

Kersti Weiß

Auf neuen Wegen Irritationen als Anstöße für Spontaneität und Kreativität Perspektiven aus der Sicht des Psychodramas

Wenn Menschen in die Supervision, in die Beratung kommen, ist der Anlass in der Regel irgendetwas, das sie beunruhigt, irritiert oder verärgert – etwas, das sie nicht verstehen oder akzeptieren und bei dem ihre in der Regel vorhandenen Fähigkeiten, in ungewohnten Situationen passend zu agieren, eingeschränkt sind. Mit den Worten der Psychodramatheorie ausgedrückt: Spontaneität und Kreativität sind in irgendeiner Weise blockiert. Diese wieder zu entdecken oder neu zu entwickeln ist im Konzept des Psychodramas und in den entsprechenden Supervisionskonzepten der Königsweg zu neuem Verstehen und zur Entwicklung angemessener Handlungsoptionen. Dazu an dieser Stelle zwei kurze Exkurse:

EXKURS 1: PSYCHODRAMATHEORIE ZU SPONTANEITÄT UND KREATIVITÄT

Nach Moreno ist „Kreativität die ‚Ursubstanz‘ (Moreno, 1991, 20), die allen schöpferischen Prozessen im Universum“ zugrunde liegt (von Ameln/ Gerstmann/ Kramer 2009, 208). Zudem ist Spontaneität in jedem Menschen angelegt. Sie ist der Ausgangspunkt und „Starter“ für Kreativität und damit zur Gestaltung des Lebens – wie

Anders als in der systemischen Theorie, Beratung und Therapie gibt es in der Psychodramatheorie das Konzept der bewussten Irritation nicht, allerdings in der Praxis des Lebens; und damit beschäftigen sich Psycho- und Soziodrama sehr wohl – sowohl in der Theorie als auch in der Praxis: in der Auseinandersetzung mit Arbeit und Organisationen, mit dem sozialen Leben, der Politik, der Begegnung von Menschen eigener und fremder Kulturen und Welten sowie im Kontakt mit den irritierenden eigenen inneren Anteilen. So beschäftigt sich dieser Artikel mit dem Umgang mit Irritationen von Ratsuchenden und der Irritation psychodramatischer Praxis und ihrer theoretischen Grundlegung.

der „kreative Zirkel“ verdeutlicht (siehe hierzu Abb.1, Seite 25)

Eine ungewohnte Situation, so auch eine Irritation, löst eine Spannung und spontane Impulse aus; das führt zur Erwärmung für eine Ausgangslage, in der Kreativität möglich ist, um zur Situation passende, veränderte Handlungs- und Gestaltungsweisen zu entwickeln und diese schließlich als neue, selbstverständliche Reaktionsweisen zu konservieren. Im kulturellen Kontext stehen dann solche Wahrnehmungs- und Verhaltensweisen, die allgemein akzeptiert sind – kulturelle Konserve genannt –, zur Verfügung.

Der Rückgriff auf Gewohntes, allgemein oder auch im eigenen Wertesystem Akzeptiertes wird häufig so lange als passend und erleichternd erlebt, bis es einen Impuls, eine Verwirrung, eine innere oder äußere Aufforderung zur Neuorientierung gibt, die mit Phasen der Unsicherheit und Orientierungslosigkeit einhergehen können.

Der Wunsch nach Sicherheit und Gewohntem ist zutiefst menschlich, aber das Interesse an Unbekanntem und die Neugier ebenso. So ist die Auseinandersetzung mit dem Unverstandenen, Ungewohnten auch in den Supervisionen eine Herausforderung, die zu Kreativität und so zu neuen Lösungen führen kann. Allerdings sind sie umso heilsamer wirksam, als die Menschen sich im Kontakt akzeptiert und gehalten fühlen.

