

## **Rollenspielseminar 2016**

Ort: Gästehaus der Dominikanerinnen des Kloster Neusatzeck  
Thema: Kränkung  
Referentin: Janine Stark, Suchtbeauftragte des Landkreises Sigmaringen  
Bericht: Rolf Hoppe  
Bilder: Helmut Pawlik

Vom 3.6. bis 5.6.2016 führte der Kreuzbund sein bewährtes Rollenspiel Seminar im Gästehaus der Dominikanerinnen des Kloster Neusatzeck bei Bühl durch.

6 weibliche und 11 männliche Mitglieder der Kreuzbund Erzdiözese Freiburg stellten sich an diesem Wochenende dem Thema "Kränkung" in Form eines Psychodramas.

Bei Wikipedia [<https://de.wikipedia.org/wiki/Psychodrama>] kann man zum Thema Psychodrama nachlesen:

„Als Mitglied der Gruppe erhält der Protagonist mit deren Erlaubnis die Möglichkeit, seine eigene Thematik oder diejenige der Gruppe mit der Unterstützung des Spielleiters und ausgewählten Hilfs-Ichs zu bearbeiten. Die Zuschauer lassen sich vom Spiel des Protagonisten berühren, greifen mit Unterstützung des Spielleiters ein und geben zu guter Letzt wie alle anderen Mitspieler eine empathische und, wo notwendig, kritische Rückmeldung. Allerdings kann es auch bei nicht oder kaum ins Spiel integrierten Zuschauern zu einer heilsamen Erschütterung, einer Katharsis, kommen.“

„Ziel des Psychodramas ist die Aktivierung und Integration von Spontanität und Kreativität. Konstruktives spontanes Handeln ist zustande gekommen, wenn der Protagonist für eine neue oder bereits bekannte Situation eine neue und angemessene Reaktion findet „ (Moreno, 1959, S. 34).

Eine gute Beschreibung, was uns an diesem Wochenende von unserer Kursleiterin Janine geboten wurde. Dieses Ergebnis habe ich dann auch mit nach Hause genommen und noch einige Zeit später darüber nachgedacht.

### **Freitag Abend**

Am Freitag Abend stellten sich alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen nach verschiedenen Kriterien (Vorname, Suchtmittel, Abstinenzdauer, Entscheidung von außen oder selber) im Raum auf und reflektierten dadurch ihre Position im Raum.

### **Samstag Vormittag**

Am Samstag definierten die Teilnehmer und Teilnehmerinnen zunächst ihre persönlichen Stärken, und stellten die Bedeutung dieser persönlichen Kraft durch Auswahl eines Stofftieres und einer Farbe symbolisch dar. Es waren somit Kräfte wie Harmonie, Geduld, Energie Gelassenheit, Hilfsbereitschaft, Selbstbewusstsein Lebensmut oder Stärke im Raum versammelt, welche in den folgenden Rollenspielen zur Konfliktlösung genutzt werden konnten.



Eine Teilnehmerin wurde ausgewählt, um eine kränkende, sie persönlich sehr belastende Situation aus ihrem (Sucht-)Leben im Rollenspiel aufzuarbeiten.

Die Rollen ihrer Bezugspersonen wurden von anderen Gruppenmitgliedern gespielt und von der Teilnehmerin im Raum positioniert. Die räumliche Nähe sollte die persönliche Nähe der entsprechenden Bezugsperson widerspiegeln.

Die Teilnehmerin wurde dann mit den Positionen ihrer Bezugspersonen konfrontiert, welche sehr lebhaft von den Gruppenmitgliedern gespielt wurden. Kränkung und Vertrauensverlust wichtiger Bezugspersonen konnten allen Gruppenteilnehmern so bewusst gemacht werden

### **Samstag Nachmittag**

Am Samstag Nachmittag wählten dann alle Teilnehmer eine Kraft, welche sie gerne hätten. Es zeigte sich, dass einige wünschenswerte Kräfte unbesetzt blieben, andere wie Geduld oder Selbstbewusstsein waren dagegen mehrfach vorhanden.

