

Hand- Out Workshop 6: Ressourcenstärkung durch (Held*innen-)Figuren aus Geschichten, Märchen & Co.

Mag. Katrin Roseneder, MSc | Psychodrama-Psychotherapeutin

Definitionen:

Das Psychodrama sieht den Menschen als Rollenspieler, er ist gekennzeichnet durch ein bestimmtes Repertoire von Rollen, die sein Verhalten bestimmen.

Rollen haben bestimmte Merkmale. Sie sind:

- Interaktional
- von Situationen, Kontexten abhängig (Raum, Zeit, Realität, Kosmos)
- eine interpersonelle Erfahrung (wechselseitige emotionale und kognitive Prozesse, Tele)
- individuell gestaltet und gesellschaftlich vermittelt
- ganzheitliches Handeln
- Rollen werden verkörpert
- Rollenentwicklung ist lebenslanger Prozess

(vgl. Hochreiter 2004)

Die Rollendynamik bezeichnet das Zusammenspiel verschiedener Rollen.

Die **Szene** gibt den Rahmen und zeigt die Rollenqualitäten und Beziehungsdynamiken auf; die Einheit, die im PD diagnostiziert wird. Eine Rolle steht nicht für sich, sondern wird immer im Kontext eingebettet.

Ziel in der Psychotherapie ist es, das innere Rollenrepertoire anzuschauen, zu aktivieren, nach ressourcenhaften Rollen im Hintergrund zu suchen, usw. => mit dem Ziel, dass das Individuum als Kreator*in ihres eigenen Lebens Selbstwirksamkeit erlebt, sich selbst helfen kann.

Held*innen „stellen sich typischen, existentiellen und universalen Problemen und den Widrigkeiten des Lebens. Bevor sie sich der schweren Aufgaben annehmen, versuchen sich manche, davor zu drücken und in ihrer Konserve weiterzuleben. Die Probleme kommen dann aber immer wieder auf sie zu. Schließlich brechen sie auf, überwinden manchmal unter Schmerzen und Qualen Hindernisse, stellen sich ihren Dämonen, bergen den Schatz und kehren wieder in die normale Welt zurück.“ (Zauner 2017, 34)

Helden aus Mythen und Märchen:

Märchenhelden als menschliche, mikrokosmische Alltagsfiguren vermitteln das Bild, dass es jedem passieren könnte, denn der/ die Held*in bleibt menschlich.

Im Gegensatz dazu sind mythische Held*innen makrokosmische, weltgeschichtliche Figuren mit sehr hohen Ansprüchen.

Held*innen aus Geschichten & modernem TV:

Ähnlich wie Märchenhelden meist „Normalos“, sehr nahe an der Realität;
Geschichtenfiguren (Pippi Langstrumpf, Michel, Geschichten vom Franz, usw.), Sänger*innen (Boysgroups wie Backstreet Boys, Justin Bieber, Taylor Swift), Youtuber*innen, Influencer*innen => immer im Strom der Zeit, welche Medien derzeit angesagt sind; inszenieren sich auch tw. als „Menschen zum Anfassen“, hohe Vorbildwirkung

Avatare in Videogames: Diese werden von den Jugendlichen od. Kindern selbst erschaffen, d.h. sie beinhalten schon viel implizites Wissen darüber, wie sich die Jugendlichen/Kinder ihre Held*innen vorstellen bzw. wie sie selber gerne sein würden, was ihnen wichtig sein könnte. (vergleichbar mit IIOs aus der therapeutischen Arbeit)