EXKURS 2: EINE ANNÄHERUNG – DER BLICK AUS EINEM ANDEREN LAND

Reisen bietet die Chance, sich neuen Situationen auszusetzen, die einen veränderten Blick auf die eigene Alltagswirklichkeit ermöglichen. Erfolgt die Reise in Regionen außerhalb Europas und nicht nur in touristisch erschlossene Gegenden, so sind Verunsicherungen unvermeidlich. Zur Orientierung dient uns dann in der

Kersti Weiß

Dipl.-Psychologin, Supervisorin (DGSv), psychologische Psychotherapeutin, Psychodramatherapeutin (DAGG); vielfältige, qualifizierende und beratende Tätigkeit für Menschen und Organisationen im Sozial-, Wirtschafts- und Politikbereich; Publikationen zum Thema.
www.kersti-weiss.de



Regel der Vergleich mit dem, was ähnlich dem Gewohnten ist bzw. was ganz anders, unverständlich, befremdlich, verwirrend wirkt. Einen bewussten oder auch nur gefühlten Maßstab der eigenen Werte, Kultur, Gewohnheiten, des Eigenen zu haben gibt Sicherheit. Sich Irritationen auszusetzen und diese auszuhalten – auch in und mit Aktionen selbst zu irritieren – ist Teil interkultureller Begegnungen und ein gutes Training für vielfältige Situationen des Lebens, auch für nicht psychodramatisch geübte Menschen. Die Schritte zur Handlungsfähigkeit laufen natürlicherweise ab: Überraschung, evtl. Angst, Orientierung, Wahrnehmung der Verschiedenheit, das Aushalten von Verwirrung, der Abgleich mit bekannten, Sicherheit gebenden und die Suche nach aktuellen, passenden Handlungsweisen, das ist die innewohnende Kraft von Kreativität und Entwicklung.

Meine Reisen nach Kuba sind Teil der Orientierungssuche nach einer langen Periode, die vor allem von Arbeit bestimmt war. Mein Training in Spontanei-

tät und Kreativität während dieser Lebensphase – das auch durch die Verwendung von Psychodrama in Supervision, Beratung und Ausbildung und durch die psychodramatische Praxis in Alltagsbegegnungen erfolgt – gestaltet sich für mich als Glück, weil es Entscheidungen leichter macht und die Ängste, die mit Unsicherheiten verbunden sind, auf ein erträgliches Maß beschränken hilft. Das Einstellen auf neue, ganz andere Lebens- und Wahrnehmungsweisen, auf ein anderes Zeitverständnis, auf neue Werte und soziale Dynamiken ist aufregend und verwirrend zugleich. So habe ich mich gefragt: Was ist das Verunsichernde, was orientiert mich und wie stelle ich auch Wahrnehmungsweisen und Werte infrage – und wie komme ich zu neuen, mir und der Situation angemessenen neuen Handlungsweisen? Allerdings erfolgten diese Überlegungen erst im Nachhinein oder nur in den Situationen, in denen die Irritationen so groß waren, dass sie ausführlichere Vorüberlegungen erforderlich machten. Dazu ein Beispiel:

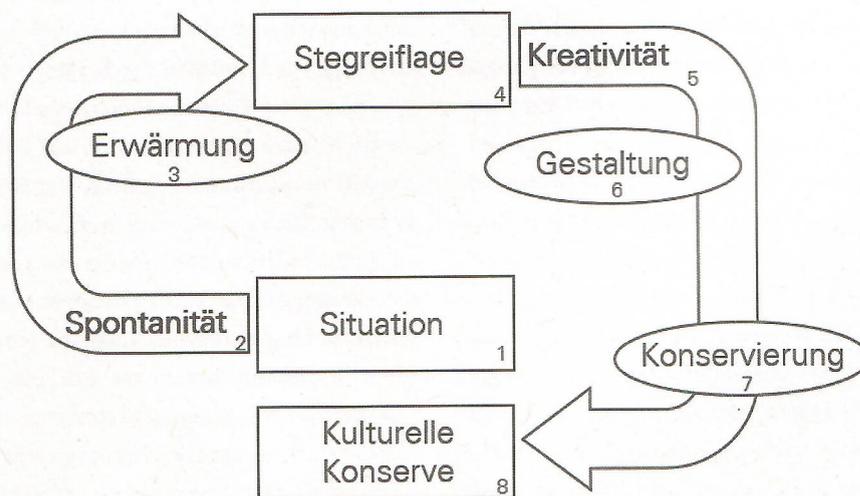


Abb. 1 Kreativer Zirkel

Auf einer Dachterrasse mit Blick aufs Meer an einer entlegenen Küste Kubas zu sitzen und einen Artikel wie diesen zu schreiben ist irritierend. In einem Land, in dem jeder Tag Überraschungen bereithält – nicht nur für „Fremde“, sondern vor allem für die Bewohner selbst –, sind permanent kreative Lösungen gefragt. Dabei spielen soziale Kontakte, Vertrauen und Misstrauen eine wesentliche Rolle. Ohne sie ist der Alltag hier gar nicht zu bewältigen. Und das Leben ist eher praktisch als theoretisch; doch ist es das in Europa nicht auch? Wir aber versuchen das, was wir nicht verstehen, in Theorien zu fassen, zu strukturieren, um das Verwirrende, Unverständliche zu begreifen. Und doch ist all dies jeweils nur ein Abbild und nicht die Wirklichkeit selbst.

MORENOS ANTWORT AUF DAS ERFORDERLICHE

So hat Moreno das Psychodrama und die Soziometrie auch aus praktischen Situationen heraus entwickelt, die Neues erforderten. Er hat dabei aus verschiedenen Quellen geschöpft: aus dem Theater, der sozialen Inter-

»Wenn eine andere Sichtweise eingenommen wird und das Problem in einen Gesamtzusammenhang gestellt wird, stellen sich meist Reaktionen zwischen Erleichterung und Verwirrung ein.«

aktion, dem Kinderspiel, der Psychotherapie usw. Immer war das Ziel, Lösungen für konkrete Situationen zu finden und das, was schwierig ist, einfacher zu gestalten. Er war dabei ein Erfinder, ein kreativer Geist. Die Erfahrungen hat er von Zeit zu Zeit systematisiert und daraus verallgemeinernde, theoretische Überlegungen und Konzepte entwickelt. In einem Artikel hatte ich das wie folgt beschrieben:

„Der Nutzen dieses Ansatzes erklärt sich aus den Hintergründen von Morenos Erkenntnisinteresse und Theoriebildung. Er ist geprägt von der Zeit politischer und sozialer Umbrüche, seiner spirituellen und philosophischen Herkunft, seinen vielfältigen Berufsrollen und Praxiserfahrungen in sehr differenten Lebenswelten. Ähnlich wie in den Ursprüngen der Theoriebildung der Psychoanalyse geht es ihm um eine umfassende Wahrnehmung des Menschen in seinen sozialen, gesellschaftlichen, kulturellen Kontexten. Es entspricht seinem Ver-

such und Wunsch, den Menschen in seinen persönlichen, psychischen, sozialen und universellen Handlungsweisen zu verstehen und mit ihnen als Forschungs-subjekten Möglichkeiten von kreativer Lebensbewältigung zu schaffen.

Dabei entwickelte Moreno sein Instrumentarium in der Begegnung mit Menschen im Einzelnen und in ihren sozialen, institutionellen Kontexten.

Sein Ziel war es, immer aufs Neue, mit den Beteiligten durch das Erkennen und Bearbeiten von geronnenen oder aktuellen Konfliktkonstellationen Spontaneität und Kreativität zu entwickeln, um so aufgabenadäquate Veränderungen von Beziehungs- und Verhaltensmustern zu erreichen und, wo notwendig, strukturelle Veränderungen vorzunehmen.

Im Zusammenwirken von innerer und äußerer Realität, physischer, psychischer und soziodramatischer Rollen werden Konstellationen systemisch betrachtet.

In der Supervision lässt sich damit auch an den Werten und seiner grundlegenden Haltung gegenüber den Menschen in Organisationen anknüpfen, die immer als Handelnde und nicht als zu Behandelnde zu begreifen sind“ (Weiß 2007).¹

Im Folgenden werden zwei Richtungen des Verstehens und Vorgehens in der Supervision vor dem Hintergrund eines Psychodramatischen Supervisionskonzepts beschrieben.

ORIENTIERUNGSSUCHE IN UNÜBERSICHTLICHEN ODER VERUNSICHERNDEN SITUATIONEN

Ist die Orientierungssuche in unübersichtlichen oder verunsichernden Situationen Anlass zur Supervision, so sind, wie in dem o.g. Artikel ausführlich beschrieben, zunächst das Verstehen und die Verortung der Verunsicherung, des Konflikts, der Frage wichtig (siehe hierzu Abb. 2: *Wirkfaktoren in der Supervision*, Seite 27).

Oft haben Supervisandinnen und Supervisanden, besonders in Teams, eine genaue Diagnose parat, wo die Ursachen für Probleme liegen. Häufig sind es Einzelne, an denen es liegen soll, oder es ist „die Leitung“; und die Lösungshoffnung liegt darin, dass sich die entsprechenden Personen ändern. Wenn eine andere Sichtweise eingenommen wird und das Problem in einen Gesamtzusammenhang gestellt wird, stellen sich meist Reaktionen zwischen Erleichterung und Verwirrung ein. Die gemeinsame Diagnose vor dem Hintergrund der komplexen Zusammenhänge ermöglicht zunächst eine

¹ Das gesamte Konzept psychodramatischer Supervision ist in angegebener Zeitschrift nachzulesen.

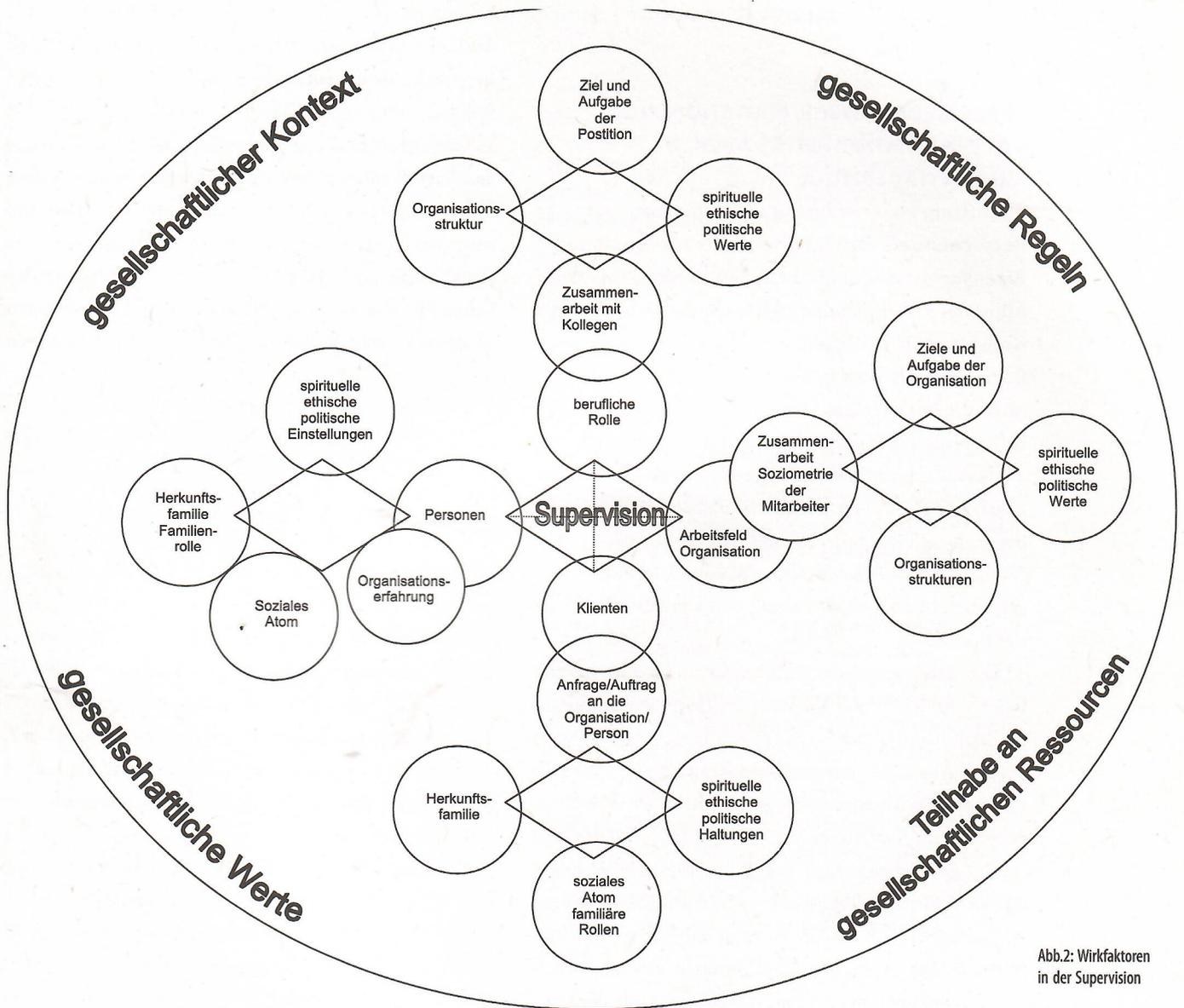


Abb.2: Wirkfaktoren in der Supervision

Verortung der Fragestellung. Werden diese Zusammenhänge mit Symbolen auf einem Tisch aufgebaut, besteht zudem für Supervisandinnen und Supervisanden einerseits sowie Supervisoren und Supervisorinnen andererseits die Möglichkeit, sich im echten Sinne *gemeinsam* einen Überblick zu verschaffen. Wird die Möglichkeit genutzt, die Supervisandin_den Supervisanden in die Rolle des Supervisors_der Supervisorin zu bitten, dann eröffnet der Blick „von oben“ eine neue Perspektive und ermöglicht Handlungsimpulse (Spontaneität) und Kreativität, um zur Aufgabe passende Haltungen und Aktionen zu entdecken. Symbole können verschoben, verändert positioniert und die Wirkung aufs Ganze ausprobiert werden.

Hier wird durch die spielerische Rollenübernahme als eigener Supervisor_eigene Supervisorin ein weiteres

Prinzip des Psychodramas deutlich: „die Begegnung“. Moreno lag daran, – ob mit Kunden oder Patienten – die Arbeit als gleichberechtigt, auf Augenhöhe zu gestalten, möglichst ohne Fassaden: eine Herausforderung besonders an die Professionellen, da doch im Allgemeinen eine professionelle Haltung auch mit dem Verbergen der eigenen Person verbunden wird.

Die gesamte Theorie des Psychodramas mit ihren Methoden und Techniken lässt sich an dieser Stelle nicht darstellen. Es soll hier aber zumindest anhand von Beispielen zur Rollenerweiterung und zum Rollentraining, zum Perspektivenwechsel und zur „Surplusreality“ einzelne Vorgehensweisen exemplarisch aufgezeigt werden: der Rollentausch, der „Zauberladen“, das Stegreifspiel usw. – sie gehören zu den weiteren Elementen und Formen, mit deren Hilfe Situationen jeweils ver-

standen und Spontaneität und Kreativität gefördert werden können.

VERSCHIEDENE WEGE, IRRITATIONEN ZU STIFTEN – SPONTANEITÄT WECKEN KREATIVITÄT ERMÖGLICHEN

Anstiftung zu einer bisher nicht im Repertoire der Ratsuchenden vorhandenen Rollenübernahme

Eine Supervisandin in Leitungsfunktion hat große Mühe, als Person sichtbar zu werden und sich mit ihren Kompetenzen zu zeigen. Sie beschreibt, wie sie von ihren Eltern als Vorzeigekind präsentiert wurde und das nicht genießen konnte, sondern sich vielmehr geschämt habe. Nach einem längeren Gespräch bitte ich sie als „Ballerina“ auf die Bühne – zunächst ohne „Publikum“. Überrascht und erst zögerlich, dann immer mutiger dreht sie sich im „Spiegel“ und tritt schließlich vor den „Vorhang“, um sich der „Öffentlichkeit“ strahlend und mit allem, was sie hat, zu zeigen. Lachend verlässt sie die Bühne. *

Die Integration der Erfahrung in ihre berufliche Rolle entwickeln wir zunächst im Gespräch und dann noch einmal in einer Szene. Später berichtet die Supervisandin, wie sie sich in ihrem beruflichen Alltag in einer großen Veranstaltung getraut hat, fast wie selbstverständlich aufzutreten und ihre Rolle als Chefin und Verantwortliche deutlich wahrzunehmen. Gewundert hat sie sich noch über die positiven Reaktionen ihrer Mitarbeiterinnen. Bis dies zu einer selbstverständlichen Verhaltensweise werden kann, braucht es sicher noch mehrere solcher positiven Erfahrungen, um diese zu einer sicheren „Rollenkonserve“ zu integrieren, die ihr in den unterschiedlichsten Situationen zur Verfügung steht.

Die Perspektive wechseln

Eine Supervisandin mit starken Werten und hohen Ansprüchen an sich selbst, die in vielfältigen Bereichen hochengagiert, kompetent, professionell und kraftvoll ihre Arbeit tut und sich mit ihrer ganzen Person zur Verfügung stellt, kommt nach der Sommerpause geknickt und deprimiert in die Supervisionsstunde.

Obwohl sie einen sehr schönen Urlaub verbracht hat, fehlen ihr jetzt der gewohnte Antrieb, der Schwung und das ihr so eigene Engagement aus vollem Herzen. So geht sie z. B. völlig unvorbereitet in eine Ausbildungssituation, um eine kurzfristig erkrankte Kollegin zu vertreten. Dass ihr die Situation trotzdem

gelingt, nimmt sie fast deprimiert zur Kenntnis. Sie hat das Gefühl, etwas ihr Wichtiges verloren zu haben, und fragt sich, wie es weitergehen und wie sie jetzt arbeiten soll.

Gut erholt und zugleich irritiert über den Zustand der Supervisandin gehe ich zunächst nicht auf ihre Trauer ein, sondern suche mit ihr „gute Orte“ als Sicherung, um auch Schwieriges bearbeiten zu können. So frage ich sie nach guten Erfahrungen in der Sommerpause, für die ich sie im Raum einen Ort bestimmen lasse – eine lange Wanderung und eine Bank, auf der sie

»Raum und Zeit sind auf der psychodramatischen Bühne veränderbar, um Vergangenes zu reinszenieren, um Aktuelles darzustellen und ebenso, um Zukunft lebendig werden zu lassen.

sich in der Sonne ausstreckt und spontan den Moment genießt, sich spürt und darüber wundert, dass ihr das gelingt. Die Szene spielt sie erneut in meinem Praxisraum, ausgestreckt auf meinem Sofa. Sie fühlt sich mit sich, der Welt und dem Universum verbunden und gut aufgehoben: eine neue Erfahrung, die in ihr wieder lebendig wird.

Zurückgekehrt in das Hier und Jetzt der Besprechungssituation frage ich sie, ob sie eine von mir gespielte Rückmeldung zu ihren Schwierigkeiten sehen möchte.

Sie nickt erstaunt und freut sich, dass sie nicht selbst arbeiten muss.

Ich baue rund um einen Stuhl (sie) alle ihre Kompetenzen auf; damit knüpfe ich an die Stunde vor den Ferien an, in der es genau um dieses von ihr erarbeitete Thema ging. Die Supervisandin erinnert sich, und spontan ergänzt sie meine Inszenierung um all ihre „Werkzeuge“, die sie besitzt, und um ihre langjährigen Berufserfahrungen. Gemeinsam erinnern wir uns. Schließlich bitte ich sie auf den Stuhl in der Mitte, und sie schaut von hier auf die Szene der Liegenden in der Sonne, die im Hier und Jetzt sich spürt: Der Funke springt sichtbar über, und sie erlebt, dass sie sich mit all ihren Erfahrungen und Kompetenzen trauen kann, im Hier und Jetzt einer Gruppe zu agieren, und dass sie mit Herz und allen Sinnen wach da sein kann, ohne sich so fürchterlich anzustrengen. Lachend und erleichtert verlässt sie die Stunde.²

2
Weitere Beispiele aus Supervision und Organisationsentwicklung finden sie in Bosselmann, R./Weiß, K. (2003).

Die Zukunft erproben

Raum und Zeit sind auf der psychodramatischen Bühne veränderbar, um Vergangenes zu reinszenieren, um Aktuelles darzustellen und ebenso, um Zukunft lebendig werden zu lassen. Supervisandinnen und Supervisanden spielend in die Zukunft zu versetzen überrascht sie. Es ermöglicht ihnen, Möglichkeiten an sich zu entdecken, die sie bisher nicht von sich erahnt haben. Sie stellen fest, dass ihnen etwas einfällt, das sie bisher so noch gar nicht bewusst gedacht und gefühlt haben. Die Fantasien sind sehr real, ob es die berufliche oder persönliche Perspektive ist oder es um die Ideen für das kommende Jahr geht. Das, was „gespielt“ wurde, erfüllt sich in der Regel in der Realität, wie sich im Nachhinein, bei späteren Begegnungen vielfach herausstellt.

Sie bietet u. a. eine Möglichkeit, die von vielen Mitarbeitenden so quälend erlebten Zielsetzungen in der Arbeit auf eine menschenfreundliche Art zu entwickeln. Beschreiben Mitarbeitende aus einer gespielten Zukunftsszene heraus das, was ihnen im letzten Jahr in der Arbeit gut gelungen ist, so sind die Einfälle in aller Regel herausfordernd, erreichbar und sehr konkret: drei Kriterien, die in den Zielbeschreibungen gefordert werden. Zudem entsteht eine gemeinsame Motivation, „es“ gelingen zu lassen.³

ZUM GUTEN SCHLUSS:

Wer nicht überzeugen kann, sollte zumindest Verwirrung stiften (anonym)

Das ist eine Strategie, die in scheinbar oder wirklich aussichtslosen Situationen Sinn hat. Verhaltensweisen oder gesamte Aktionen zu unternehmen, die andere in die Situation bringen, ihre Spontaneität zu starten und Kreativität zu entwickeln, ist heute – so denke ich – auch in Supervisionsprozessen eine Überlegung wert, um so manchem organisationalen Wahnsinn nicht tatlos ausgeliefert zu sein.

Die eigenen Werte – wie Menschenfreundlichkeit, Ressourcenschonung und Achtung vor dem/ den anderen – nicht zu verlieren ist dabei Aufgabe von Supervisorinnen und Supervisoren wie von Supervisandinnen und Supervisanden gleichermaßen. 🌸

„Es sprießen aus der Gesellschaft nur dann wertvolle Leistungen hervor, wenn sie genügend gelockert ist, um dem Einzelnen die freie Gestaltung seiner Fähigkeiten zu ermöglichen.“

Albert Einstein

LITERATUR:

- Ameln, Falko von/Gerstmann, Ruth/Kramer, Joseph (2005): Psychodrama. Heidelberg: Springer Medizin.
- Bosselmann, R./Weiß, K. (2003): Auf die Perspektive kommt es an: Rollentausch und Rollenwechsel in der Organisationsentwicklung. In: Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie 1/2003. Wiesbaden: V. S. Verlag.
- Hutter, Ch. (2000): Psychodrama als experimentelle Theologie. Münster, Hamburg, London: LIT.
- Weiß, K. (2011): Gut vernetzt oder aus dem Netz gefallen? Soziodramatische Netzwerkanalyse: ein Instrument des sozialökonomischen Verstehens und Bearbeitens in Supervision und Organisationsberatung. In: Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie 1/2011. Wiesbaden: V. S. Verlag.
- Weiß, K. (2008): Zukunftsprobe. In: Neumann-Wirsig, N. (Hg.): Supervisionstools. Bonn: Managerseminare.
- Weiß, K. (2007): Über-Blicke (zurück)gewinnen. Wirkfaktoren in der Supervision. In: Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie. Wiesbaden: V. S. Verlag, S. 185–200.

³ Eine ausführliche Beschreibung der Methode „Zukunftsprobe“, ihres Einsatzes und ihrer Wirkung findet sich in dem von H. Neumann-Wirsig herausgegebenen Band „Supervisionstools“ (2008, S. 295–299).

supervision

MENSCH ARBEIT ORGANISATION



IRRITATION

**Günther
Gettinger**

Jede Irritation
kann zum
Anlass von
Erkenntnis
werden?!

Torsten Groth

Wer ist Hase
und wer ist
Igel? – Irritation
systemtheore-
tisch reflektiert

**Christine
Kirchhoff**

Irritierende
Erkenntnis –
Zum Stellen-
wert der
Irritation in der
Psychoanalyse

Kersti Weiß

Auf neuen
Wegen –
Irritationen als
Anstöße für
Spontaneität
und Kreativität.
Perspektiven
aus der Sicht
des Psychodra-
mas

**Susanne
Ehmer**

Plädoyer für
eine wechsel-
seitige be-
wusste Irrita-
tion – Beraterin
irritiert Kunden
irritiert Berater

**Reinhard
Tötschinger**

Aus dem
Konzept
gebracht.
Improvisation
als Irritation
im Kontext von
Organisationen.
Ein Versuch.

Guido Czeija
Irritation in
der Physik:
die Störung

**Maria
Spindler**

Sie landen im
Vakuum.
Bitte im Hier
und Jetzt
einchecken.
Fünf Irritations-
phänomene
der gruppen-
dynamischen
Trainings-
gruppe

Jochen Klein

Astronauten
stinken nicht.
Irritation in
der Werbung –
und was sie
bewirkt.

Helga Stattler

Kunst irritiert
– und wirkt.
Die Künst-
lerische Inter-
vention als
Irritation –
Erfahrungs-
beispiele

**Katharina
Witte**

Das Salz in
der Suppe.
Irritationen
einer
Supervisorin
als Schlüssel
zum Verstehen

DIE ZEITSCHRIFT FÜR BERATERINNEN UND BERATER

33. Jahrgang

1²⁰15

4 198222 112505