K, A... KlientIn und AntagonistIn in ihren sozialen Rollen

K1-3... innere Rollen KlientIn 1-3

A1-3... innere Rollen AntagonistIn 1-3

Abbildung 7. innere Rollen der Klient*innen und innere Rollen des Gegenübers werden in Bezug zueinander und in Bezug zu den Klient*innen aufgestellt.

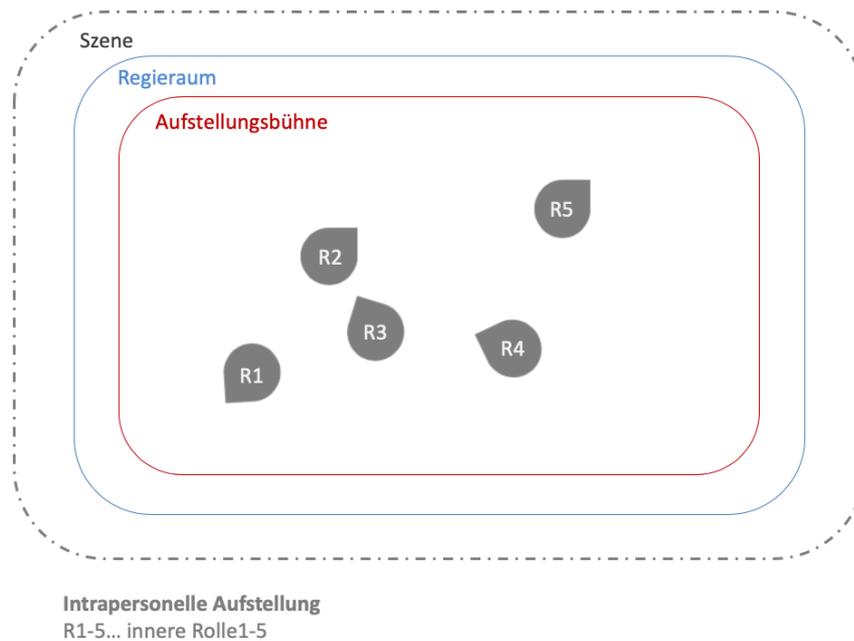


Abbildung 8. innere Rollen der Klient*innen werden in Bezug zueinander aufgestellt.

Diese inneren Rollen werden im nächsten Schritt auf der Aufstellungsbühne gemäß der Fragestellung positioniert. Ist das erfolgt und somit das erste Bild aufgestellt, entspricht die Gesamtheit der eigenen inneren Rollen dem inneren Ensemble. Es zeigt, welche innere Rollen sich zu dieser bestimmten Frage im Leben der Klient*innen aktualisieren und wie sie zueinander arrangiert sind. Das Selbst, also das Rollensystem mit den aktuell über- und untergeordneten, dominanten und weniger dominanten Rollen, wird sichtbar. (Zeitlinger-Hochreiter, 1996, S. 131)

Nach dem Blick von außen erfolgt die vertiefende Exploration des inneren Ensembles durch den Wechsel der Klient*innen in die einzelnen inneren Rollen. Dadurch werden deren Emotionen, Gedanken und Motive, sowie deren Beziehungsqualitäten zu den anderen inneren Rollen deutlich und meist nachvollziehbar.

Diesem angereicherten inneren Ensemble lasse ich die Klient*innen in einer eigens dafür kreierten Rolle, dem „inneren Regisseur“ gegenüberzutreten. Dafür wird um die Aufstellungsbühne ein eigener Raum, der Regieraum eingerichtet. Diese beiden Schritte werden im Kapitel 6 genau beschreiben, weshalb ich hier nicht näher darauf eingehe, sondern mich dem weiteren Aufstellungsablauf widme.

Durch die Einblicke in die Lagen der inneren Rollen und dem daraus abgeleiteten Verständnis für das ganze innere Ensemble, versuchen die Klient*innen, im Austausch mit mir, das Bild so umzugestalten, dass im Sinne der philosophischen Grundhaltung der Soziometrie, für jede innere Rolle der bestmögliche Platz gefunden wird. Das

erfolgt, um inneren Spannung zu reduzieren, damit Kreativität und Spontaneität wieder mehr Raum bekommen und neues Handeln für die Klient*innen in Bezug auf ihre Frage möglich wird.

Ob bzw. wie weit dieses Ziel erreicht ist, wird durch den Wechsel in die inneren Rollen im neuen Bild, meist als „Wunschbild“ bezeichnet, überprüft. Auch bei noch „imperfekten“ Wunschbildern ist es wichtig, nach einer gewissen Arbeitszeit, vorerst zu einem Abschluss zu kommen. Die Klient*innen sehen sich ihr Bild noch einmal von außen an (bei interpersonellen Aufstellungen in der Spiegelposition) und können eventuell erste Ideen für bestimmtes Handeln sammeln, was durch Transferfragen unterstützt wird.

Anschließend werden die Positionen abgebaut, der Regieraum und die Aufstellungsbühne aufgelöst und die Abgabe der Regierolle angeleitet. Wieder zurück im Sitzen wird mit der Integration des Erlebten begonnen.

Fallbeispiel 1:

Dieses Beispiel zeigt anschaulich, wie das Aufstellen des inneren Ensembles auch im Bezug zu unspektakulären Szenen das Verständnis für die eigene seelische Dynamik vertiefen und zu einer Verbesserung der auto-telischen Beziehung führen kann.

Herr Graf (36) Sachbearbeiter im öffentlichen Bereich, lebt seit einiger Zeit in einer Beziehung und steht seinen eigenen Emotionen oft ratlos gegenüber. Er beginnt Therapiestunden häufig mit dem Satz „ich frage mich, warum ich...“

Diese Frage beschäftigte ihn in einer Stunde in Bezug auf ein Erlebnis im Supermarkt, unmittelbar bevor er in die Praxis kam. Er war in Gedanken versunken in das Geschäft gegangen und hatte erst vor dem Regal mit den Teigwaren bemerkt, dass er ein, bereits zuvor in einem anderen Markt gekauftes Päckchen Nudeln, in seiner Einkaufstasche mithatte. In kürzester Zeit wurde er von einer Reihe starker Gefühle überschwemmt, was dazu führte, dass er das Geschäft rasch und unverrichteter Dinge wieder verließ. „Was war da nur los mit mir?“ war die Frage, mit der wir uns in der Folge beschäftigten. Ich schlug die Aufstellung des inneren Ensembles vor, ein Arrangement, das Herrn Graf bereits vertraut war und mit dem er schon positive Erfahrungen gemacht hatte.

Zunächst brachten wir die auslösende Szene auf die Bühne. Mein Klient richtete den Markt rudimentär ein, klar markiert wurde das Regal mit den Teigwaren. Auf

dieser äußeren Bühne platzierte sich Herr Graf in seiner sozialen Rolle als Supermarktkunde vor dem Regal und markierte die Stelle mit einer kleinen Teppichscheibe am Boden. Um diese Position herum erweiterten wir diese Bühne um die innere Bühne meines Klienten, indem er sie durch ein Seil abgrenzte.

Beim Erzählen im Sitzen war es ihm noch nicht möglich gewesen, die auftretenden Gefühle differenziert zu benennen. Das gelang ihm erst in seiner Rolle im Supermarkt vor dem Regal stehend. Zunächst nannte er markante Sätze, die in ihm auftauchten und er verband einzelne innere Rollen damit:

- *Der ängstlich Besorgte (6 Jahre alt): Ich habe Angst, ich mache mir Sorgen. Es ist etwas passiert, das weiß ich. Ich weiß aber nicht, was.*
- *Der Wütende (16 Jahre alt): Ich kann nicht fassen, dass ich das Nudelpackerl mitherein gebracht habe. Ich bin so wütend, weil mir das passiert ist.*
- *Der Verstand (36 Jahre alt): Ich fühle mich total ohnmächtig, weil ich den Wütenden nicht beruhigen kann.*

Die soziometrische Aufstellung mittels Sesseln ergab ein gleichseitiges Dreieck. Der Verstand war dem Wütenden, der Wütende dem Besorgten und dieser dem Verstand zugewandt.

Es dauerte eine Weile, bis sich Herr Graf nach den Rollenwechseln beruhigt hatte und wir gemeinsam das Bild von außen betrachten konnten.

Die Veränderung dieses Bildes war nicht notwendig, da meinem Klienten die Antwort auf seine Frage „was war da nur los mit mir“ mit Blick auf das Bild bald in den Sinn kam. Der Besorgte erinnerte ihn sofort an ihn selbst in diesem Alter. Das war das Jahr, in dem sein von ihm sehr geliebter Vater bei einem Bergunfall ums Leben kam. In der Folge hatte er im Zusammenleben mit seiner Mutter oft das Gefühl, er hätte das Geschehene verhindern müssen. In der Jugend entwickelte er sich zu einem sehr kontrollierten, korrekten jungen Mann, der das perfekte Ziel in sich trug, jedes Unheil schon weit im Vorhinein kommen zu sehen und zu vermeiden. Jede kleine Abweichung von dieser Vorgabe löste auch damals schon enormen Zorn in ihm aus. Heute als Erwachsener steht er diesen Gefühlen oft hilflos gegenüber.

Dieses hier kurz zusammengefasste Verständnis für die eigene Geschichte und ihre Auswirkungen nahm unmittelbar in der Aufstellung des inneren Ensembles ihren Anfang und entwickelte sich in den drauf folgenden Stunden stetig weiter.

Fallbeispiel 2:

Herr Cheng (46), Großvater in China geboren mit österreichischen Eltern, ist Single und arbeitet in Wien als IT-Softwareentwickler in einer großen Bank.

Dieses Beispiel wähle ich, weil es die Anwendung des inneren Ensembles in einer auch für mich neuen Weise erschloss.

*Als Mitte März 2020 aufgrund der Covid19-Pandemie die österreichische Bundesregierung eine Ausgangsbeschränkung ausrief, wurde die Arbeit von Herrn Cheng sehr rasch auf Homeoffice umgestellt. Das hatte zur Folge, dass seine, aufgrund seines zurückgezogenen Lebensstils ohnehin sehr geringen sozialen Kontakte, praktisch auf Null zurückgingen. Da er als einziger für ein spezielles Projekt zuständig war, war es auch nicht notwendig, mit Kolleg*innen zu telefonieren, und aufgrund seines Rufes als fleißiger Mitarbeiter, ließ ihn auch seine Chefin in Ruhe.*

Was in den folgenden Wochen passierte war ein monotoner Tagesablauf in sozialer Isolation. Da wir wussten, dass Herr Cheng immer wieder zu depressiven Episoden neigte, beschlossen wir, unsere wöchentlichen Treffen unter Einhaltung erhöhter Hygienemaßnahmen persönlich weiterzuführen. Da er außen keine Ereignisse erlebte, wurde mein Klient neugierig, wie sich diese spezielle Situation auf sein Innenleben auswirkte. Als Form, um diese Veränderung ausdrücken und beschreiben zu können, wählten wir das wiederholte Aufstellen des aktuellen inneren Ensembles.

Im Laufe der Wochen zeigten sich überraschend starke Veränderungen in dessen Zusammensetzung. Zunächst waren Rollen wie „der besorgt Verunsicherte“ oder „der Träumer“ im Vordergrund. Letzterer deshalb, weil Herr Cheng, so wie viele andere Menschen, sich in der neuen Situation wie in einem Traum vorkam.

In den Aufstellungen legten wir besondere Aufmerksamkeit auf die Größe der Rollen und deren Veränderung und mein Klient drückte das durch unterschiedlich hohe Polsterstöße aus. Die beiden frühen Rollen blieben zwar Teil des inneren Ensembles, traten aber zugunsten anderer in den Hintergrund. Als in der dritten Woche die Rolle „der Einsame“ immer größer wurde, nahm mein Klient in den

Tagen danach aktiv Kontakt zu seiner Familie und einem Freund auf, um diese wieder auf ein erträgliches Maß schrumpfen zu lassen.

Aber es waren nicht nur traurig-düstere Rollen in seinem Ensemble zu finden. Etwa in Woche vier kam eine Rolle dazu, die mein Klient als „die Wurschtigkeit“ benannte und die eine gewisse emotionale Distanz zu den vielen Nachrichten, die er täglich online konsumierte herstellte. Das Ensemble wurde noch mit „der Entspannte“ und „der Kreative“ angereichert, Rollen, die ihn wieder zu seiner alten Leidenschaft des Gitarrespielens zurückbrachten und seine Stimmung deutlich anhoben.

Durch das Arrangement des inneren Ensembles wurde die rege innere Dynamik von Herrn Cheng in einer äußerlich sehr reduzierten Zeit sichtbar und unterschiedliche Bedürfnisse konnten darin ausgedrückt und schließlich erfüllt werden. Auf einer oft tristen äußeren Bühne kamen mir die Veränderungen im inneren Ensemble wie ein Theaterstück mit Wendungen und Überraschungen vor.

Beim Blick von außen auf das aufgestellte innere Ensemble entsteht eine Differenzierung: Ich - innere Rollen und somit ein selbstreflektorischer Zustand. Es handelt sich in gewisser Weise um eine Als-ob-Lage, so als würde es ein Ich und - dem gegenüber - unterschiedliche innere Rollen geben, mit denen das Ich in Beziehung treten kann.

Dieser Zustand entspricht nicht dem tatsächlichen Zustand der Klient*innen in der real erlebten Szene. Sie konstruieren in der Gegenwart der Therapiestunde retrospektiv ein Bild der inneren Lage.

Innerhalb dieser Pluralität übernimmt normalerweise ein steuerndes ICH die innere Führung, ohne dass die Person aktiv und bewusst etwas dafür tun muss. Die innere Führung fällt auch nicht auf, erst wenn sie nicht funktioniert wird ihr Fehlen sichtbar.[...] Je nach Ausmaß der Unterschiedlichkeit der inneren Rollen können mehr oder minder starke innere Spannungen entstehen, die ein entsprechendes inneres Konfliktmanagement nötig machen (Stadler, 2017, S. 95)

Das Aufstellen innerer Rollen und die dazugehörigen Rollenwechsel führen bei Klient*innen zur emotionalen Anregung, aber noch nicht zu deren Regulation.

Die im Rahmen des nächsten Kapitels ausgearbeitete Rolle des inneren Regisseurs ist Bindeglied zwischen dem inneren Ensemble und diesem Ich, dem bewussten Teil des Selbst.

6 DER INNERE REGISSEUR

6.1 BEGRIFFSERLÄUTERUNG

In der psychodramatischen Literatur tritt der Begriff des inneren Regisseurs erstmals 2004 im Beitrag vom Manfred Stelzig (in Fürst et al., 2004, S. 149) in Erscheinung.

Davor wurde der Begriff ausschließlich im Rahmen des Gruppensettings und dort speziell beim Arrangement des „Playback-Theaters“ benutzt. Es handelt sich hierbei um ein protagonistenzentriertes Gruppenspiel, aber „die Protagonist*in spielt auf eine besondere Weise nicht selbst, sie sieht vielmehr als Drehbuchautor*in und Regisseur*in zu und lässt spielen.“ (Stadler & Kern, 2010, S. 103)

Mit Moreno ausgedrückt: „Je vollkommener die Spieler sich in die gewünschte Idee verwandeln, desto mehr ist einer nötig, der sie miteinander verbindet. Der Regisseur reguliert das Zusammenspiel. (Hutter & Schwehm, 2012, S. 443)

In der Gruppe kommt beim Einsatz der Regierolle auch deren Position eine besondere Bedeutung zu. Sie wird oft als Regieplatz, Regieraum oder Regiestuhl benannt und befindet sich steht außerhalb des Spielgeschehens auf der Aktionsbühne. Diese Distanz ist wichtig, um den Protagonist*innen einen geschützten Platz für die Auseinandersetzung mit ihrem, von der Gruppe dargestellten Thema, zu ermöglichen. „Der Regieraum wird als wichtiger Orientierungsplatz für Selbststeuerung, Perspektivenwechsel und Distanzierungsmöglichkeit besonders deutlich gemacht.“ (Schwehm, 2004, S. 146)

Der Schutz, den die Regieposition bietet, bezieht sich in erster Linie auf das Auftreten von zu starken, belastenden Emotionen beim Blick auf das Spiel.