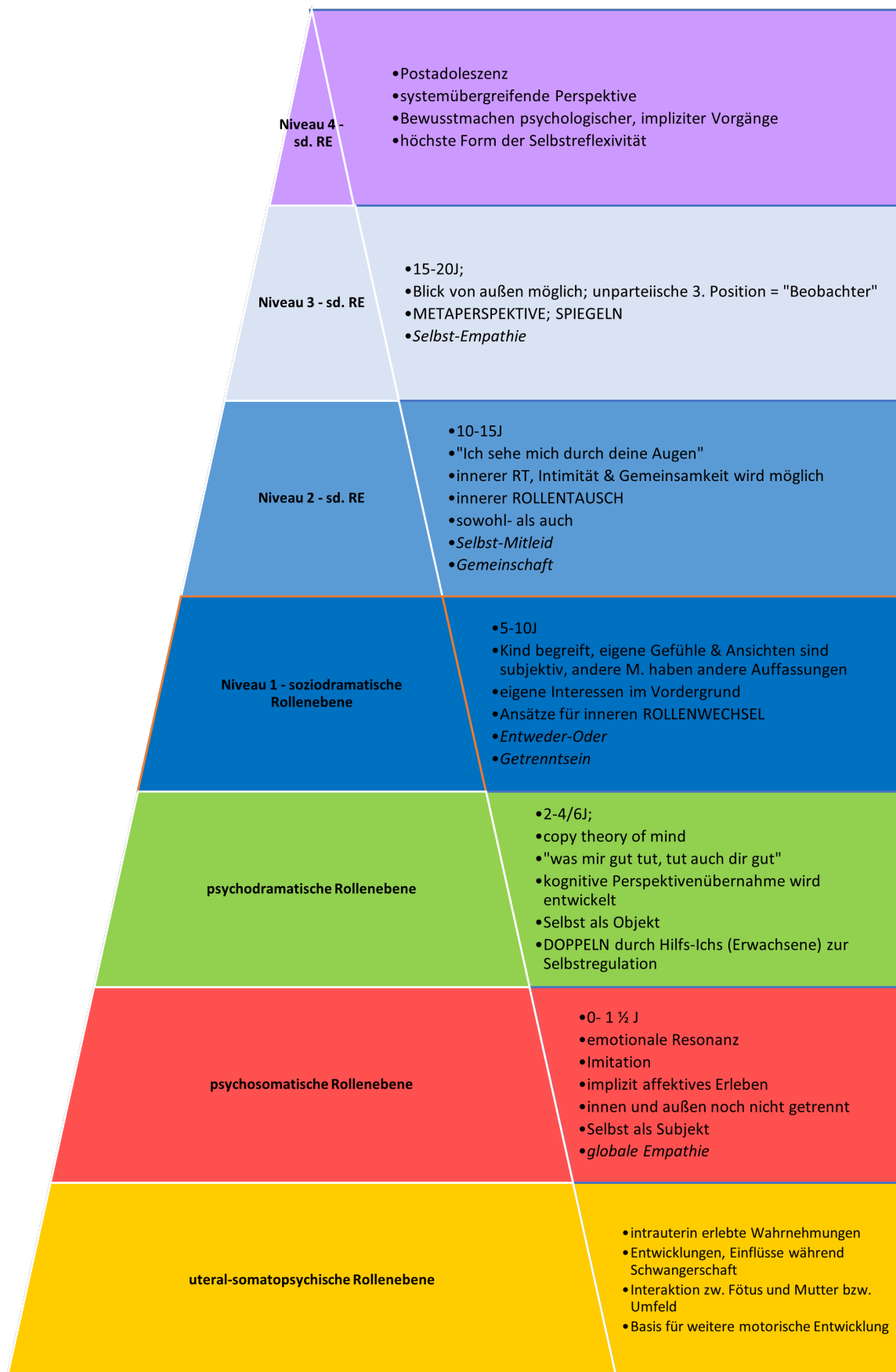
Weitere für die Therapie/ Beratung wichtige Figuren:

Nicht alle Figuren passen in das Schema von Held*innen bzw. Helden, es gibt auch Figuren, die allgemein gesagt wichtig für die innere Entwicklung sind, und die bestimmte Funktionen haben. Sie fungieren z.B. als helfende Kraft im Hintergrund. Auch antagonistische Rollen können bei bestimmten Themen therapeutisch aufgewertet werden
Bsp: Großmutter Weide (Baum) aus Pocahontas, die sieben Zwerge (Schneewittchen), der Jäger aus Rotkäppchen, der böse Wolf, usw.

Kindliche Entwicklung

Warum sind die Erkenntnisse aus Entwicklungspsychologie wichtig für die Arbeit mit IO und IIO & allgemein Figuren?

- ⇒ Erkennen des WIE (in welcher Form wird mit Held*innen gearbeitet?)
- ⇒ WAS wird bevorzugt verwendet (einfache Formen bei niedrigeren Rollenebenen, komplexere Figuren bei höheren Rollenebenen)
- ⇒ Erkennen des „heilsamen Aspekts“ (ich kann nicht etwas verlangen, wenn erst eine untere Ebene angesprochen werden muss)
- ⇒ Vermutung: Je niedriger das Strukturniveau (= Rollenebene), desto mehr wird die Hilfs-Ich- Funktion einer Figur benötigt (Mutter-, Vaterfigur – jemand, der für mich da ist)
- ⇒ je höher, desto mehr Selbstreflexion ist möglich, und desto mehr kommt es zur Selbstidentifikation mit den inneren Rollenanteilen (Held*innen-u.a. Rollen).



1. Überblick über kindliche Entwicklung anhand von Rollenebenen nach Schacht, erweitert durch Biegler-Vitek (Roseneder 2021)

Therapeutischer Nutzen von (Held*innen-)Figuren

Held*innen als Intermediärobjekte (IO) oder Intraintermediärobjekte (IIO):

In der Wahl der eigenen Held*innen-Figur oder Figuren allgemein werden innere Rollenanteile sichtbar.

Definition IO = ein Objekt, das aus dem Angebot der Therapeutin von der Klientin ausgewählt wird und in einer vorwiegend unterstützenden Funktion zw. Klient*in und einer Bezugsperson, einem Gefühl, einem innerpsychischen Anteil, oder Ähnlichem steht. Ein IO ist auch Brücke zw. Th. und Kl., um überhaupt einen Prozess in Gang zu bringen.

Definition IIO: wird von Kl. selbst erschaffen, um den fremden Anteil des Objekts auszuschalten.

Objekte/ Materialien in der Arbeit mit IO / IIO: sind je nach Entwicklungsniveau zu wählen.

- IO: Sammelsurium aus versch. Objekten der/des Th., Handpuppen, Figuren, Plüschtiere, Steine, Muscheln, Holzklötzchen, usw.
- IIO: Aus Harz gießen, Tonfigur erstellen, Zeichnen, in eine Schatztruhe; Selbst Nähen (Plüschfigur); Kratzbild erstellen; Comics zeichnen; Geschichten oder Gedichte schreiben; usw.

Mögliche Bühnen bzw. Medien (WO werden sie sichtbar?)

- Im Raum
- In einer Sandszene in dem Sandkasten
- In einer Geschichte/ Comic/ Erzählung etc.
- In einem Lied
- In Bildern/ Zeichnungen

Die Beschaffenheit der Objekte wird nach dem Strukturniveau (= dem Entwicklungsstand) der jeweiligen Person in der jeweiligen Situation ausgewählt.

Literatur:

Zauner, Christoph (2017): *Selbstgestaltete Heldenfiguren als intraintermediäre bzw. intermediäre Objekte in der psychodramatischen Arbeit mit einem depressiven Jugendlichen im monodramatischen Setting*. Masterthese. Donau-Universität Krems: Graz.

Hochreiter, Karoline (2004): *Rollentheorie nach J.L. Moreno*. In: Fürst/ J., Ottomeyer, K./ Pruckner, H. (Hg.), *Psychodrama-Therapie. Ein Handbuch* (S.128 – 146). Facultas: Wien.

Roseneder, Katrin (2021). *Szenen im Sand*. Masterthese. Donau-Universität Krems: Graz.