Diese im Raum vorhandenen Kräfte konnten drei ausgewählte Teilnehmer dann nutzen, um die gewünschte Eigenschaft *Selbstsicherheit* zu erwerben. Alle 3 Teilnehmer handelten aus verschiedenen Blickwinkeln. Jede Person hat ihre eigene Sicht. Wie schön, dass wir Menschen alle so verschieden sind.

Dazu wählten die Protagonisten aus dem Pool verfügbarer Kräfte solche aus, die sie brauchten, um ihre gewünschte Eigenschaft zu erreichen. Diese verfügbaren Kräfte wurden dann auf einer Bühne im Raum positioniert und spielten den Einfluss Ihrer Kraft auf das Geschehen auf der Bühne des Lebens und das persönliche Empfinden des Protagonisten als Rolle.



Eine wichtige Erkenntnis ergab sich aus diesem Rollenspiel:  
Wenn eine Kraft nicht vorhanden ist oder eine unerwünschte Kraft dazu kommt, kommt die *Harmonie* ins Wanken und das ganze bleibt ohne Wirkung.  
So wurde der *Zweifel* mehrfach fortgeschickt, kann aber doch immer wieder. Dann kam aber die *Hoffnung* dazu. Dringend benötigt wurde auch die *Luft* zum Leben. Die *Sicherheit* wurde benötigt, um eine persönliche *Unsicherheit* zu überwinden, in das Geschehen zurück zu kehren und wieder gestalten zu können.

### **Sonntag Morgen**

Am Sonntag Morgen konnte alle Teilnehmer dann in einem Zauberladen gewünschte Eigenschaften erwerben. Schön an diesem Zauberladen war, dass wir mit Eigenschaften bezahlen konnten, welche wir nicht mehr haben wollten.

*Energie, Achtsamkeit, Zufriedenheit* und *Selbstwertgefühl* konnten erworben und mit *Ängsten, Selbstzweifel* und *Gleichgültigkeit* bezahlt werden. Janine, die Verkäuferin neuer Kräfte, wies öfters darauf hin, dass diese neu erworbenen Dinge mit *Achtsamkeit* zu behandeln sind, weil sie sonst schnell wieder verloren gehen können.



### **Freizeit**

Zur Entspannung von diesen zeitweise doch sehr anstrengenden und bewegenden Momenten trafen wir uns dann abends im Eiscafe "La Fenice" in Bühlertal. Der türkischstämmige Besitzer servierte seinen deutschen Gästen italienische Klassiker wie Eiskaffee, Amarena Becher, Spaghetti Eis und Espresso. Am Samstag Abend waren sogar wirklich alle 17 Gruppenteilnehmer im Eiscafe versammelt, was wohl ein Novum war, wie Janine mir sagte.



Wie schön, dass es im Klosterbereich eine überdachte Laube und einen überdachten Hinterhof gab, wo bei zeitweise scheußlichem Wetter der Suchtersatzstoffe Nikotin und Koffein gefrönt werden konnte. Als sehr vorteilhaft erwies sich auch die Existenz eines Wasserkochers, frei zugänglicher Kaffeetassen und mitgebrachter löslicher Kaffee.

Eine interessante Erfahrung am Rande war auch die Parallelveranstaltung "Schweige Seminar". Deren Teilnehmer am Samstag Mittag wirklich schweigend am Tisch saßen. Nach anfänglicher irritierter Befangenheit setzte sich dann im Laufe der Zeit doch wieder eine lebhaftige Diskussion unsererseits durch.

### **Mein Fazit**

Insgesamt empfand ich das Seminar als gelungen und lehrreich, mit einer engagierten und kompetenten Kursleiterin in einer ansprechenden Umgebung und sehr freundlichen Gastgebern. Wünschenswert wäre die Teilnahme auch aus anderen Ortsgruppen gewesen. Leider waren fast alle (bis auf 3) Teilnehmer aus Karlsruhe und Umgebung.

Rolf Hoppe