„Der Protagonist führt in einer außenstehenden Position Regie und kann so das Geschehen aus distanzierter Warte erleben, ohne zu stark von Emotionen überrollt zu werden.“ (von Ameln & Kramer, 2014, S. 89)

Durch diesen speziell benannten Ort für die Regie, wird deren Zuständigkeit bereits klar ausgewiesen und bestärkt.

Von hier aus können mit Unterstützung der Gruppenleitung oder eines Doppelgängers die Regiekompetenzen der Protagonist*innen gefördert werden.

Stelzig übernahm ab 1996 das Konzept der Regieführung und führte es in den Bereich der Beziehung des Menschen zu sich selbst ein. Im Rahmen der frühkindlichen Entwicklung hob er bereits bei Säuglingen, im Kontakt zu anderen als auch im Kontakt zu sich selbst, die innere Regierolle besonders hervor.

„Die Rolle, die die Umgebung zu Handlungen motiviert und diese induziert, sowie für eine Ordnung in dem sich langsam aufbauenden Rollenrepertoire sorgt, habe ich Regisseur genannt (Stelzig in Fürst et al., 2004, S. 149)

„Binnenvermittlung und Außenregulation erfordern die Funktion eines ‚dirigierenden Komponisten‘ (oder regieführenden Autors) fürs innere Rollenensemble.“ (Bleckwedel, 2000, zitiert nach Stelzig in Fürst et al., 2004, S. 149)

Der innere Regisseur ist jene innere Rolle, die für das Regulieren und Zusammenspiel des im vorigen Kapitel beschriebenen inneren Ensembles zuständig ist. Stadler beschreibt dessen Aufgabe in Bezug auf das Innere Team folgendermaßen:

Bei manchen Menschen ist das Innere Team so beschaffen, dass nach einem inneren Rotationsprinzip mal das eine, mal das andere Teammitglied das Sagen hat. Diese Menschen sind sich dann selbst ein Rätsel und [...] sind den eigenen inneren, chaotisierenden Prozessen hilflos ausgeliefert. Auf dem Regiestuhl können sie koordiniertes und führungsrelevantes Verhalten trainieren. (Stadler, 2017, S. 110)

Mehr auf eine psychodramatische Sichtweise bezogen fasst Schwehm (2004) die Bedeutung der inneren Regie zusammen, indem er schreibt:

Im Bild des psychodramatischen Settings wird der Einzelne als Regisseur seiner Lebensszenen angesprochen. Es geht bei der Lebensgestaltung um die Kunst der eigenen Regieführung im Blick auf das persönliche Rollenrepertoire, die Rollencluster und die Konstellationsvielfalt in den jeweiligen Lebenslagen. Dank der ‚Regiekompetenz auf dem eigenen Regiestuhl‘ finden die ICH-Funktionen eine psychodramatische Gestalt. (Schwehm, 2004, S. 139)

Das Einbringen der Regierolle im psychotherapeutischen Einzelsetting beschreibt unter anderem Schaller (2017) in seinem Artikel über die Technik des Regiegesprächs. Er wendet sie bei szenisch-narrativer Arbeit auf der monodramatischen Spielbühne an.

Für das Regiegespräch wird die Szene imaginativ „eingefroren“ und der bzw. die Klientin wird für eine Spielpause an den Bühnenrand gebeten. Aus dieser distanzierten Position zum Rollenspiel kann der Klient oder die Klientin das Erlebte reflektieren und das weitere Vorgehen besprechen. Von zentraler Bedeutung ist hierbei nicht in erster Linie die Bearbeitung der narrativen Szene aus der Vergangenheit auf der Spielbühne, sondern das bewusste Erfahren und Erkennen

von Gedanken, Gefühlen, Bedürfnissen, Intentionen und Wünschen – am Bühnenrand in Interaktion mit dem Therapeuten oder der Therapeutin. (Schaller, 2017, S. 225)

Eine große Bedeutung kommt bei Schaller dem Gespräch und dem gemeinsamen Austausch über das Spielgeschehen zwischen Klient*innen und Therapeut*innen zu. Durch den wiederholten Wechsel aus der Spielrolle in die Regierolle und die Selbstreflexion im Regiegespräch kann der Klient oder die Klientin die Erfahrung machen, dass dieses Spielen mit der Realität zwar starke Emotionen auslösen kann, diese aber reguliert werden können. (Schaller, 2017, S. 225)

Zusammenfassend kann man aus der vorgestellten Literatur die Kernkompetenz des inneren Regisseurs, nämlich die Regiekompetenz, wie folgt beschreiben:

- bewusstes Erfahren und Erkennen von Gedanken, Gefühlen, Bedürfnissen, Intentionen und Wünschen
- bringt Ordnung in das Rollenrepertoire
- ermöglicht Selbst- und Handlungsregulation durch Reduktion der inneren Spannung, wodurch Selbstwirksamkeit erlebt werden kann

In eigenen Worten ist diese Kompetenz die Fähigkeit, zunächst mit seinem Inneren in Kontakt zu kommen und Gefühle und Gedanken in Bezug auf ein Thema oder eine Frage benennen zu können. Weiters ist ein Regisseur in der Lage, diese Menge an inneren Regungen in ihrer Intensität zu beeinflussen, die entstehende Spannung zu regulieren, und so das Handeln selbstwirksam zu steuern.

6.2 ENTWICKLUNG DER REGIEKOMPETENZ

In der Auseinandersetzung mit der Forschungsfrage arbeite ich heraus, dass das Einführen der expliziten Bühnenrolle „innerer Regisseur“ und deren Positionierung in einer Aufstellung zur Erhöhung der Selbstregulation und dem Erleben von Selbstwirksamkeit führen kann. Dies zu fördern ist mir in den meisten Therapieprozessen Anliegen und oft vereinbartes Therapieziel.

Bevor ich im Abschnitt über die Auseinandersetzung mit der Forschungsfrage darauf eingehe, durch welche Möglichkeiten diese Kompetenz gefördert werden kann, erläutere ich zwei grundlegende Ideen zur Anwendung des inneren Regisseurs, die die Regiekompetenz begünstigen: die explizite Rolle und deren Platz. Dies ist in der

psychodramatischen Literatur noch nicht konkret behandelt worden, daher beschreibe ich, wie ich sie theoretisch verstehe und in der Praxis anwende.

6.2.1 Der innere Regisseur als explizite Rolle

Der innere Regisseur ist eine Rolle, die stellvertretend für die Selbstregulation und Selbstwirksamkeit eines Klienten bzw. einer Klientin kreiert wird. Im Aufstellungsprozess, der im letzten Kapitel beschrieben wurde, erfolgt diese Kreation an der Stelle, an der die Klient*innen ihrem ersten Bild mit dem inneren Ensemble zu ersten Mal gegenüber treten. Auf die Frage, die mir in diesem Moment einmal ein Klient gestellt hat, als „wer“ er mit seinen inneren Anteilen in Kontakt treten soll, antworte ich mittlerweile mit „als ihr innerer Regisseur“.

Dazu bedarf es zunächst einer Einführung in diese Rolle, im psychodramatischen Sprachgebrauch als „Einrollen“ bezeichnet. Diese Technik wird grundsätzlich im Gruppen- und Einzelsetting angewandt und basiert darauf, dass innere Annahmen eines Klienten oder einer Klientin auf eine Person - in der Gruppe als Hilfs-Ich bezeichnet - oder ein Objekt, im Einzelsetting ein Intraintermediärobject, übertragen wird. Bei der Kreation des inneren Regisseurs wird das Einrollen kooperativ von Klient*in und Therapeut*in vorgenommen, indem der Therapeut oder die Therapeutin die grundlegenden Rolleneigenschaften als gegeben vorwegnimmt.

Beispiel:

Der Klient steht außerhalb des Aufstellungsbildes (dieser Bereich wird später als „Regiereraum“ bezeichnet) neben dem Therapeuten.

Therapeut: „Stellen Sie sich bitte vor, diese inneren Rollen, die sie ausgesucht und aufgestellt haben, sind so etwas wie ihr inneres Ensemble, das in Bezug auf ihre Fragestellung auf ihre innere Bühne tritt und nun dieses Bild ergibt. Stellen Sie sich nun bitte weiters vor, dass Sie, wenn sie sich diesem Ensemble zuwenden, in die Rolle des Regisseurs dieses Ensembles wechseln. Sie sind nicht Teil des Ensembles, haben aber, nachdem Sie sie ausreichend kennengelernt haben, die Möglichkeit und auch die Aufgabe, das Zusammenspiel dieser Rollen zu dirigieren.“

Das ist im Prinzip für den Klienten oder die Klientin eine Anregung dafür, was diese Rolle im Wesentlichen ausmacht. Das Kreieren der Rolle des inneren Regisseurs ist ein Kunstgriff, vergleichbar mit der Rolle eines inneren Helfers.

An dieser Stelle ist äußerst behutsam vorzugehen, da es je nach Strukturniveau der Klient*innen rasch zu Überforderung oder Verwirrung führen kann. Diesbezüglich mehr im Punkt über die kritische Betrachtung am Ende dieses Kapitels.

Sind Klient*innen aufgrund ihrer inneren Ressourcen grundsätzlich in der Lage, sich diese Rollenübernahme vorzustellen, kann durch die - zunächst im als-ob-Modus erfolgte - Ausstattung mit den Kompetenzen eines Regisseurs, durchaus eine Art Aktionshunger entstehen.

6.2.2 Der innere Regisseur mit eigener Position

Neben der expliziten Rolle für die Regiekompetenz ist es hilfreich, dieser im Aufstellungsarrangement auch einen eigenen Raum zu Verfügung zu stellen. Ich habe mir mittlerweile angewöhnt, ihn als „Regieraum“ zu bezeichnen und ihn zeitgleich mit dem Kreieren der Regierolle einzuführen. Grundsätzlich befindet er sich außerhalb des Aufstellungsbildes, dieses einschließend (Abb. 8). Er ist Verbindungsraum zwischen Sitzbühne und Aufstellungsbühne und die Rollenübernahme der Regie erfolgt mit dem Eintreten der Klient*innen in diesen Raum.

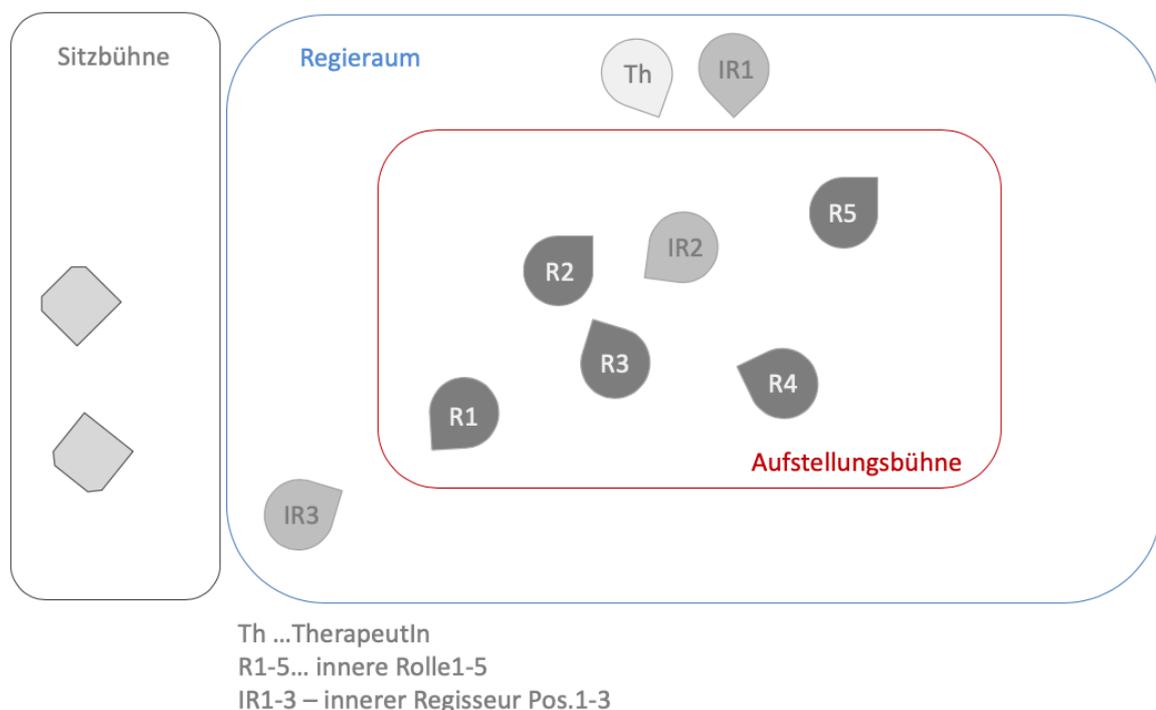


Abbildung 9. Unterschiedliche Räume bei der Arbeit mit dem inneren Regisseur

Der Vorteil eines eigenen Raumes für die Regierolle besteht, ähnlich wie beim Regiestuhl, darin, dass Klient*innen durch diesen speziellen Raum in dieser Rolle weiter bestärkt werden. Die Rolle hat eine eigene Bühne, in der sie rollenadäquat handeln kann. Der Regieraum kann praktisch für unterschiedliche Interventionen genutzt werden. Zum einen finden hier die oben beschriebenen Regiegespräche zwischen Therapeut*in und Klient*in statt (Abb. 8: Th neben IR1). Zum anderen kann von hier aus gemeinsam auf das innere Ensemble geschaut und Eindrücke gesammelt werden. Für Therapeut*innen ist der Regieraum der Ort, an dem sie ihre Hilfs-Ich-Kompetenz zur Verfügung stellen und mit den Klient*innen gemeinsam Ideen für Veränderungen entwickeln können. Unterstützend dafür ist es, dass man im Regieraum um das Aufstellungsbild herumgehen kann. So lässt es sich aus allen möglichen Perspektiven betrachten, um so die Aussage des Bildes besser verstehen zu können.

In der Regel lasse ich mir in dieser Phase des Aufstellungsprozesses von Klient*innen jene Position im Regieraum zeigen, die dem inneren Blick auf ihr Ensemble am ehesten entspricht (Abb. 8: z.B. Pos IR3). Diese Position bezeichne ich als aktuellen „Regieplatz“, der mit einer Markierung am Boden ausgezeichnet werden kann. Er ist insofern von Bedeutung, als er die Perspektive der Klient*innen zeigt und somit Auskunft darüber gibt, welche inneren Rollen für ihn oder sie in Bezug auf die Fragestellung im Vorder- bzw. Hintergrund stehen. Diesen Unterschied in der Nähe zum inneren Regisseur festzustellen, ist ausgesprochen wichtig, da sie Rückschlüsse über die derzeitige Wirkmächtigkeit bestimmter innerer Rollen zulässt.

Es kann an dieser Stelle des Aufstellungsprozesses auch dazu kommen, dass Klient*innen den Regieplatz nicht im Regieraum, sondern im Aufstellungsbild selbst sehen. Das deutet darauf hin, dass die Distanzierung zu den von den inneren Rollen ausgehenden Gefühlen noch nicht ausreichend gelungen ist, und zunächst an einer Verbesserung der Positionierung des inneren Regisseurs gearbeitet werden muss. In diesem Fall wird der Regieplatz zunächst durchaus im Aufstellungsbild markiert (Abb. 8: z.B. Pos IR2), und von dort aus weitergearbeitet, wie im Fallbeispiel von Herrn Hofbauer in Kapitel 7 beschrieben.

Ist der innere Regisseur direkt im Aufstellungsbild positioniert, kann man ihn als Teil der Soziometrie des inneren Ensembles sehen und dadurch Rückschlüsse darauf ziehen, was ihm die Distanzierung so schwer macht. Das kann etwa das übermäßige Anhaften an eine bestimmte innere Rolle und derer Gefühle sein. Ist diese Position im

Aufstellungsbild markiert, kann der Klient trotzdem wieder aus dem Bild in den Regieraum treten. Die Perspektive, die er nun auf das innere Ensemble und den sich darin befindlichen inneren Regisseur gewinnt, kann als Spiegelposition bezeichnet werden. Ich sehe Klient*innen in dieser Position immer noch als innere Regisseure. Sie schauen von außen retrospektiv auf die Lage des inneren Regisseurs in einer bestimmten Szene. Oft kommt es in diesem Moment zu Einfühlung und Mitgefühl mit diesem in dem inneren Ensemble verstrickten Regisseur.

Das Hintergrundmotiv bei der Arbeit mit dem inneren Regisseur ist, durch unterschiedliche Interventionen seine rollenadäquaten Kompetenzen so weit als möglich zu entwickeln bzw. zu stärken. In dieser Rolle werden Klient*innen in der Aufstellung von Zuschauer*innen zu Beteiligten und lernen unabhängig von der Dynamik des inneren Ensembles zu handeln und Entscheidungen zu treffen.

Als Beispiel dazu möchte ich das Arrangement „der König¹ und seine Berater“ bzw. „die Königin und ihre Beraterinnen“ einbringen.

Gerade wenn es bei der Fragestellung der Aufstellung um eine anstehende Entscheidung im Leben von Klient*innen geht, sind die Ansichten, Wünsche und Forderungen der inneren Rollen sehr unterschiedlich gestaltet. Der „Vorsichtige“ will, dass nicht zu viel riskiert wird, die „Ungeduldige“ kann die aktuelle Situation keine Sekunde länger aushalten und der „Moralische“ meint, die anderen inneren Rollen sollen sich nicht so aufregen, andere Menschen haben viel größere Probleme.

Im wiederholten Wechsel in die inneren Rollen werden die Motive und Sichtweisen der einzelnen Berater*innen differenziert und das Verständnis dafür vertieft. Wieder zurück am Regieplatz in der Rolle des inneren Regisseurs, wird die Überforderung durch die so widersprüchlichen Vorgaben, wie nun zu handeln sei, deutlich spürbar. Oft tritt die Frage auf: „Wie soll ich denn jetzt mit all dem umgehen?“

Aus dem Gefühl der Ohnmacht gehen die Überlegungen meistens in die Richtung, das innere Ensemble soll sich das miteinander ausmachen, die inneren Anteile sollen sich gemeinsam auf eine gute Lösung einigen.

Dass dies dem inneren Ensemble aber gerade nicht möglich ist, weil sich die inneren Rollen aufgrund der Spannung auf einem nicht ausreichend hohen Strukturniveau

¹ Analog zur Anmerkung zum inneren Regisseur verstehe ich den „König und seine Berater“ als Fachbegriff und verwende in diesem Text zur Verbesserung der Lesbarkeit die maskuline Form. Entsprechend dem Geschlecht der Klient*innen, nutze ich in der Praxis natürlich immer die entsprechende Formulierung.

befinden, wird meistens spätestens nach einem weiteren Rollenwechsel und einem Versuch auf Einigung klar.

Um eine gute Herangehensweise zu diesen widersprüchlichen Regungen zu finden, habe ich mir eine Idee aus der Managementliteratur ausgeliehen. Dabei geht es um den Umgang mit Verantwortung und der Notwendigkeit, Entscheidungen zu treffen. In seinem Buch „Fühlen Leisten Leben“ (2006) stellt Prof. Dr. Fredmund Malik, Professor an der Universität in St. Gallen, den ehemaligen amerikanischen Präsidenten Harry Truman als Rollenmodell und „Meister des Entscheidens“ (Malik, 2006, S. 225) dafür vor:

„In wichtigen Angelegenheiten pflegte er sorgfältig zu durchdenken, welche der Ministerien, Behörden und Institutionen etwas zur Lösung eines Problems beitragen können oder müssen.“ (Malik, 2006, S. 225)

In der Arbeit mit dem inneren Ensemble entspricht dieser Schritt dem Wählen aller für die Fragestellung relevanten inneren Rollen.

Dann hat er diese Leute zusammengerufen und jeden, beginnend mit dem Dienstjüngsten, gefragt: *‘How do you see this situation?’* und er hat immer betont: *‘Dont’t give me a recommendation, give me a description of how the problem looks from your perspective.’* (Malik, 2006, S. 225)

Im Aufstellungsprozess kann dies im Rahmen der Rollenwechsel gezielt exploriert werden.

Truman hat daran nie einen Zweifel gelassen, dass es seine höchstpersönliche Aufgabe war, die Entscheidung als solche zu treffen. *‘I will have to make the decision’* pflegte er zu sagen, *‘and I will take as many of your opinions as possible into consideration. But it is my job to make the decision and I will let you know what it is.’* (Malik, 2006, S. 225)

In der Praxis ersetze ich den amerikanischen Präsidenten durch einen König im Umgang mit seinen Beratern und Beraterinnen, behalte dessen Motto aber bei:

- Der König ist derjenige, der die Entscheidung treffen wird. Er soll diese Aufgabe nicht an seine Berater und Beraterinnen auslagern.
- Es ist durchaus günstig, wenn die Berater*innen unterschiedliche Sichtweisen zu einem Problem haben. Das erhöht die Perspektiven aufgrund derer der König entscheiden kann. Es ist nicht sinnvoll, zu versuchen, alle Berater zu einer gemeinsamen Sichtweise zu bringen.

- Nachdem die Beratung zu Ende ist und alle gesagt haben, was zu dem Thema aus ihrer Sicht zu sagen ist, bringt ihnen der König Wertschätzung entgegen und versichert, sich darum zu bemühen, die für alle bestmögliche Entscheidung zu treffen.
- Die Beratung ist zu Ende, die Berater ziehen sich aus dem Thronsaal zurück und lassen den König in Ruhe, denn *wann* er entscheidet, liegt ganz bei ihm.

Ich habe dieses Arrangement in den letzten Jahren häufig eingesetzt. Es zeigte sich, dass es den Klient*innen hilft, die Balance zwischen der Verantwortung zu *wählen* einerseits und der Entlastung, den Zeitpunkt dafür selbst bestimmen zu können andererseits, zu finden. Die Erwartung, die Entscheidung zu treffen, wird vom inneren Ensemble weggenommen und es kann so als Gruppe innerer Hilfs-Iche wahrgenommen werden, die Wertvolles beitragen können. Das stellt eine deutliche Verbesserung der inneren Lage dar, zumal die inneren Rollen zuvor eher als Quälgeister empfunden wurden.

Als wirkungsvoll hat sich diesbezüglich am Ende der Aufstellung das „Wegschicken“ der inneren Berater erwiesen. Klient*innen berichten regelmäßig, dass sie diesen Arbeitsschritt in den Tagen nach der Aufstellung immer wieder vollziehen konnten, wenn die inneren Berater doch wieder aufdringlich wurden.

Wie im vorangegangenen Kapitel beschrieben, endet ein Aufstellungsprozess mit dem Entrollen der Intraintermediärobjekte und dem Abbau der Bühne. Bei der Arbeit mit dem inneren Regisseur ist am Ende auch auf die Abgabe dieser Rolle zu achten. Der bewusste Teil, der mit den inneren Rollen in Beziehung tritt, kehrt gemeinsam mit ihnen wieder ins Innere zurück und so entsteht wieder der alltägliche Bewusstseinszustand der freien Flotation und Aktualisierung innerer Rollen.

In der anschließenden Reflektion lade ich immer zu einem Rollenfeedback aus der Rolle des inneren Regisseurs ein. Das innere Ensemble umzugestalten und dessen Konstellation zu verbessern, wird in der Regel als sehr positives Erlebnis beschrieben. Dabei ist es notwendig, den Klient*innen viel Zutrauen zur Verfügung zu stellen, wenn sie daran zweifeln, diese Rollenkompetenz alleine, ohne Unterstützung des Therapeuten in ihren Alltag integrieren zu können. Wird die Rolle immer wieder erprobt und so immer vertrauter, kann sie zu einem fixen, gemeinsamen Bezugspunkt im Therapieprozess werden, auch wenn es zu keiner konkreten Aufstellung in einer

Therapiestunde kommt. Es genügt dann schon die Frage „Und wie ging es ihrer inneren Regisseurin in dieser Situation?“ um den inneren Rollenwechsel zu bewerkstelligen. So kann das Fokussieren des Bewusstseins auf diese Rolle zu einer hilfreichen, wiederkehrenden Routine werden.

Ein weiterer Aspekt für die Arbeit mit dem Konzept des inneren Regisseurs ist, dass es im Anschluss an die Aufstellung gute Möglichkeiten für die Weiterarbeit im Therapieprozess schafft. So kann auf die Rolle immer wieder Bezug genommen werden und ihr stellvertretend für die Regiekompetenz eines Menschen exklusiv Beachtung geschenkt werden, etwa indem sie in einer Stunde auf den Besuchersessel eingeladen wird und so zur Sprache kommt. Ähnlich wie bei anderen inneren Rollen des Ensembles kann dabei auf ihre individuelle Lebensgeschichte eingegangen werden. Durch diese Fürsorge entwickelt sich die Rolle und damit ihre impliziten Kompetenzen stetig weiter.

6.3 KRITISCHE BETRACHTUNG

Am Ende dieses Kapitels, das theoretisch in das Konzept des inneren Regisseurs einführt, möchte ich mich mit dessen Anwendung auch noch kritisch auseinandersetzen.

So wirkungsvoll und hilfreich die Arbeit mit dem inneren Ensemble und dem inneren Regisseur ist, müssen in der Vorbereitung bestimmte Kriterien berücksichtigt werden, damit kein Schaden entsteht. Grundsätzlich muss zunächst die Frage beantwortet werden, ob die Klient*innen strukturell in der Lage sind, dieses Arrangement zu nutzen. Dazu ziehe ich das Strukturmodell von Schacht (2003, 2009) heran.

Bevor diese Arrangements angewandt werden, ist es notwendig, Klient*innen ausreichend zu kennen und einen guten Eindruck von ihren Strukturniveaus zu bekommen.

Kann grundsätzlich oder im Bezug auf die konkrete Frage von Klient*innen keine Szene beschrieben werden, muss man davon ausgehen, dass Niveau 0 derzeit nicht überschritten werden kann und die Arbeit auf der Bühne zu früh erfolgen würde. In diesem Fall muss zunächst an der szenischen Einordnung der Frage gearbeitet werden.

Wird bei der Arbeit an Störungsniveau 0 das affektive Erleben und Handeln der Klient*innen zu szenischen, in Raum und Zeit geordneten Geschichten ergänzt, kann

auf Niveau 0-1 bereits rudimentär die Entwicklung des inneren Regisseurs angestrebt werden. (Schacht 2009, S. 272)

Da Strukturniveaus bei einem Menschen nicht immer in gleichmäßiger Ausprägung vorliegen, kommt es vor, dass bei speziellen Fragestellungen, gewohnte Ressourcen der Klient*innen plötzlich nicht mehr zu Verfügung stehen und durchaus Störungsniveau 0-1 die Ausgangslage darstellt. Dabei ist es besonders wichtig, nicht von einer bereits etablierten inneren Regierrolle auszugehen, sondern bewusst an deren Entwicklung zu arbeiten.

Das Erleben und Handeln auf Niveau 0-1 wird insofern durch das Wissen um die Subjektivität des Erlebens erweitert, als das Bewusstsein für die einzelnen desintegrierten Rollen, die entsprechenden Annäherungsziele sowie deren biografische Hintergründe gefördert wird, ohne deren *perfekten* Charakter zu thematisieren. Es wird angestrebt, bewusste innere Repräsentationen des inneren Rollenrepertoires und damit die Anfänge der Rolle der ‚inneren Regisseurin‘ zu entwickeln. (Schacht 2009, S. 271)

Diese Entwicklungsarbeit ist unter allen Umständen wertzuschätzen. Wird dem zu wenig Beachtung geschenkt, kann es zu Überforderung und zusätzlicher Belastung für Klient*innen kommen.

Die Wahl zwischen Handlungsoptionen ist nur möglich, wenn Rollendistanz in Ansätzen verfügbar ist. Erst wenn in Anfängen die Rolle der inneren Regisseurin verfügbar ist, kann gewählt werden, welche Rolle des Rollenrepertoires in einer Situation aktiviert werden soll. Diese Voraussetzung ist weder auf Störungsniveau 0 noch auf Niveau 0-1 erfüllt. (Schacht 2009, S. 270)

Hat der innere Regisseur wenig *Regulationskompetenz*, hat er die auch nicht, wenn er als eigene Rolle aufgestellt wird. In der Position der Außensicht auf das innere Ensemble müssen Therapeut*innen den Klient*innen diese Hilfs-Ich-Kompetenz zu Verfügung stellen.

...gilt es, die Klient*innen [...] dabei zu unterstützen, die einzelnen Rollen allmählich selber identifizieren und in ihrer biografischen Bedeutung verstehen zu können. [...] dabei müssen Hilfs-Ich-Kompetenzen zur Verfügung gestellt werden, wobei zunächst vor allem die Funktion des Doppelgängers und erst später die des Doppelns bzw. Spiegelns im Vordergrund steht. Angestrebt wird, dass die Klient*innen das Spektrum

ihres Rollenrepertoires kennenlernen, um damit Ansätze der Rolle der Regisseurin zu entwickeln. (Schacht 2009, S. 272)

Schacht beschreibt den Weg, entlang dessen die Regiekompetenz entwickelt werden kann, und weist darauf hin, wie lange dieser sein kann.

Wenn im Verlauf eines längerfristigen Therapieprozesses [...] die einzelnen ursprünglich desintegrierten Rollen identifiziert und als je unterschiedliche Reaktionen auf unerträgliche Lebenserfahrungen verstanden werden, kann sich allmählich eine innere Repräsentation des eigenen Rollenrepertoires entwickeln.

Die Klient*innen können ihr eigenes Erleben und Handeln als Wechsel zwischen einer Reihe von unterschiedlichen Rollen begreifen.

In der weiteren Arbeit können die verschiedenen Rollen zunehmend zueinander in Beziehung gesetzt werden [...]. Treten die Rollen dann im Verlauf vielfacher szenischer Bearbeitung immer stärker miteinander in Dialog und lassen sich irgendwann in der sich entwickelnden Rolle der ‚inneren Regisseurin‘ Kompromisse oder sogar übergreifende Sichtweisen finden, so ist dies bereits höheren Niveaus zuzuordnen.“ (Schacht 2009, S. 282)

Auf einen weiteren möglichen Mangel im Einsatz der Regierolle weist Krüger am Beispiel dessen Einsatzes bei der Behandlung von Abhängigen hin:

Die Therapeutin geht mit dem Patienten auf der Zimmerbühne in einen von der Aktionsbühne abgetrennten ‚Regieraum‘ und lässt den Patienten aus der ‚Rolle des Regisseurs‘ heraus sein Leben betrachten. Er soll aus der Distanz die Problematik seines Handelns wahrnehmen und sich selbst angemessene Handlungsanweisungen geben. [...] Dieses Vorgehen kann zwar helfen, es verwirklicht aber eigentlich ‚nur‘ die psychodramatische Technik des Spiegeln. Eine positive therapeutische Wirkung wäre gegebenenfalls das Ergebnis des Perspektivwechsels *durch das Spiegeln*, aber nicht die Folge der Integration der ‚Rolle des Regisseurs‘ in die Gedächtnisstruktur des Patienten.

Die Rolle des Regisseurs ist auch bei Abhängigkeitskranken in Form des gesunden Erwachsenenendens immer schon mehr oder weniger vorhanden. Das Problem ist aber die Ich-Spaltung zwischen dem Ich-Zustand des gesunden Erwachsenenendens und dem Ich-Zustand des süchtigen Denkens und Fühlens. Das Alternieren zwischen den beiden konträren Ich-Zuständen ist psychodramatisch mit der Zwei-Stühle-Technik zu konkretisieren und durch Rollenwechsel zu erfassen.

Nur dadurch wird der Patient dann zum ‚Regisseur‘ in seinem Suchtkonflikt. (Krüger, 2015, S. 75)

Krüger weist hier auf die Notwendigkeit hin, den Regisseur in ausreichender Distanz zu den sich im Konflikt befindlichen inneren Rollen zu positionieren. Er muss aus der Dyade des Konfliktes herausgelöst werden, damit es zu einer Dreieckskonstellation und einer Wiedererlangung von Wahlfreiheit kommen kann.

7 MÖGLICHKEITEN DER FÖRDERUNG DER FÄHIGKEIT ZUR SELBST- UND HANDLUNGSREGULATION DURCH ARBEIT MIT EINEM INNEREN REGISSEUR

Nach der Beschreibung der methodischen und theoretischen Rahmenbedingungen möchte ich mich der eigentlichen Forschungsfrage widmen:

Wie kann das Einführen der Rolle eines inneren Regisseurs bei Aufstellungen auf der inneren Bühne im psychotherapeutischen Monodrama die Selbst- und Handlungsregulation der Klient*innen fördern und zu erhöhter Selbstwirksamkeit führen?

Wie oben beschrieben handelt es sich bei der Selbst- und Handlungsregulation im Wesentlichen um die Regulierung bzw. die Reduktion von innerer Spannung bezogen auf eine bestimmte Lage. Die Arbeit mit dem inneren Regisseur hat daher das Ziel, diese Spannung so zu regulieren, dass die Klient*innen in ihrer Handlungs- und Veränderungsfähigkeit gefördert werden.

Folgende Möglichkeiten dazu haben sich in meiner praktischen Arbeit als hilfreich erwiesen:

1. Das Kreieren der Rolle des inneren Regisseurs und die Benennung von dessen Aufgaben und Fähigkeiten.
2. Das Bestimmen einer guten Position des inneren Regisseurs in Bezug auf das innere Ensemble.
3. Die Ermöglichung des Spiegelns durch die Position des inneren Regisseurs im Aufstellungsbild.
4. Das Herausarbeiten ungünstiger Konstellationen im inneren Ensemble und die Umpositionierungen auf den bestmöglichen Platz.

5. Das Herausarbeiten von fehlenden inneren Rollen, deren Bestimmung und Positionierung.
6. Der innere Regisseur als „Arbeitspartner“ für Therapeut*innen in der Entwicklung der Regiekompetenz.

Den Einsatz jeder dieser Möglichkeiten beschreibe ich in Form von Fallbeispielen aus meiner Arbeit in den letzten Jahren mit erwachsenen Klient*innen in freier Praxis.

7.1 DAS KREIEREN DER ROLLE DES INNEREN REGISSEURS UND DIE BENENNUNG VON DESSEN AUFGABEN UND FÄHIGKEITEN

Um mit Klient*innen die innere Rolle des Regisseurs zu entwickeln, ist es erforderlich, ihnen dessen Rollenqualitäten vorzustellen. Ein geeigneter Moment dafür ist nachdem das erste Bild auf der inneren Bühne aufgestellt wurde und das innere Ensemble und seine Beziehungskonstellationen sichtbar geworden sind.

Der Beobachter ist kein Teil des Ensembles. Wie ein Unternehmensberater blickt er von außen auf die Gesamtkonstellation, orientiert sich, wer wo und neben wem steht, wer besser, und wer nicht so gut miteinander harmoniert, untersucht schließlich genau alle einzelnen Teammitglieder, sondiert ihre Stärken und Schwächen und macht sich am Ende ein Gesamtbild der Lage. [...] Ist der Beobachterjob soweit erledigt, und sieht das ICH die Lage klarer, steht ein neuerlicher Wechsel an, das ICH muss jetzt auf den Regiestuhl. (Stadler, 2017, S. 110)

Fallbeispiel:

Herr Hofbauer (48) ist technischer Angestellter in einem großen Unternehmen. Er hat ein Kind aus einer geschiedenen Ehe, die er als extrem belastend beschreibt. Seit etwa 10 Jahren ist er wieder in einer Beziehung, ohne weiteren Kindern. Er berichtete in einer der ersten Therapiestunden, dass es nie „die große Liebe“ war und hadert regelmäßig mit der Frage, ob er sich nicht besser trennen und wieder auf die Suche machen sollte. Vor allem die abnehmende sexuelle Spannung zwischen ihm und seiner Partnerin, machten ihm zu schaffen. Mit diesem Thema hatte er mich aufgesucht und beschrieb einen großen Leidensdruck diesbezüglich. Beobachtbar war seine starke Aufregung und Anspannung, die in Richtung Verzweiflung ging. Relativ bald im Therapieverlauf stellten wir das innere Ensemble zu seiner Lage auf.

Durch die hohe emotionale Spannung gelang es Herrn Hofbauer zunächst lediglich die innerlich wahrnehmbaren, typischen Sätze zu seiner Situation zu benennen. Um die entsprechenden inneren Rollen möglichst deutlich darzustellen, lud ich ihn ein, für jeden Satz ein Intraintermediärobjekt zu wählen und bot ihm dafür Handpuppen an.

Obwohl Herr Hofbauer ein sehr technisches Weltbild hat, machte ihm das Auswählen der Puppen sichtlich Spaß und es gelang ihm, ohne Schwierigkeiten für jeden Satz eine passende zu finden. In der Folge leitete ich eine Aufstellung auf der Raumbühne an. Dabei wählte mein Klient für jede innere Rolle eine Position auf der zuvor abgegrenzten Aufstellungsbühne und markierte diese mit einem Sessel, auf den er dann die jeweilige Handpuppe stellte. Dabei ist es wichtig, dass die „Blickrichtung“ des Sessels mit der der Handpuppe übereinstimmt (Steidl, 2019, S. 87).

Nach dem Aufstellen der ersten beiden inneren Rollen kam mein Klient ins Stocken. Er spürte, dass es „da noch andere relevante Teile“ gab, die noch nicht beschrieben werden konnten.

In den folgenden Therapiesitzungen wiederholten wir die Aufstellung des inneren Ensembles und mit der Zeit war es Herrn Hofbauer möglich, alle wirksamen inneren Rollen zu benennen und zueinander zu positionieren.

Auf der Bühne wurden folgende innere Rollen sichtbar (Abb. 9):

Der König: „ich bin so schwach und verzweifelt. Ich muss mich entscheiden, kann aber nicht!“

Der Geist: „So kann diese Beziehung nicht weiter gehen! Man muss als Mann zu seinen Trieben stehen und dafür sorgen, dass man sie ausleben kann!“

Der Zauberer: „Man muss zufrieden sein mit dem, was man hat. Sonst steht man am Ende alleine da!“

Das Teufel: (mit kindlich-verspielter Stimme) „Ich will endlich etwas Neues erleben!“

Die einzelnen Rollen wurden von meinem Klienten durch Rollenwechsel exploriert und nahmen langsam auch emotional Gestalt an.



Abbildung 10. Inneres Ensemble von Herrn Hofbauer

Somit war das Aufstellen des ersten Bildes abgeschlossen, Herr Hofbauer betrachtete es von außen und schilderte mir seine Eindrücke. Als es darum ging, mögliche Veränderungen bei den inneren Beziehungskonstellationen vorzunehmen, stellte Herr Hofbauer spontan die Frage, als „WER“ er dies tun sollte.

Ich führte an dieser Stelle das Konzept des inneren Regisseurs ein, indem ich mit meinem Klienten den Regieraum um die Aufstellungsbühne abgrenzte und ihm die Kompetenzen dieser inneren Rolle erläuterte.

Dazu verwende ich in der Regel bestimmte Formulierungen, die ich verdichtet wie folgt zusammenfasse:

Therapeut: „Wenn Sie nun den Regieraum betreten, wechseln sie in die Rolle des so genannten inneren Regisseurs. Sie sind dann derjenige, der mit dem inneren Ensemble in Kontakt treten und es aus allen Richtungen von außen betrachten kann, indem Sie im Regieraum rundherum gehen. Es kann sein, dass Sie dabei auf

die eine oder andere Idee kommen, wie sich dessen Positionen ändern müssten, damit die Spannung darin kleiner wird. Ich unterstütze Sie dabei, indem wir gemeinsam verschiedene Varianten besprechen. Sie haben in der Folge die Möglichkeit, in das Bild einzutreten und diese Veränderungen vorzunehmen.“

Herr Hofbauer nahm die Rolle an und begann als innerer Regisseur um sein inneres Ensemble herumzugehen und in der Folge es zunächst zaghaft, aber doch, umzugestalten. Sein Handlungsfokus war in dieser Rolle nicht mehr auf die Suche nach einer richtigen Entscheidung, sondern auf die Auseinandersetzung mit den inneren Rollen gerichtet. Als praktisch veranlagter Mensch war Herr Hofmann sehr froh, endlich „etwas tun“ zu können, um mit seinem Problem weiter zu kommen.

Durch den Rollenwechsel in den inneren Regisseur wird eine „als-ob“-Situation hergestellt. Wir tun so, als hätten die Klient*innen die Ressourcen der Selbst- und Handlungsregulation und der Selbstwirksamkeit bereits zur Verfügung. Auf der Basis dieses Kunstgriffs kann begonnen werden, diese zu fördern.

7.2 DAS BESTIMMEN EINER GUTEN POSITION DES INNEREN REGISSEURS IN BEZUG AUF DAS INNERE ENSEMBLE

Eine wichtige Grundvoraussetzung für die Reduktion emotionaler Spannung ist die Fähigkeit, sich von den inneren Konflikten bis zu einem gewissen Grad distanzieren zu können. Diese Distanz lässt sich im Aufstellungsbild durch die bewusste Positionierung des inneren Regisseurs umsetzen. Um diese Interventionsmöglichkeit zu beschreiben, greife ich noch einmal auf die Fallgeschichte von Herrn Hofbauer zurück.

Fallbeispiel

Wie bereits geschildert, war sein innerer Konflikt zu Therapiebeginn durch jahrelanges Grübeln und Hadern bereits so verfestigt, dass es einige Zeit beanspruchte, um die einzelnen inneren Rollen, die sich im Zusammenhang mit dem Konflikt aktualisierten, zu benennen und aufzustellen. Als dies gelungen war, hatte Herr Hofbauer im Rollenwechsel mit dem inneren Regisseur zunächst Schwierigkeiten, mit seinem inneren Ensemble in Kontakt zu kommen. Er ging im

Regieraum umher und fand keine geeignete Position für sich. Darauf regte ich an, er solle das Aufstellungsbild betreten und sich dort auf jene Position stellen, an der er sich in Bezug auf die inneren Rollen sieht.

Es hatte sich bereits gezeigt, dass die Haupt-Konfliktpartner der Geist und der Zauberer waren, die in der Soziometrie frontal zugewandt und relativ eng beieinander standen. Die Suche nach dem aktuellen Platz des inneren Regisseurs endete bei Herrn Hofbauer genau in der Mitte zwischen diesen beiden inneren Rollen (Abb. 9: IR Pos.1)

Nach seiner Befindlichkeit an diesem Platz befragt, bestätigte er: „das ist genauso, wie ich mich immer fühle, wenn ich mich mit dem Thema beschäftige. Ich fühle mich extrem angespannt, zerrissen und kann keinen klaren Gedanken fassen.“ Meinem Klienten wurde bewusst, dass er an dieser Position als innerer Regisseur keinerlei Veränderung vornehmen kann.

Im weiteren Verlauf des Aufstellungsprozesses regte ich ihn an, sich als innerer Regisseur einen geeigneteren Platz in Bezug auf das innere Ensemble zu suchen, einen, an dem er die Kompetenzen und Zuständigkeiten, die der Rolle entsprechen, besser umsetzen kann. Herr Hofbauer verließ nach leichtem Zögern seine gewohnte Position und ging im Aufstellungsbild umher während ich ihm das Kriterium der neuen Position immer wieder in Erinnerung rief. Im Wesentlichen war das: „Wo ist der Platz, an dem ich als innerer Regisseur am handlungsfähigsten bin?“ Er verbrachte eine Weile damit, die Qualitäten unterschiedlicher Plätze im Bild zu sondieren. Einige Bereiche waren für ihn zu weit weg von den Konfliktpartnern, andere wieder zu nahe. Er entschied sich, das Aufstellungsbild zu verlassen und fand schließlich im Regieraum die entsprechende Position (Abb. 9: IR Pos.2)

Das Positionsfeedback war für ihn selbst überraschend: „Hier fühle ich mich ganz anders! Der Druck und die Spannung sind deutlich weniger geworden. Ich kann die beiden jetzt gleichzeitig sehen und fühle mich nicht mehr zwischen ihnen zerrissen.“

Im Aufstellungsprozess war das ein wichtiger Schritt. Ich regte Herrn Hofbauer in der Rolle des inneren Regisseurs, auf seinem „guten Platz“ stehend an, sich dieses Bild mit all seinen Eindrücken besonders gut zu verinnerlichen: „Wie fühlt es sich

an, hier zu stehen? Wie ist das, beide Konfliktpartner gleichzeitig wahrzunehmen und sie aus dieser selbstbestimmten Distanz wahrzunehmen?“

Diesen inneren „Schnappschuss“ verwendeten wir oft im weiteren Arbeitsprozess. Da Herr Hofbauer seit einiger Zeit Interesse an Meditation zeigte und sich dieser in einem Kurs angenähert hatte, bauten wir dieses Bild in Form einer Visualisierung in seine Praxis ein. Er stellte sich innerlich immer wieder auf die distanzierte Position des inneren Regisseurs in Bezug auf die beiden Konfliktpartner.

In den folgenden Therapiestunden berichtete mein Klient, dass er innerlich immer wieder auf seine „alte Position“ rutsche, es ihm aber regelmäßig gelänge, sich wieder auf den „guten Platz“ mit den dazugehörigen Gefühlen zu stellen.

Herr Hofbauer hat bis zu dem Zeitpunkt, da diese Arbeit geschrieben wird, noch keine Entscheidung getroffen, was sein Verbleiben in seiner Beziehung betrifft. Gelungen ist eine deutliche Reduktion seiner inneren Anspannung, was von außen deutlich wahrnehmbar ist und sich auch am Abklingen einiger psychosomatischer Beschwerden zeigt. Das ermöglichte die Auseinandersetzung mit der psychischen Dynamik hinter der Entscheidungsblockade und die Arbeit an wichtigen, biografischen Szenen wurde möglich.

Die Bedeutung des distanzierten Regieplatzes beschreibt u.a. Stadler.

Bei manchen Menschen ist das innere Team so beschaffen, dass nach einem inneren Rotationsprinzip mal das eine, mal das andere Teammitglied das Sagen hat. [...] Auf dem Regiestuhl, der sich außerhalb der Szene befindet, steht „Regie“ geschrieben, d.h. es ist allen Beteiligten klar, dass das, was dort gesagt wird, auch umgesetzt werden muss. Auch der Regisseur weiß dies besser, wenn er auf dem Regiestuhl sitzt und nicht im Ensemble herumläuft. (Stadler, 2017, S. 110)

7.3 DIE ERMÖGLICHUNG DES SPIEGELNS DURCH DIE POSITION DES INNEREN REGISSEURS IM AUFSTELLUNGSBILD

Wie in Kapitel 6 beschrieben, gibt es zwei Räume, in denen sich der innere Regisseur aufhalten kann: direkt im Aufstellungsbild oder im Regieraum. Das Wechselspiel zwischen diesen beiden Positionen ermöglicht den Einsatz einer der zentralen Interventionstechniken des Psychodramas, des Spiegelns. Dazu benötigt man einen Stellvertreter bzw. eine Stellvertreterin der Klient*innen auf der Bühne. Von außerhalb

ist dann die eigene Position im Aufstellungsbild in Bezug auf die anderen Elemente beobachtbar, was zu sehr hilfreichen Eindrücken führen kann.

