

# Die Welt des Psychodramas

## Ein Artikel zum Lesen und Losspielen

von Michael Oracz

Es gibt viele Arten von Spielen auf der Welt, und einige von ihnen bilden eine ziemlich besondere Familie. Der Haushaltsvorstand in dieser Familie ist das Rollenspiel, andere Familienmitglieder sind Brett- und Kartenspiele, Kampfsimulationen, Live-Action-Rollenspiele, Drama und Psychodrama.

Jede dieser Spielarten verfügt über eine ganz eigene Sprache, jede bietet den Teilnehmern andere Dinge, und jedes ist mit einem anderen Bereich des Lebens und der Kultur verbunden: mit Büchern, Briefen, Computern, Reisen, Sport, Theater usw.

Es wäre sicherlich weder fair noch zielführend, diese verschiedenen Sorten von Spielen in eine Rangfolge einzuteilen, von primitiv bis anspruchsvoll. Man könnte jedoch sicherlich ein Schema ihrer Entwicklung zeichnen, eine Art Stammbaum.

Ich muss dabei betonen, dass eine Spielrunde, das aus einem traditionellen Rollenspiel-Hintergrund heraus entstanden ist, nicht notwendigerweise besser oder tiefgründiger ist als eine Runde in einer Kampfsimulation. Ich kenne Spielleiter, die aus einem althergebrachten würfel-orientierten Spielansatz mehr Stimmung, Atmosphäre und Drama herauskitzeln, als es viele andere bei einem erzählerischen Spiel schaffen. Ebenso hat sich manche Rollenspiel-Sitzung den Teilnehmern sicherlich stärker eingeprägt als es ein Buch oder Theaterstück jemals könnte.

### Psychodrama

Auf dem **Polcon** im Jahr 1997 präsentierten drei meiner Freunde – Rafal „Alienas“ Kaczmarczyk, Robert „Ganelon“ Szawiarz und Miroslaw Meyer – verschiedene Arten von Spielen, darunter auch solche, die wir „Psychodrama“ nannten.

Es gab einige Diskussionen über dieses Wort; bezog sich unser Spiel vielleicht auf Paul Anderson und seinen Roman *Psychodrama*? Oder ging es im Gegenteil um eine Art Psychotherapie?

Tatsächlich bezieht sich die Bezeichnung „Psychodrama“ auf zwei verschiedene Dinge, von daher ist das Missverständnis sicher nachvollziehbar.

Zum einen bezeichnet der Begriff eine Technik, die von geschulten Spezialisten im Rahmen einer therapeutischen Sitzung angewandt wird; darum soll es an dieser Stelle nicht gehen.

In diesem Artikel möchte ich hingegen die Idee eines Psychodramas beschreiben, das als Grundlage eines Spieles dient.



### Die Spielrunde

Was muss man tun, wenn man ein Psychodrama spielen möchte?

Nun, zunächst einmal nichts! Man braucht keine Weltenbeschreibung, keine Charakterbögen, nicht einmal Regeln oder vorgefertigte Abenteuer. Das ist natürlich auch der Grund, warum Ihr keine Regelbücher finden werdet, die sich mit dieser eigenwilligen Spielform beschäftigen. Auf den folgenden Seiten werde ich jedoch versuchen, Euch die Idee dieser Spielform näher zu bringen, damit ihr selbst daran teilnehmen könnt.

Außerdem möchte ich euch einige Tipps geben, wie ihr eure eigenen Spielrunden interessanter und farbenfroher gestalten könnt.

Zunächst aber fragt Ihr euch sicherlich, worum geht es eigentlich dabei? Schauen wir am besten einfach mal zu...

Einige Leute sind zusammengekommen, um zu spielen. Zwei, drei oder zehn Leute, es ist eigentlich egal, wie viele es sind. Sie alle sind Rollenspieler. Sie haben jedoch keine Bücher oder Würfel bei sich; sie haben nicht einmal eine Idee für ein Abenteuer. Stattdessen haben sie sich in einen abgedunkelten Raum begeben, haben die Augen geschlossen und sind leise geworden.

Und dann... beginnen sie zu spielen.

**Spieler 1:** Ich habe nichts dabei, nur ein Taschentuch und meine Schlüssel...

**Spieler 2:** Ich könnte ein paar Tabletten brauchen. Ich habe Kopfschmerzen. Also, ein Hundertmeter-sprint wäre heute nicht drin.

**Spieler 3:** Es ist ziemlich dunkel hier, oder?

**Spieler 4:** Ja... hörst du dieses Klappern?

**S2:** Ich dachte, ich bilde mir das nur ein.

**S3:** Wo sind wir eigentlich?

**S1:** Was meinst du damit, wo wir sind? Im Bus natürlich! Wir fahren zu mir, Spielrunde, wie immer am Samstag. Warum? Stimmt irgendwas nicht?

**S3:** Stimmt hier überhaupt noch etwas? Wo sind die alle? Wir sind allein in diesem verdammten Bus...

**S1:** Oh Scheiße... ich habe doch eben noch eine Frau da hinten sitzen sehen, und zwei alte Männer und einen Kerl im Anzug.

**S4:** