Anregungen für Inszenierungen zur themennahen Dezentrierung von Alltagsgeschichten

Mein inneres Team ins Spiel bringen

In jeder zwischenmenschlichen Begegnung bin ich mit zwei verschiedenen Teams konfrontiert:
- Das äussere Team besteht aus all den Menschen, mit denen ich in dieser Situation in Kontakt stehe, und weiteren Bezugspersonen. Will ich die Situation verstehen, muss ich dieses System mit seinen aktuellen Wechselwirkungen, seiner Vorgeschichte und dem Geflecht von Zielen und Anliegen seiner Mitglieder erfassen und akzeptieren. Es gilt, den Systemblick einzunehmen, um situationsgerecht zu handeln.
- Das innere Team besteht aus all meinen inneren Stimmen, die meine menschliche Pluralität ausmachen, aus den „mehr als zwei Seelen, die in meiner Brust wohnen", aus den verschiedenen Kräften in mir, die in verschiedenen Richtungen ziehen. Will ich mir selber treu bleiben und meine Identität bewahren, muss ich diese innere Dynamik zulassen und ernst nehmen. Es gilt, in mich selbst hinein zu blicken, um authentisch zuhandeln.

In jeder Situation bin ich gefordert, neu ein Gleichgewicht zu finden zwischen den Rollenenwartungen, die das äussere Team an mich als Mitglied des sozialen Systems richtet, und der Aufstellung meines inneren Teams, die ich mir auf Grund meiner bisherigen Lebensgeschichte angewöhnt habe. Szenisches Spiel als Wirkzeug zur Dezentrierung festgefahrener Teamaufstellungsgewohnheiten kann hier einen wichtigen Beitrag leisten.

Wie eine Theaterregisseurin die Hauptrollen für jedes Stück umsichtig zuweist, ist der gewohnte Einsatz aller Mitglieder meines inneren Teams laufend selbstkritisch zu hinterfragen und allenfalls neu zu organisieren. Im Alltag fällt es oft schwer, eingespielte Aufstellungen zu verändern. Szenisches Spiel bietet dafür einen geschützten Raum, in dem lustvoll neue Rollenverteilungen für mein inneres Team erkundet werden können:
- Wen lasse ich auf der inneren Vorderbühne die Hauptrolle spielen?
- Wer muss auf der Hinterbühne mit Nebenrollen Vorlieb nehmen?
- Wer wird gar auf die Unterbühne verbannt und wirkt von dort hinterhältig mit?
- Wie will und kann ich diese Teammitglieder umgruppieren?
- Was bewirkt das bei mir und im äusseren Team?

(In Anlehnung an: Schulz von Thun F., Miteinander Reden, Band 3. Reinbek/Hamburg, 1998)

Ambivalenzen zum Ausdruck bringen

Sind es zwei Seelen in meiner Brust, die mir das Entscheiden und Handeln schwer machen, lässt sich diese Ambivalenz mit einer Playback-Theater-Form in verschiedenen Varianten spielen:
Drehpair:
Die Spielerinnen stehen Rücken an Rücken. Jede Spielerin vertritt eine Seite. Die Spielerin, die zum Publikum schaut, spricht für ihre Seite, während sich beide Spielerinnen um ihre Achse drehen. Wenn die zweite Spielerin vorne ist, beginnt sie zu sprechen. Dabei beginnt sie ihren Einsatz mit dem letzten Wort (der letzten Wortgruppe) der Partnerin. Faustregel: Gute Argumente für die eigenen Seite bringen, nicht die Gegenseite runtermachen. Es darf auch verrückt und fantastisch sein.

Bewegtes Pair:
Die Spielerinnen stehen hintereinander. Jede drückt ihre Seite mit Gesten, Mimik und Tönen aus (keine Worte!). Beide „kämpfen“ darum, die Gunst des Publikums zu gewinnen und für ihre Sichtweise Recht zu bekommen. Abwechslungsweise agieren, beide nehmen Material vom „Gegner“ in ihr eigenes Spiel auf.

Kopf-Bauch-Pairs
eignen sich für Themen, in denen sich der Zwiespalt zwischen Vernunft und Lust/Gefühl abspielt. „Kopf“ steht hinten und spricht ohne Emotionen vernünftigen Text. „Bauch“ steht davor und spielt (mit Bewegung, Gesten und Mimik, ohne Text) als Kontrast die Bauchseite. Abwechslungsweise agieren, beide nehmen Material vom „Gegner“ in ihr eigenes Spiel auf.

Von der kritische Entscheidungssituation zum erweiterten Handlungsspielraum

Bei dieser Trainingsform liegt der Akzent auf dem spielerischen Explorieren verschiedener Kommunkations- und Handlungsalternativen. Sie umfasst folgende Schritte:
- Eine Geschichte wird bis zu jenem Punkt erzählt, wo die Entscheidung für eine bestimmte Handlungsweise erfolgen muss.
- Einige von der Erzählerin gewählte Gruppenmitglieder spielen je einen Lösungsvorschlag vor. Wer erzählt hat, wählt die bevorzugte Variante aus mit Hinweisen, welche Wahrnehmungen zu diesem Entscheid führten.
- Alle Spielerinnen präsentieren ihre Version der gewählten Lösung. Die Vielfalt der Handlungsmöglichkeiten differenziert sich dadurch nochmals.
- Anschliessend stellt sich die Erzählerin in den Kreis der spielenden Gruppe und im gemeinsamen Chor wird die bevorzugte Handlungsalternative mehrmals erprobt.

Die Rolle des Gegenübers spielen

Die Technik des Rollenwechsels aus dem Psychodrama kann genutzt werden, um sich mit den Wirkungen unseres Handelns in Begegnungen mit andern, als spielerisches Tun-als-ob auseinanderzusetzen.
Nimm den Platz deines Gegenübers ein, sprich und handle in seiner Rolle. Lass dich auf die auftauchenden Überraschungen ein.
Es sind zunächst deine Erwartungen und Bilder, die du zum Ausdruck bringst. Dann aber öffnet sich der Raum für Verständnis und Mitgefühl. Für eine neue Sicht aus anderer Perspektive.
Hier liegt eine Chance, spielerisch neue Begegnungsmöglichkeiten zu wagen.

Nach all diesen spielerischen Inszenierungen ist selbstverständlich eine Reflexion und Ernte im Hinblick auf die Bedeutung dieser Erfahrungen in der alternativen Wirklichkeit des Theaters für den Alltagskontext erforderlich.

© Peter Wanzenried, 2013