Bei Aufstellungen aus dem sozialen Atom ist dieser Stellvertreter eindeutig mit der realen Person der Klient*innen definiert. Um das Spiegeln auch bei Aufstellungen auf der inneren Bühne einsetzen zu können, nutze ich den inneren Regisseur als Stellvertreter für die Kompetenz der Selbstwirksamkeit. Ist diese Position im Aufstellungsbild eingenommen, kann sie am Boden markiert und von außen aus dem Regieraum in der Spiegelposition betrachtet werden, wie im folgenden Fallbeispiel dargestellt.

Fallbeispiel

Herr Dominik (29) arbeitet als Turnusarzt in einem großen Krankenhaus. Er fühlt sich in seinem Team sehr wohl, lediglich mit dem Chefarzt kommt er nicht gut aus, da er mit dessen Entscheidungen oft nicht einverstanden ist.

In einer Therapiestunde erzählte mein Klient von einer kürzlich stattgefundenen Morgenbesprechung, in der es für ihn zu einer sehr unangenehmen Situation kam. Als er in der Runde aus KollegInnen und dem Chefarzt seinen Dienst übergab, übte er am Schluss kurz Kritik an der Art, wie der Chefarzt Operationsplätze an Patienten vergab. Er berichtete in seiner Erzählung, dass er diese Kritik nicht geplant hatte und sie ihm „herausgerutscht“ sei. Die Folgen waren für ihn unangenehm. Er konnte plötzlich nicht mehr weitersprechen, weil er zu zittern begann und ihm dann auch noch die Tränen kamen. Von den anderen wurden seine Emotionen größtenteils ignoriert, der Chef gab eine kurze irritierte Bemerkung ab und die Besprechung war beendet.

Herr Dominik war von seinem Verhalten ebenfalls irritiert, so etwas konnte er bislang nicht an sich. Wir gingen mit der Frage „was denn da in mir los war“ auf die Aufstellungsbühne. Zunächst wurde die äußere Szene aufgebaut (Kolleginnen, Chefarzt). Dann erweiterten wir die äußere Bühne durch die innere mit jenen inneren Rollen, die sich in dem Moment aktualisierten. Die innere Bühne wurde dabei um die Position meines Klienten herum mittels eines Seiles eröffnet.

In der Szene befand sich mein Klient an dieser Position in seiner funktionalen Rolle als Turnusarzt des Krankenhauses. Gleichzeitig entspricht diese Rolle im inneren Ensemble der des inneren Regisseurs, da er es ist, der für das Handeln und Agieren

zuständig ist. Da sich Herr Dominik in dieser Szene als nicht handlungsfähig erlebt hatte, weil seine Gefühle die Kontrolle übernommen hatten, war die Lage des inneren Regisseurs zunächst von besonderem Interesse.

Mein Klient positionierte auf der inneren Bühne um die Position des Turnusarztes / inneren Regisseurs (grüner Sessel) folgende innere Rollen (Abb. 10):

Der Wütende (rosa Sessel, unter grünem Sessel), der ängstlich Hilflöse (gelber Sessel vorne), der Moralische (gelber Sessel hinten).



Abbildung 11. Inneres Ensemble von Herrn Dominik

Beim Wechsel in die Rolle des inneren Regisseurs war für Herrn Dominik wieder das Gefühl der Ohnmacht und des Kontrollverlustes spürbar, ein Zeichen dafür, dass es ihm gelungen war, das Erleben in der realen Szene passend auf die Bühne zu bringen. Das alleine war aber noch kein Mehrwert für ihn. Erst der Blick von außen gab ihm einen ersten Hinweis in Bezug auf seine Fragestellung. Wir richteten den Regieraum um das Aufstellungsbild ein und ich regte meinen Klienten an, hier in die Rolle des Regisseurs zu schlüpfen und zu überlegen, warum es dem inneren

Regisseur in der vergangenen Szene nicht gelingen konnte, sein Handeln zu steuern bzw. zu regulieren.

So waren die Voraussetzungen für die Spiegeltechnik gegeben. Mein Klient betrachte von außen ein Bild auf der Aufstellungsbühne, dessen Teil er selbst ist. Neben der Enge fiel Herrn Dominik dabei die „bodenlose“ Position des inneren Regisseurs auf. „Der Wütende hat mich einfach hochgehoben und ich habe den Boden unter den Füßen verloren!“ war seine Beschreibung der inneren Lage. Nach Abschluss der Aufstellungsarbeit beschäftigten wir uns eingehend mit diesem, durch den Wütenden bodenlos gewordenen inneren Regisseur. Obwohl er beim Schildern der berichteten Szene zunächst meinte, so einen emotionalen Zustand von sich nicht zu kennen, fielen Herrn Dominik zahlreiche ähnliche Situationen in seinem Leben ein, unter anderem z.B. Streits mit seiner Partnerin. Über das Bild des inneren Regisseurs in dieser kläglichen Lage richtete mein Klient im Weiteren seinen Fokus auf die Auseinandersetzung mit seiner Wut, um sie besser kennen und regulieren zu können.

Die Technik des Spiegeln gibt dem Menschen „die Möglichkeit, sich selbst in einem Spiegel zu sehen, von seinem Betragen zu lernen und therapeutischen Nutzen daraus zu ziehen.“ (Moreno zitiert nach Hutter & Schwehm, 2012, S. 326f)

Da der innere Regisseur am meisten mit dem Ich der Klient*innen identifiziert ist, kann er als Stellvertreter fungieren.

„Das Besondere an dieser Variante ist, dass die ProtagonistIn in dem Moment, wo die StellvertreterIn sich *in* der Szene befindet, selbst *außerhalb* der Szene ist.“ (Stadler & Kern, 2010, S.120)

Mit dem Einsatz des inneren Regisseurs als Stellvertreter des sich selbst bewussten Ich, kann diese Technik, die meistens im Gruppensetting eingesetzt wird, auch bei Aufstellungen genutzt werden.

Im Aufstellungsprozess dauert die Anwendung der Spiegeltechnik manchmal nur einen Augenblick. In der Praxis habe ich ihren Einsatz aber fix in den Ablauf meines Plans, nach dem ich Aufstellungen leite, integriert. Ich erlebe regelmäßig, wie meine Klient*innen Nutzen daraus ziehen.

7.4 DAS HERAUSARBEITEN UNGÜNSTIGER KONSTELLATIONEN IM INNEREN ENSEMBLE UND UMPOSITIONIERUNG AUF DEN BESTMÖGLICHSTEN PLATZ

Steht der innere Regisseur stellvertretend für die Selbstwirksamkeit eines Menschen ist es hilfreich, seine Position im inneren Ensemble zu bestimmen, wenn diese Fähigkeit eingeschränkt erscheint, und diese nach Möglichkeit zu verbessern.

Fallbeispiel

Frau Rottinger (38) ist selbständig und arbeitet als Lebens- und Sozialberaterin. Sie lebt in einer Beziehung und hat einen 14jährigen Sohn aus einer früheren Ehe. Sie ist grundsätzlich sehr erfolgreich, arbeitet viel und bekommt dafür reichlich Anerkennung. Trotzdem ist sie unzufrieden mit ihrem Leben und hat das Gefühl, ihr „stehe innerlich etwas im Weg“.

Sie nahm meinen Vorschlag dieses Thema in Form einer Aufstellung auf die Bühne zu bringen an und sie begann das erste Bild zu gestalten, indem sie ihre Position in Form einer kleinen Teppichscheibe aufstellte. Diese versinnbildlichte die Rolle der inneren Regisseurin. Von dort aus beschrieb sie nun die Teile, die ihr im Weg stehen: der Selbstwert und die Angst.

Beide stellte sie als Sessel direkt vor sich, eng beisammen und ihr zugewandt. Zusätzlich beschreibt sie eine Mulde im Weg, die sich genau vor ihren Füßen auftat und die ein Weiterkommen zusätzlich erschwerte (Abb. 11).

Obwohl ich bei Aufstellungen grundsätzlich versuche, auf der inneren Bühne, innere Rollen statt Gefühlen aufzustellen, wartete ich in diesem Fall den ersten Wechsel in die einzelnen Positionen ab.

Frau Rottinger begann mit dem „Selbstwert“. Gefühle wurden in dieser Rolle nicht wahrgenommen, meine Klientin beschrieb aber deren Gestalt. Es handelte sich um einen großen, alten Kasten, der bis oben hin mit Büchern angefüllt war. Das stand für ihr ganzes Wissen, das sie sich bei Ausbildungen und Eigenstudium angeeignet hatte.

Im Wechsel mit der „Angst“ wurde Angst selbst nicht empfunden. Der Sessel war mit einem Stoß Pölstern ausgestattet worden, wobei der oberste gewählt wurde, weil er sich besonders flauschig anfühlte. Auf dieser Position beschrieb Frau Rottinger ein Gefühl der Größe und der Macht. Wenn sie von hier aus sich selbst

ansah, brauchte sie nur einmal „Puh“ machen und das Gegenüber erstarrte bereits vor Angst. Bei diesem „Puh“ nahm sie den flauschigen Polster in die Hand und macht eine kurze, stoßartige Bewegung in Richtung ihrer eigenen Position.

Beim Wechsel in die Position der Mulde spürte sie die ihr wohlbekannt Lähmung und Langeweile und hatte den Zweifel, diesen Ort jemals wieder verlassen zu können. Wieder in ihrer eigenen Position bestätigte sie, dass dieses erste Bild sehr genau ihre innere Lage ausdrückte.

Auf meine Frage, ob es etwas gibt, wo sie auf dem Weg eigentlich hin will, fiel ihr ihre „Einzigartigkeit“ ein, die sie, symbolisiert durch eine Perle, hinter die drei anderen Positionen legte. Sie konnte sie auf ihrer eigenen Position durch den kleinen Spalt zwischen Selbstwert und Angst sehen. Als Frau Rottinger auf die Position der Perle wechselte, kamen ihr rasch die Tränen. Sie spürte hier etwas, dass sie schon lange nicht mehr empfunden hatte. Sie fühlte sich sicher und ruhig, in einem friedlichen Kontakt mit ihrem Inneren. In ihr entstand eine große Sehnsucht nach diesem Zustand.

Ich bat meine Klientin nun das Bild zu verlassen und außerhalb des Aufstellungsraumes die Spiegelposition einzunehmen, was möglich war, da in diesem Fall die innere Regisseurin im Aufstellungsbild positioniert war. Frau Rottinger wurde schnell bewusst, dass durch die Konstellation zu den anderen inneren Rollen ihre Fähigkeit zur Selbstwirksamkeit stark eingeschränkt war.

Wir begannen gemeinsam, mögliche Änderungen zu besprechen. Die Idee entstand, dass der angstmachende Teil aus dem Weg muss, damit der Kontakt zu ihrer Einzigartigkeit wieder möglich wird.

Um die Kompetenz der Selbst- und Handlungsregulation zu fördern, leitete ich vor der Veränderung von Positionen, den Rollenwechsel in die innere Regisseurin an, da das Handeln immer von dieser Rolle ausgehen sollte.

Mit dem starken Wunsch, sich ihrer Einzigartigkeit anzunähern, war es für Frau Rottinger möglich, die Mulde vor ihren Füßen zu überwinden und den angstmachenden Teil zur Seite zu schieben, so dass der Weg zu ihrem Ziel frei war. Sie stellte den Sessel mit den Pölstern nach links, dicht neben den Selbstwert.

Als die Neupositionierung erfolgt war, ließ ich meine Klientin diesen freien Weg gehen und sie beendete den Veränderungsprozess dicht neben ihrer Einzigartigkeit.

Nachdem eine Verbesserung der Lage für die innere Regisseurin erreicht wurde, ist es wichtig, die Klient*innen noch eine Weile auf dieser Position zu belassen, damit sie sich das neue Erleben tief einprägen können. Ich habe mir dazu einige begleitende Sätze zugelegt, wie z.B.: „Nehmen sie jetzt wahr, wie es sich in dieser neuen Position anfühlt, welche Gefühle und Wahrnehmungen tauchen da auf?“, „Versuchen sie nun, all das tief in sich zu verankern, sodass sie es mitnehmen können, wenn die Aufstellung zu Ende ist und sie die Möglichkeit haben, es jederzeit danach wieder herzuholen!“



Abbildung 12. Position der inneren Regisseurin bei Frau Rottinger

Zum Abschluss der Aufstellung betrachtete Frau Rottinger das Bild noch einmal von außen aus der Spiegelposition. Ihr kamen recht schnell Bedenken, ob diese Veränderung auch nachhaltig sein werde. Im inneren Rollenwechsel mit dem

angstmachenden Teil merkte sie, dass dort nun Unzufriedenheit wahrnehmbar war, wo zuvor nur Macht und Einfluss erlebt wurde.

In den darauffolgenden Stunden arbeiteten wir heraus, dass es sich bei dieser inneren Rolle nicht um die Angst meiner Klientin handelte, sondern um eine innere Gegenrolle zur inneren Regisseurin. Mit Hilfe von Biographiearbeit kamen wir recht rasch auf die äußeren Rollenmodelle für diesen Anteil. Sowohl ihre Mutter als auch ihre Großmutter (mütterlicher Seite) beschrieb Frau Rottinger als sehr ängstlich und auch angstmachend.

In einem weiteren Schritt bei der Arbeit am inneren Ensemble gestaltete meine Klientin dessen Konstellation so um, dass der Selbstwert einen beruhigenden Einfluss auf den angstmachenden Teil ausüben, und ihn auf Distanz zur inneren Regisseurin halten konnte. Dafür nutzte er sein Wissen und seine Erfahrung.

Es ist wesentlich, Klient*innen nach Umpositionierung innerer Anteile in Folgendem zu bestärken:

- Im Abschlussbild müssen nicht alle inneren Rollen „glücklich“ sein. Ziel ist, dass sich die Position für die innere Regisseurin verbessert hat, oder zumindest anders ist. Alle anderen inneren Rollen sollen den für sie im Augenblick bestmöglichen Platz einnehmen.
- Das Abschlussbild ist noch ein „Wunschbild“, es ist noch nicht stabile innere Realität geworden. Wie im kreativen Zyklus beschrieben, erfolgt nach dem status nascendi die Integrationsphase, in der es darum geht, die inneren Rollen immer wieder gemäß dem Wunschbild zu positionieren.

Bei Frau Rottinger äußerte sich das in weiterer Folge so, dass sie sich Szenen aus ihrem täglichen Leben, in denen sie Blockierung empfand, rasch mit der Position ihrer inneren Rollen erklären konnte. „Da ist mir die Angstmacherin wieder im Weg gestanden!“ wurde zu einer häufigen Formulierung, deren Aussprechen bereits positiven Einfluss auf ihre innere Lage hatte. Um besser in Kontakt zu ihrer „Perle der Einzigartigkeit“ zu kommen, wies sie innerlich den Selbstwert an, die Angstmacherin abzuschirmen und sich an ihre Seite zu stellen, wie es in der Aufstellung erfolgt ist. So gelang es ihr immer wieder, selbstwirksam die innere Hemmung zu regulieren.

„Aus der Regieposition werden Veränderungen an die Ensemblemitglieder herangetragen [...]. In Dialogen oder Trialogen zwischen Regisseur und den jeweiligen Ensemblemitgliedern werden die geplanten Veränderungen besprochen und ausgehandelt.“ (Stadler, 2017, S. 110)

Um dieses Aushandeln möglich zu machen, muss zunächst eine günstige Position gefunden werden, die dieses Handeln erlaubt. Sind Klient*innen sehr in ihrem inneren Ensemble verstickt und das Erreichen einer ausreichend distanzierten Regieposition noch nicht möglich, ist es ein guter erster Schritt, den Platz im Ensemble so zu verändern, dass eine Erhöhung der Selbstwirksamkeit erreicht werden kann.

7.5 DAS HERAUSARBEITEN VON FEHLENDEN INNEREN ROLLEN, DEREN BESTIMMUNG UND POSITIONIERUNG

Immer wieder kommt es bei Aufstellungen auf der inneren Bühne vor, dass die Position des inneren Regisseurs ungünstig ist und sich dies hemmend auf die dafür stellvertretende Fähigkeit der Selbstwirksamkeit auswirkt. Eine Verbesserung dieser Lage kann, neben der oben beschriebenen Umpositionierung des inneren Ensembles, durch Einführen fehlender innerer Rollen erfolgen.

Fallbeispiel

Herr Meinrad (29) ist ein Einzelkind, Single, lebt alleine und betreibt leidenschaftlich zahlreiche Hobbys. Nun stand er vor einer beruflichen Veränderung. Er war in seiner aktuellen Stelle unzufrieden und bewarb sich seit längerem bei anderen Firmen, wodurch er bald in die zweite Phase des Auswahlverfahrens für eine sehr fordernde Tätigkeit in einer großen Organisation eingeladen wurde. Die Aufgabe interessierte ihn einerseits und wäre genau das Tätigkeitsgebiet, für das er ausgebildet war, andererseits hatte er seit einiger Zeit Schlafprobleme und fühlte sich auch untertags sehr angespannt und unruhig.

Er war verzweifelt und wusste nicht, was mit ihm los war. Er wollte den neuen Job unbedingt, wusste aber nicht, wie lange er diese Spannung noch aushalten könne. Um seiner inneren Lage auf die Spur zu kommen, schlug ich die Aufstellung jener inneren Rollen vor, die sich in Bezug auf den neuen Job aktualisierten.

Da ich Herrn Meinrad als jemanden kennen gelernt hatte, der sich mit dem Kontakt zu seinem Gefühlsleben eher schwer tat, schlug ich ihm den Einsatz von Intraintermediärobjekten in Form von Handpuppen auf Sesseln vor.

Folgende Rollen und Puppen wurden gewählt und positioniert (Abb. 12):

Der Ängstliche (Polizist): „Ich bin etwa 14 Jahre alt. Vor mir türmt sich eine riesige Herausforderung auf. Ich muss eine Mauer bauen, ich werde kämpfen müssen. Ich habe solche Angst und wünsche mir so sehr, dass mir jemand hilft.“

Die Zweiflerin (Hexe): an den Ängstlichen gerichtet: „Überleg dir das nochmal gut, ob du das wirklich machen willst. Du wirst dann schon noch an mich denken, wenn alles schief geht!“

Der Gierige (Baby): „Ich bin so drei Jahre alt. Ich will das (den Job) unbedingt haben, weil ich alles kann, was ich will!“

Der Job (Ball) wurde als gemeinsamer Bezugspunkt aufgestellt aber nicht in den Rollenwechsel einbezogen.



Abbildung 13. Durch eine neue Rolle angereichertes inneres Ensemble

Nach den einzelnen Rollenwechseln stellte Herr Meinrad bereits erste Bezüge zu biographischen Szenen her. Das Agieren der Zweiflerin erinnerte ihn stark an das seiner Mutter, die ihn bei wichtigen Entscheidungen oft im letzten Moment noch verunsicherte und viele seiner Vorhaben so verhindert hatte. Somit waren ihm auch die Gefühle in der Rolle des Ängstlichen wohlvertraut. Die Existenz des Gierigen war ihm beim Erzählen im Sitzen noch nicht so deutlich bewusst gewesen. Er war froh, dass er ihn nun so klar vor sich sehen konnte, merkte aber, dass es dieser inneren Rolle nicht möglich war, eine beruhigende Wirkung auf den Ängstlichen auszuüben oder diesen vor der verunsichernden Hexe zu beschützen.

Mit diesem ersten Bild war die Frage meines Klienten insofern beantwortet, als er nun Klarheit bekommen hatte, was in seinem Inneren bezüglich der neuen Stelle emotional vorging.

Herr Meinrad hatte in der Folge verständlicher Weise den Wunsch nach Erleichterung entwickelt. Diese müsste dadurch zustande kommen, dass der Ängstliche geschützt und entlastet wird. Er musste zu der Hilfe kommen, die er sich so sehnlich wünschte.

Ich führte ihn an dieser Stelle in die Rolle des inneren Regisseurs ein, wir definierten den Regieraum und er sah sich sein inneres Ensemble aus unterschiedlichen Blickwinkeln an.

Zunächst nahm Herr Meinrad eine Umpositionierung vor, indem er die Zweiflerin etwas weiter vom Ängstlichen weg aufstellte. Im Rollenwechsel mit Letzterem merkte er allerdings kaum Verbesserung seiner Lage.

Es begann ein Austausch zwischen mir und meinem Klienten in der Rolle des inneren Regisseurs über weitere Möglichkeiten der Veränderung. Dabei kam er auf die Idee, dass in diesem inneren Ensemble jemand fehlte, um für die Unterstützung des Ängstlichen zu sorgen. Nach kurzem Überlegen trat der „gute Freund“ in sein Bewusstsein. Er wählt eine Handpuppe (Seppel) und stellte sie dem Ängstlichen ganz nah an die Seite. Im Rollenwechsel wendete er sich an diesen mit den Worten: „Du bist mein bester Freund und du kannst immer zu mir kommen. Komm mit, wir gehen weg und rauchen heimlich eine Zigarette!“

Zurück in der Rolle des Ängstlichen fühlte Herr Meinrad nun die angestrebte Erleichterung. Die Wirkung der Zweiflerin war verblasst und die Freude über den

Freund an seiner Seite deutlich spürbar. Nach Verankerung dieser Empfindungen und dem abschließenden Blick auf das Aufstellungsbild (Herr Meinrad machte auch ein Foto davon) wurde die Bühne abgebaut und die Integrationsphase eingeleitet.

Meinem Klienten fiel dabei auf, dass er in letzter Zeit seine sozialen Kontakte, vor allem die zu seinen Freundinnen und Freunden, sehr vernachlässigt hatte. Als Grund dafür nannte er die Wirkung der Zweiflerin. Er war so mit seinen Sorgen und seiner Angst beschäftigt, dass er sein hilfreiches Umfeld ausgeblendet hatte.

In der darauffolgenden Therapiestunde berichtete Herr Meinrad, dass er in den letzten Tagen einige Freunde getroffen und mit ihnen über seine Gefühle bezüglich der Überforderung im neuen Job gesprochen hatte. Dies hatte zu einer deutlichen Erleichterung geführt.

Mein Klient bekam letztendlich die Stelle. So wie im vorangegangenen Fallbeispiel ist es auch hier die weitere Aufgabe, konsequent an der Integration des Wunschbildes zu arbeiten. Denn die Zweifel treten natürlich gelegentlich weiterhin auf. Hilfreich ist jetzt, der wiederkehrende Bezug zum Wunschbild und die tatsächlichen Bemühungen, den guten Freund ins innere Ensemble einzuführen bzw. auf der äußeren, sozialen Bühne für dessen Nähe zu sorgen. Im Nachhinein war Herr Meinrad stolz darauf, dass ihm die Idee mit der fehlenden Rolle gekommen war. Als innerer Regisseur, der sein inneres Ensemble wirksam nachbesetzt, konnte er erleben, wie er sich selbst verstehen und helfen kann.

Das Nachbesetzen des inneren Ensembles mit „notwendigen“ inneren Rollen kann man im weitesten Sinne als Arbeit mit dem inneren Helfer verstehen.

„Es wird zuerst ein künstliches Objekt, der Helfer, imaginiert und geschaffen, das wiederum eine Objektrepräsentanz im Patienten erzeugt. [...] Die zugrundeliegende Idee des Vorgehens mit dem Inneren Helfer, ist die Hypothese, dass das Leben, anders als das Sprichwort sagt, doch ein „Wunschkonzert“ sein kann. (Stadler, 2017, S. 104)

Dabei ist von Therapeut*innen drauf zu achten, dass die Anforderungen an den inneren Helfer erfüllt werden. U.a. soll es sich um keine reale Person handeln, da seine positiven und unterstützenden Eigenschaften nicht stabil aufrechterhalten werden könnten. (Stadler, 2017) Für solche Nachbesetzungen des inneren Ensembles

erscheint mir die Rolle des inneren Regisseurs als besonders geeignet. Durch den Überblick aus seiner distanzierten Regieposition heraus, können Fehlstellen und Defizite gut erkannt und die erforderliche Kompensation kreiert werden.

7.6 DER INNERE REGISSEUR IST „ARBEITSPARTNER“ FÜR THERAPEUT*INNEN IN DER ENTWICKLUNG DER REGIEKOMPETENZ

Der innere Regisseur bietet Therapeut*innen während des Aufstellungsprozesses ein Gegenüber, um gemeinsam die Regiekompetenz der Klient*innen zu fördern. Hier bringen erstere, durch verbalen Austausch im Regieraum, ihre Hilfs-Ich-Kompetenz ein. Die grundlegende Technik, die dabei hauptsächlich zur Anwendung kommt, ist das „introvertierende Doppeln“.

Das Introvertierende Doppeln, im psychotherapeutischen Bereich auch ‚intrapyschisch verbalisierendes Doppeln‘ genannt (Krüger 1997, S. 116) oder ‚einführendes Doppeln‘ (Frede 1992, S. 86 f.), ist als Anregung des Protagonisten zu einer nachdenklichen Wahrnehmung und Auseinandersetzung mit den nunmehr ‚gehörten‘ intrapsychischen Inhalten der eigenen Befindlichkeit zu verstehen. (Leutz, 2013, S. 307)

Therapeut*innen stellen sich mitfühlend als „Resonanzraum“ zur Verfügung und steuern behutsam ihre daraus gewonnen Eindrücke bei. Da es sich dabei aber letztlich immer um Eindrücke der Therapeut*innen handelt, ist bei der Anwendung dieser Technik besonders auf das Tempo zu achten.

Die Beachtung der Geschwindigkeit des Doppelns ist bei allen Formen dieser Technik in zweifacher Hinsicht von Bedeutung. Zum einen muss sie auf die Aufnahme-, Resonanz- und Integrationsfähigkeit des Protagonisten abgestimmt sein, zum anderen sollte sie ihm Gelegenheit geben, sich zur Korrektur eventuell unzutreffender Aussagen des Doppelnden in dessen Redefluss einzuschalten. (Leutz, 2013, S. 306)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben können unter anderem folgende Interventionen zur Anwendung kommen:

1. Therapeut*in bringt Ideen für Veränderungen ein.
2. Therapeut*in bringt Realitätsprüfung ein.

3. Therapeut*in sorgt für das geeignete Tempo, um die Klient*innen im Zustand des kreativen Handelns zu halten.
4. Therapeut*in regt eine wohlwollende autotelische Beziehung an.

7.6.1 Therapeut*in bringt Ideen für Veränderungen ein

Als Beispiel für diese Intervention kann eine Variante des oben beschriebenen Fallbeispiels von Herrn Meinrad herangezogen werden.

Fallbeispiel 1

*In der Situation, als er merkte, dass durch reines Umstellen der Positionen der gewünschte Effekt der Beruhigung des Ängstlichen ausblieb, habe ich als Therapeut die Möglichkeit, eigene Ideen einzubringen, falls ihm als innerem Regisseur nichts einfällt. In der Regel nutze ich dazu eine Form des Doppeln, um die Intervention nicht konfrontativ werden zu lassen. Ich stelle mich neben die Klient*innen und sage: „Wenn ich mir dieses Bild so ansehe und bedenke, was ich schon an Veränderung versucht habe, um den Ängstlichen zu schützen, kann es vielleicht sein, dass hier noch etwas fehlt?“*

*Wie bei jedem Doppeln warte ich nun die unmittelbare Reaktion der Klient*innen ab. Nehmen sie meine Anregung an? Wäre Herr Meinrad selbst nicht auf diese Idee gekommen, hätte er den inneren Monolog nach dem Doppeln vielleicht so fortgeführt: „Ja, ich glaube da fehlt etwas. Was der Ängstliche brauchen würde, wäre ein guter Freund!“*

Etwas anderes war die Intervention bei Herrn Hofbauer, als er in der Rolle des inneren Regisseurs im Aufstellungsbild zwischen den beiden Konfliktparteien positioniert war.

Fallbeispiel 2

Durch die hohe Spannung an diesem Platz war seine Spontaneitätsslage äußerst reduziert, weshalb ich das Anregen eines inneren Monologs durch Doppeln als nicht sinnvoll erachtete. Hier entschied ich mich für eine konfrontativere Variante, indem ich meinen Klienten von außerhalb des Aufstellungsbildes ansprach und fragte: „Was halten Sie davon, einmal eine andere Position auszuprobieren? Gehen Sie doch ein wenig herum und wählen Sie einen Platz, an dem Sie sich handlungsfähiger fühlen als hier!“

Die Einkleidung in den inneren Regisseur hat sich insofern als hilfreich erwiesen, als dadurch eine Kooperation im Sinne von „wir arbeiten gemeinsam an einer Verbesserung der inneren Lage“, zwischen Klient*in und Therapeut*in initiiert wird, auf die auch bei Veränderungsvorschlägen immer wieder zurückgegriffen werden kann.

7.6.2 Therapeut*in bringt Realitätsprüfung ein

Ist in der Aufstellung das erste Bild als Darstellung der aktuellen inneren Lage auf die Bühne gebracht, erfolgt oft die Arbeit in Richtung eines Wunschbildes. In letzterem wird die Beziehungskonstellation der inneren Rollen so dargestellt, wie sie sein sollte, um mit der belastenden Situation besser umgehen zu können. Hier besteht gelegentlich die Gefahr, dass Klient*innen Veränderungen vornehmen wollen, die sogar für ein Wunschbild unrealistisch oder sogar kontraproduktiv sind. Dies tritt häufig bei interpersonellen Aufstellungen auf, wenn allzu leicht innere Rollen anderer Personen umpositioniert werden wollen. Hier kann mit den Klient*innen in der Rolle des inneren Regisseurs, immer wieder der Austausch gesucht werden, wie realistisch diese Veränderung sein könnte, wie folgendes Fallbeispiel zeigt.

Fallbeispiel

Frau Kaltenbrenner (59) schilderte in einer Therapiestunde ihre Probleme mit dem Übergewicht ihrer Tochter Anna (31). Es kam zwischen ihnen deswegen regelmäßig zum Streit, weil meine Klientin ihre Tochter aus Sorge dazu anregen wollte abzunehmen, diese das aber verärgert ablehnte. Frau Kaltenbrenner war zunehmend um die Beziehung zu ihrer Tochter besorgt, sodass wir die Frage, wie sie diese Beziehung wieder verbessern könnte, als interpersonelle Aufstellung auf die Bühne brachten.

Meine Klientin wählte folgende Elemente in Form von Sesseln als relevant für die Bearbeitung der Fragestellung:

Sich selbst als Mutter, die Tochter Anna, deren Übergewicht.

Die Positionierung erfolgt in einer geraden Linie: Mutter – Übergewicht – Tochter.

Die Rollenwechsel ergaben folgende Eindrücke:

Mutter: „Ich bin so besorgt, das Übergewicht ist doch so ungesund, ich kann das nicht zulassen, sie muss etwas tun!“

Übergewicht: „Ich bin groß und mächtig, mich bringt hier keiner weg!“

Anna: „Solange mein Übergewicht zwischen mir und Mama steht, geht es mir gut. Es schützt mich vor ihrem strengen Blick!“

An dieser Stelle bat ich Frau Kaltenbrenner in die Rolle der inneren Regisseurin zu wechseln und zu überlegen, wie dieses Zusammenspiel umgestaltet werden muss, damit die Beziehung der beiden wieder besser werden kann. Obwohl meine Klientin im Rollenwechsel mit ihrer Tochter bereits den Nutzen, den das Übergewicht für diese in Bezug auf ihre Mutter hat, wahrgenommen hatte, war ihr erster Impuls als Regisseurin, das Übergewicht „wegzuräumen“. An dieser Stelle begann ich mit ihr zu hinterfragen, wie diese Veränderung für die Tochter wohl sein würde und brachte damit eine Realitätsprüfung ein.

Frau Kaltenbrenner wurde nun schnell klar, dass das Wegräumen des Übergewichts in der Aufstellung genau das ist, was sie in der realen Beziehung fortlaufend versuchte und womit sie regelmäßig scheiterte. In der Rolle der Regisseurin, die ja für die Verbesserung der Beziehung zuständig ist, empfand sie nun die übliche Ratlosigkeit und Überforderung. Dieses zwar unangenehme Erleben war für die Schaffung einer Spontaneitätsslage aber äußerst wichtig.

In der Folge erarbeiteten wir, was in diesem Bild fehlt: einen positiven gemeinsamen Bezugspunkt der beiden. In ihrem Fall war das die Kreativität der Tochter, die sich besonders im Designen von Foldern und Grafiken äußerte, was sehr praktisch war, da meine Klientin ohnehin Werbematerial für ihre Firma benötigte. Sie positionierte die Kreativität der Tochter neben diese, so dass sie von beiden gesehen werden konnte. Im Wechsel in beide Rollen wurde die Veränderung überprüft und von Frau Kaltenbrenner als äußerst positiv beschrieben.

In den darauffolgenden Stunden berichtete Frau Kaltenbrenner von einer deutlichen Entspannung in ihrer Beziehung zu Anna. Beim Kontakt zu ihr bezog sie sich ausschließlich darauf, was sie an ihrer Tochter schätzte, aktuell vor allem deren Kreativität. Das Übergewicht ließ sie „links liegen“. Das hatte dazu geführt, dass Anna ihrer Mutter immer öfter von sich aus über ihre Versuche berichtete, Gewicht abzunehmen.

Gerade beim Einbringen einer Realitätsprüfung müssen Therapeut*innen besonders auf die eigenen Motive achten. Einerseits ist es notwendig, Klient*innen darauf aufmerksam zu machen, wenn sie sich mit ihrem Wunschbild zu weit vom real Machbaren entfernen. Andererseits dürfen Therapeut*innen, nur weil sie sich selbst eine konkrete Veränderung nicht vorstellen können, die kreative Gestaltung der Klient*innen nicht blockieren. Um dies zu vermeiden, nehme ich immer auf Aussagen und Wahrnehmungen aus den Rollenfeedbacks der Klient*innen selbst Bezug. Ich weise auf etwas bereits Gesagtes hin, dem die Klient*innen zu wenig Bedeutung beimessen.

Dieser Hinweis führt bei Klient*innen in der Regel zu einer gewissen Frustration. Ist diese kurze Spannung zwischen uns aber überwunden, werden die Anregungen so gut wie immer als bereichernd empfunden. Ein gutes Vertrauensverhältnis ist dafür natürlich Voraussetzung.

7.6.3 Therapeut*in sorgt für das geeignete Tempo, um Klient*innen im Zustand des kreativen Handelns zu halten

Dies ist ein Aspekt, der für die Handlungsfähigkeit der Klient*innen während des Aufstellungsprozesses sehr relevant ist, oft aber nicht die nötige Beachtung erfährt.

Fallbeispiel

Herr Brinkmann (27) stellte in einer Therapiestunde einen Konflikt mit seiner Lebensgefährtin in Form einer interpersonellen Aufstellung dar. Seine Frage lautete: „Wie kann ich mich in einer Auseinandersetzung mit ihr besser beruhigen?“ Innere Rollen, die sich bei ihm im Streit mit ihr aktualisieren waren „der Wütende“, „der hilflos Alleingelassene“ und „der Unbeteiligte“. Sie wurden in ihrer Konstellation zueinander zum ersten Bild aufgestellt.

Die Auseinandersetzung mit seiner Frage regte meinen Klienten sehr auf, sodass er in der Rolle des inneren Regisseurs keine Ruhe fand, um für eine Verbesserung der inneren Lage zu sorgen. Er wollte unbedingt sofort eine positive Veränderung bewerkstelligen, wusste aber nicht wie.

Als Hilfs-Ich-Kompetenz stellte ich ihm diese Ruhe zu Verfügung. Wir besprachen, was für ihn als inneren Regisseur jetzt hilfreich sein könnte, um wieder handlungsfähig zu werden. Dazu vergrößerten wir zunächst den Regieraum um das

Aufstellungsbild herum, sodass mehr Distanz dazu möglich war. Nach dem Doppeln mit den Worten „ich habe das Gefühl, überhaupt keine Zeit zu haben, muss aber die Situation jetzt sofort retten!“, wies ich Herrn Brinkmann in dieser entfernteren Position darauf hin, dass er hier genug Zeit hat, um an einer Veränderung zu arbeiten. Ich betonte, dass auch die Wiederholung der Aufstellung in den nächsten Stunden möglich ist, wenn es heute zu keiner Lösung kommt. Nach ein paar angeleiteten, entspannenden Atemzügen fand mein Klient wieder zu seiner Kreativität zurück und nahm eine kleine, aber entscheidende Veränderung in seinem ersten Bild vor.

Ich verwende dieses Fallbeispiel, weil Herr Brinkmann beim abschließenden Feedback am Ende seiner Therapie noch einmal auf diese Aufstellung zurückkam. Er beschrieb die Reduktion der Geschwindigkeit als wichtigsten Faktor, um aus der Einengung zu einer nachhaltigen Veränderung zu gelangen.

7.6.4 Therapeut*in regt eine wohlwollende autotelische Beziehung an

Für dieses Thema möchte ich noch einmal auf das Fallbeispiel von Herrn Dominik aus Punkt 7.3. zurückkommen.

Beim Einsatz der Spiegeltechnik im Regieraum, der inneren Bühne zugewandt, begegnen Klient*innen als Regisseur*innen ihrem Selbst aus den, für den dargestellten Augenblick aktualisierten, inneren Rollen. Man könnte dabei von einem sehr intimen Moment sprechen. An dieser Stelle im Aufstellungsprozess bietet sich eine gute Möglichkeit, die Beziehung der Klient*innen zum eigenen Selbst zu thematisieren.

Wie beschrieben, wird diese Beziehung in der psychodramatischen Literatur als autotelische Beziehung bezeichnet. Es handelt sich um den Einfühlungsprozess mit dem eigenen Selbst. Da es sich bei den aufgestellten Lagen meist um defizitäre handelt, ist die erste Reaktion beim Betrachten des Bildes nur in seltenen Fällen Mitgefühl, Nachsicht oder Wohlwollen. Meist werde ich beim Leiten eher Zeuge von Betroffenheit, Ratlosigkeit und Unverständnis oder sogar Ablehnung und Abwertung. Hier kann das Einbringen der Hilfs-ich-Kompetenz der Therapeut*innen förderlich sein, indem sie zunächst selbst Mitgefühl für dem inneren Regisseur im Bild entwickeln, es ausdrücken und so versuchen, Klient*innen in Resonanz zu bringen.

Im Fallbeispiel von Herrn Dominik:

Klient: „Ok, die Wut war sehr stark, aber wie konnte es passieren, dass ich so aus der Spur geraten bin und auch noch zu weinen begonnen habe? Das ist einfach so erbärmlich!“

Therapeut (im Sinne eines Doppelns): „Wenn ich mir vorstelle, dort an Ihrer Stelle zu sein, würde mich nicht nur die Wut handlungsunfähig machen. Da ist noch so ein starkes Gefühl der Hilflosigkeit und der Angst, das genau zwischen mir und dem Chef steht, und hinter mir ist einer, der mich beschimpft und mir vorwirft, dass man so nicht mit seinem Vorgesetzten zu reden hat. Ich kann mir gut vorstellen, dass ich mich in dieser Situation sehr zerrissen fühlen würde.“

Klient: „Ja, das stimmt: wenn man alles in Betracht zieht, dann habe ich mich sehr zerrissen gefühlt. So gesehen, ist es kein Wunder, dass ich völlig erstarrt bin und nur warten konnte, bis alles vorbei ist. Gegenüber meinem Vater war das auch immer so, wenn er mit Mama gestritten hat.“

Die vom Therapeuten angeregt wohlwollende autotelische Beziehungsqualität konnte in diesem Fall vom Klienten als Regisseur übernommen werden und führte im Weiteren dazu, dass dahinterliegende biografischen Szenen ins Bewusstsein kommen konnten.

8 DISKUSSION

In der vorliegenden Arbeit war es mein Anliegen, das Konzept des inneren Regisseurs, mit dem Arrangement der Aufstellungsarbeit innerer Rollen zu verknüpfen. Das erschien mir sinnvoll, da mir bei dessen Anwendung, immer wieder eine logische Lücke auffiel.

Nach Fertigstellung des ersten Bildes befindet sich im Aufstellungsraum das, in der zu untersuchenden Szene aktualisierte, innere Ensemble mit dessen entsprechender Soziometrie. In Distanz dazu stehen Therapeut*in und Klient*in ihm betrachtend gegenüber. Doch wer tritt mit ihm in Kontakt, wer übernimmt für sein Wohlergehen die Verantwortung?

Im Verfahren Psychodrama wird dem Begreifen der Seele *durch Handeln* große Wirkung zugeschrieben. „Psychodrama kann darum als diejenige Methode bezeichnet werden, welche die Wahrheit der Seele durch Handeln ergründet. Die

Katharsis, die sie hervorruft, ist daher eine Handlungskatharsis.“ (Moreno, 1993, S.77)

Um handeln zu können, bedarf es immer einer konkreten Rolle.

Diese Rolle, die handelnd mit dem inneren Ensemble in Kontakt tritt, hatte ich vermisst und auch Klient*innen fragten danach. Man könnte sie natürlich auch als „Gesamtpersönlichkeit“ oder „Teamleiter“ (Schulz v. Thun, 2018) bezeichnen, was ich in Betracht zog, bald aber wieder verwarf.

Es erschien mir passender auf den Begriff des inneren Regisseurs zurückzugreifen, der in der psychodramatischen Literatur bisher rein als Versinnbildlichung einer bestimmten Kompetenz des Menschen beschreiben wurde. (Stelzig in Fürst et al., 2004, Schacht, 2009)

Reale Regisseur*innen haben die Aufgabe, ihr Ensemble darin zu unterstützen, das Stück bestmöglich auf die Bühne zu bringen. Um das zu erreichen, müssen sie dafür sorgen, dass die einzelnen Ensemblemitglieder entsprechend ihrer Rolle gut miteinander ins Spiel kommen und Bezug aufeinander nehmen. Letztlich tragen sie die Verantwortung dafür, ob eine Aufführung gelingt und das Publikum berührt. Dafür werden sie, gemäß ihrer Rolle, mit gewissen Ressourcen ausgestattet. Eine der wesentlichsten ist die Distanz zum Ensemble, sie sind eben nicht Teil davon und können ihre Aufgabe nur dann effizient erfüllen, wenn sie ausreichend unabhängig agieren können. Diese Analogien zwischen realen und inneren Regisseur*innen und die Tatsache, dass der Begriff grundsätzlich gut zur, vom Theater inspirierten, Sprache des Psychodramas passt, waren Ursachen für meine Wahl für den „inneren Regisseur“.

In der Aufstellungsarbeit erscheint mir als wesentlichster Punkt, das Kreieren des inneren Regisseurs als explizite Rolle mit bestimmter Position in Bezug auf das innere Ensemble. Das führt zu einem Rollenspiel im Rahmen der Aufstellung. Klient*Innen verkörpern ihre inneren Regisseur*innen und handeln in dieser Rolle. Dadurch tritt ihr Ich, ihr sich selbst bewusster Teil, in dieser Rolle in Erscheinung. „Das Ich ist das *Selbst in actu* (Selbst in Handlung), es ist die Instanz bewusster Wahrnehmung und Handlung mit aktivem Charakter: „*Ich* nehme mich *selbst* wahr, *ich selbst* werde handeln.“ (Petzold & Mathias, 1982, S.168)

Wie in Kapitel 6 erläutert, ist das gewissermaßen eine paradoxe Intervention. Erleben Klient*innen in einer Situation ihr Inneres als fremd und unzugänglich und

ihre Gefühle als auseinanderstrebende Tendenzen, ist dies bereits ein Hinweis darauf, dass die innere Regiekompetenz fehlt oder zumindest mangelhaft vorhanden ist. Nun eine explizite Rolle zu kreieren, die diese Kompetenz verkörpern soll, ist in gewisser Weise eine Provokation und kann von Klient*innen als Bloßstellung empfunden werden. Soll man, um diese Gefahr zu vermeiden, auf diese Intervention verzichten?

Bei Klient*innen mit sehr niedrigen Störungsniveau (0, 0-1) ist dies Frage klar mit Ja zu beantworten. Bei ihnen steht zunächst die Entwicklung des Bewusstseins für die eigenen inneren Rollen im Vordergrund, wie etwa bei „Menschen mit einer Borderline-Persönlichkeitsstörung, bei denen leidvolle Rollen dissoziiert worden sind und erst wieder ins Bewusstsein integriert werden müssen, um eine strukturelle Weiterentwicklung zu ermöglichen.“ (Hintermeier, 2019, S.32)

Menschen, die über die Kompetenzen der psychodramatischen Rollenebene verfügen, sind grundsätzlich in der Lage in einen spielerischen als-ob-Modus zu wechseln. (Schacht, 2003, S.115ff)

Therapeut*innen sind daher angehalten beim Einführen der Rolle des inneren Regisseurs eine entspannte und spielerische Atmosphäre zu schaffen, um in ihren Klient*innen Aktionshunger und Spielbereitschaft zu wecken. Das Erleben von Sicherheit und Vertrauen ist darüber hinaus die Voraussetzung dafür, dass Klient*innen die Ressourcen der psychodramatischen Rollenebene verlässlich nutzen können und so das Rollenhandeln in der Aufstellung als etwas wahrnehmen, dass ihre Selbstwirksamkeit stärkt.

Wie kann man im Weiteren das Einnehmen einer guten Position des inneren Regisseurs gegenüber dem inneren Ensemble als fördernd für die Selbstwirksamkeit verstehen?

Ein Grundkonzept der Aufstellungsarbeit ist, dass Plätze in ihrem Rahmen unterschiedliche Qualitäten aufweisen. Diese Qualität hängt von der Verortung im Aufstellungsraum und von den Positionen zu den anderen Elementen im Aufstellungsbild ab. Veränderungen dieser Qualität können mit der strukturierten Frage „ist es für Sie an dieser Position jetzt besser, schlechter, anders oder gleich?“ (Riepl, 2015, mündliche Mitteilung) überprüft werden. Der innere Regisseur ist zwar primär kein Element der Aufstellungsbildes, hat aber ganz klar eine Beziehung zum inneren Ensemble. Gibt es eine solche, kann sie auch mittels Soziometrie in Form

der Position und der Ausrichtung vermessen und dargestellt werden. Die Qualitätskriterien eines Platzes gut bzw. schlecht oder günstig bzw. ungünstig beziehen sich auf die Handlungsmöglichkeiten für die Rolle an diesem Platz. Dies drückt sich bei Aufstellungen in Gruppen beim Positionsfeedback in Sätzen wie „ich würde zu meinem Bruder gerne mehr Nähe haben, von meinem aktuellen Platz aus kann ich das aber nicht erreichen“ aus. Die Qualität eines Platzes kann das adäquate Handeln in einer Rolle begünstigen oder erschweren. Da bei der Arbeit mit dem inneren Regisseur die Entwicklung von selbstwirksamem Handeln im Rahmen einer erhöhten Regiekompetenz im Vordergrund steht, ist seine Position in Bezug auf sein Ensemble von besonderer Bedeutung. Der Regieplatz soll bewusst so gewählt werden, dass seine Qualität, Klient*innen in ihrem selbstbestimmtes Rollenhandeln als Regisseur*innen unterstützt und ihnen als Ressource zur Verfügung steht.

In Bezug auf die Anwendung der Spiegeltechnik stellt sich die Frage, welcher Mehrwert sich durch das Einbeziehen des inneren Regisseurs in das Bild ergibt. Das von Hintermeier beschriebene „Spiegeln des Selbst“ bezieht sich auf ein Bild der inneren, aktualisierten Rollen zu einem Thema. (Hintermeier, 2019, S.32) Dabei geht es um deren Wahrnehmung der schrittweisen Akzeptanz solcher, die noch schlecht integriert sind. Ein innerer Regisseur ist dabei nicht erforderlich.

Um diese Frage zu beantworten, ist es notwendig, wieder auf das aktuelle Störungsniveau der Klient*innen Bezug zu nehmen. Spiegeln ist grundsätzlich eine konfrontative Intervention und muss behutsam angewandt werden. Es stellt sich also die Frage, ob es Klient*innen zumutbar ist, sie mit ihrer, in einer Rolle verkörperten Regiekompetenz zu konfrontieren, zumal diese ja eine eingeschränkte ist. Die betreffende Lebensszene würde sonst nicht Thema in der Therapiestunde werden. Kann, durch vorangegangene Diagnostik, diese Frage mit Ja beantwortet werden, stellt das Einbeziehen des inneren Regisseurs in das zu spiegelnde Bild eine deutliche Erweiterung der Möglichkeiten für weitere Interventionen im Therapieprozess dar. Unter anderem kann Verständnis und Mitgefühl für den inneren Regisseur in einer konkreten Szene entwickelt und über dessen notwendige Unterstützung nachgedacht werden. Die Kompetenz der Selbst- und Handlungsregulation bekommt eine Rolle, wird persönlich begreifbar und so zum Fokus der Einfühlung. Es könnte ein Narrativ entstehen wie: „Heute habe ich als Regisseur*in meine inneren Rollen so arrangiert, dass es mir nachher besser ging!“

Diese Identifikation mit der inneren Regie und die explizite Bezeichnung dieser Rolle kann zu einem gemeinsamen Bezugspunkt für Klient*innen und Therapeut*innen im fortlaufenden Therapieprozess werden. Dadurch ergibt sich die Möglichkeit, auch ohne konkrete Aufstellung, die innere Regie zur Sprache zu bringen, indem ihre Lage durch Fragen wie „wie ging es denn ihrer inneren Regisseurin in diesem Moment?“ reflektiert werden kann. Um diese innere Rolle besser kennen zu lernen, kann der innere Regisseur in der Therapiestunde auch exklusiv auf einen „Besuchersessel“ eingeladen werden, wenn diese grundsätzlich schon aus Aufstellungen bekannt ist. Klient*innen nehmen dann in dieser Rolle auf einem eigens dafür vorgesehenen Sessel Platz und können im Rolleninterview aus der Sicht der inneren Regie über Erfahrungen, Schwierigkeiten aber auch Erfolge berichten.

Die Vorstellung, dass der innere Regisseur auch Arbeitspartner der Therapeut*innen ist, wirkt zunächst vielleicht befremdlich. Was sind Klient*innen, wenn sie nicht mit dieser Rolle identifiziert sind? Grundsätzlich würde ich diese Frage damit beantworten, dass sie immer Klient*innen mit unterschiedlichen Bedürfnissen an Unterstützung und Förderung in der Therapie sind. Das Besondere an der Rolle innerer Regisseur ergibt sich daraus, dass Therapeut*innen erfahren können, wie Klient*innen ihrem inneren Ensemble gegenüberreten. Dabei lässt sich beobachten, welches Maß an Einfühlung und Bereitschaft, Verantwortung dafür zu übernehmen möglich ist. Im günstigsten Fall tauschen sich innere Regisseur*innen und Therapeut*innen mitfühlend über die Lage und die Bedürfnisse des inneren Ensembles aus. Gelingt dies nicht, weil Klient*innen ihr inneres Ensemble als nicht zu sich zugehörig empfinden können und daher auch die Regierolle nicht übernehmen wollen, ist es im Therapieprozess notwendig, durch Nachentwicklung von Verständnis und Mitgefühl, gerade diese Bereitschaft wiederherzustellen. Therapeut*innen müssen hier ihre Hilfs-Ich-Kompetenz einbringen und eventuelle Abwertungen des inneren Ensembles hinterfragen und durch einführendes Doppeln den wohlwollenden Zugang ermöglichen.

Die Ergebnisse dieser Arbeit möchte ich grundsätzlich unter zwei Gesichtspunkten bewerten. Was war im Rahmen des Designs des theorieverschränkten Praxisberichts möglich zu zeigen und was nicht. Ich beginne mit Letzterem.

Da es sich dem Begriff gemäß um einen Bericht über die Praxis handelt, ist das Erbringen von Nachweisen für die Wirksamkeit der Einführung des inneren Regisseurs zur Förderung der Selbst- und Handlungsregulation von Klient*innen nicht möglich gewesen. Dazu wäre ein empirisches Forschungsdesign nötig, was möglicherweise in der Zukunft im Rahmen einer weiterleitenden Forschungsarbeit zur Anwendung kommen könnte.

Was die vorliegende Master-Thesis hingegen leisten kann, ist die anschauliche Darstellung der Anwendung des inneren Ensembles und des inneren Regisseurs. Therapeut*innen, die im Einzelsetting die Aufstellungen von inneren Rollen anwenden und um diese Arrangements erweitern wollen, bekommen anhand der methodischen Einführung ein klares Bild von deren theoretischen Hintergründen. Außerdem steht ihnen der Vorschlag eines Ablaufs dafür zur Verfügung, der mit Fallbeispielen angereichert wird.

Weitere Forschungsfragen könnten sich mit der Intervention des inneren Regisseurs bei bestimmten Krankheits- und Störungsbildern, wie z.B. Suchterkrankungen, befassen.

9 ZUSAMMENFASSUNG

Ziel dieser Arbeit war es, Möglichkeiten zu beschreiben, wie die Selbst- und Handlungsregulation und das Erleben von Selbstwirksamkeit durch das Einführen der expliziten Rolle des inneren Regisseurs bei Aufstellungsarbeiten im psychotherapeutischen Einzelsetting gefördert werden kann. Durch die beschriebenen Fallbeispiele war es möglich, sechs Einsatzmöglichkeiten zu unterscheiden:

1. Das Einnehmen der kreierten Rolle „innerer Regisseur“ im Sinne eines neuen, bewussten Rollenspieles
2. Das Bestimmen einer guten Position dieser Rolle gegenüber dem inneren Ensemble und Verbesserung der auto-telischen Beziehung
3. Die Ermöglichung des Spiegeln durch die Position des inneren Regisseurs im Aufstellungsbild
4. Die regiegeleitete Veränderung der Position der inneren Rollen, um für alle den bestmöglichen Platz zu finden
5. Regiegeleitetes Bestimmen und Nachbesetzen fehlender inneren Rollen

6. Innerer Regisseur als Gegenüber für die Hilfs-Ich-Kompetenzen der Therapeut*innen

Diese Rolle sehe ich als Stellvertreterin für die Regiekompetenz eines Menschen, die sich in der Fähigkeit ausdrückt, innere Rollen wahrzunehmen und deren Zusammenspiel zu regulieren. Beim spielerischen Handeln in dieser Rolle erwärmen sich Klient*innen für den Einsatz dieser Kompetenzen im Umgang mit ihrer inneren Dynamik.

Der innere Regisseur braucht einen guten Regieplatz, um seine Kompetenzen einbringen zu können. Erst von dort aus, kann er Einfühlung und Mitgefühl mit den inneren Rollen entwickeln. Das Finden dieses guten Platzes ist wesentlicher Teil der Arbeit mit diesem Konzept. Vom guten Regieplatz aus ist es leichter, Bewusstsein über die Lage der inneren Rollen in einer bestimmten Szene zu erlangen, was die Möglichkeiten, hilfreich einzugreifen vergrößert. Der innere Regisseur verändert in der Folge die Positionen der inneren Rollen so, dass, gemäß dem soziometrischen Grundgedanken, alle den bestmöglichen Platz bekommen. Wenn im Aufstellungsprozess deutlich wird, dass relevante, innere Rollen fehlen und nachbesetzt werden sollten, ist das eine Aufgabe, die dem inneren Regisseur obliegt und von ihm durchgeführt wird.

Im gesamten Prozess ist der innere Regisseur Arbeitspartner für die Therapeut*innen. Letztere bringen ihm gegenüber ihre Hilfs-Ich-Kompetenzen ein und unterstützen ihn bei seiner Aufgabe, das innere Ensemble wahrzunehmen und dessen gutes Zusammenspiel zu ermöglichen.

Der innere Regisseur ist eine wertvolle Erweiterung des Rollenrepertoires eines Menschen. Unter Berücksichtigung des Strukturniveaus der Klient*innen hat sich der Einsatz des inneren Regisseurs, der wohlwollend und regulierend dem sich aktualisierenden inneren Ensemble gegenübertritt, in meiner Praxis als äußerst hilfreich erwiesen.

10 LITERATURVERZEICHNIS

- Erlacher-Farkas, B., Jorda, C. (Hg.) (1996). *Monodrama. Heilende Begegnung. Vom Psychodrama zur Einzeltherapie*. Wien, New York: Springer
- Fürst, J., Ottomeyer, K., Pruckner, H. (Hg.) (2004). *Psychodrama-Therapie. Ein Handbuch*. Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG
- Hintermeier, S. (2016). *Psychodrama-Psychotherapie bei Persönlichkeitsstörungen*. Wien: Facultas Verlags- und Buchhandels AG
- Hintermeier, S. (2019). *Strukturbezogene Aufstellungsarbeit. Möglichkeiten und Grenzen der Aufstellungsarbeit bei Menschen mit strukturellen Störungen*. In Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie, 02/2019, Seite 25-38. Wiesbaden: Springer
- Hutter, C., Schwehm, H. (2012). *J. L. Morenos Werk in Schlüsselbegriffen*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften
- Jaspers, K. (1996). *Einführung in die Philosophie*. München: Piper Taschenbuch Verlag
- Kern, S., Hintermeier, S. (Hg.) (2018). *Psychodrama-Psychotherapie im Einzelsetting*. Wien: facultas Universitätsverlag
- Krüger, R. (2005). *Szenenaufbau und Aufstellungsarbeit, Praxis und Theorie, Variationen und Indikationen im Gruppensetting und in der Einzelarbeit*. In Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie, 02/2005, Seite 249-274. Wiesbaden: Springer
- Krüger, R. (2015). *Störungsspezifische Psychodramatherapie. Theorie und Praxis*. Göttingen / Bristol, CT, USA: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Vandenhoeck & Ruprecht LLC

- Leutz, G. (2013). *Vom Sinn des Doppelns*. In Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie, Themenheft „Doppeln“. 02/2013, Seite 305-317. Wiesbaden: Springer
- Malik, F. (2006). *Führen Leisten Leben. Wirksames Management für eine neue Zeit*. Frankfurt/Main: Campus Verlag GmbH
- Moreno, J.,L. (1993). *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama. Einleitung in die Theorie und Praxis*. Stuttgart: Georg Thieme Verlag
- Peichl, J. (2007). *Innere Kinder, Täter, Helfer & Co. Ego-States-Therapie des traumatisierten Selbst*. Stuttgart: J. G. Cotta´sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659
- Riepl, R. (2011). *Homo Metrum. Grundlagen der psychodramatischen Aufstellungsarbeit*. Masterthesis zur Erlangung des akademischen Grades des Master of Science im Universitätslehrgang Psychotherapie (Psychodrama). Wien
- Riepl, R. (2015). *Psychodramatische Organisationsaufstellung*. Unveröffentlichtes Manuskript
- Schacht, M. (2003). *Spontaneität und Begegnung. Zur Persönlichkeitsentwicklung aus der Sicht des Psychodramas*. München: inScenario Verlag und Buchhandlung GmbH
- Schacht, M. (2009). *Das Ziel ist im Weg. Störungsverständnis und Therapieprozess im Psychodrama*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften | GWV Fachverlage GmbH
- Schaller, R. (2017). *Regiegespräch – die zentrale Technik für das Psychodrama im Einzelsetting*. In Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie, 02/2017, Seite 223-233. Wiesbaden: Springer
- Schulz von Thun, F. (2018). *Miteinander reden: 3. Das „innere Team“ und situationsgerechte Kommunikation*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag

- Schwehm, H. (2004). *Wirkfaktoren des Psychodramas bei der Behandlung Abhängigkeitskranker*. In Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie, 02/2004, Seite 133-159. Wiesbaden: Springer
- Stadler, C., Kern, S. (2010). *Psychodrama. Eine Einführung*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften
- Stadler, C. (2017). *Ich bin viele. Psychotherapie mit Ich-Anteilen*. München: Ernst Reinhardt, GmbH & Co. KG, Verlag
- Steidl, M. (2019). *Anwendungen von Intraintermediärobjecten bei Aufstellungen im psychotherapeutischen Monodrama*. In Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie, 02/2019, Seite 81-95. Wiesbaden: Springer
- Sparrer, I. (2002). *Wunder, Lösung und System. Lösungsfokussierte Systemische Strukturaufstellungen für Therapie und Organisationsberatung*. Heidelberg: Carl Auer.
- SySt®, 2020, <https://www.syst.info/de/grundformen-der-systr>
- Petzold, H., Mathias, U. (1982). *Rollenentwicklung und Identität. Von den Anfängen der Rollentheorie zum sozialpsychiatrischen Rollenkonzept Morenos*. Paderborn: Junfermannsche Verlagsbuchhandlung
- Von Ameln, F., Gerstmann, R., Kramer, J. (2004). *Psychodrama*. Berlin Heidelberg: Springer-Verlag
- Von Ameln, F., Kramer, J. (2014). *Psychodrama: Grundlagen*. Berlin, Heidelberg: Springer-Verlag
- Zeitlinger-Hochreiter, K. (1996). *Kompendium der Psychodrama-Therapie. Analyse, Präzisierung und Reformulierung der Aussagen zur psychodramatischen Therapie nach J. L. Moreno*. Köln: inScenario Verlag und Buchhandlung

11 ABBILDUNGSVERZEICHNIS

Abbildung	Seite
Abbildung 1. Vereinfachte Darstellung des Verfahrens Psychodrama	16
Abbildung 2. Erstes Bild von Frau Freitag	20
Abbildung 3. Kreativer Zirkel nach Schacht	27
Abbildung 4. Äußere und innere Bühne	36
Abbildung 5. Rollenmatrix (nach Hintermeier)	47
Abbildung 6. Ablaufdiagramm „inneres Ensemble“	52
Abbildung 7. Interpersonelle Aufstellung	53
Abbildung 8. Intrapersonelle Aufstellung	54
Abbildung 9. Unterschiedliche Räume für den inneren Regisseur	63
Abbildung 10. Inneres Ensemble von Herrn Hofmann	74
Abbildung 11. Inneres Ensemble von Herrn Dominik	79
Abbildung 12. Position der inneren Regisseurin bei Frau Rottinger	83
Abbildung 13. Durch eine neue Rolle angereichertes inneres Ensemble	86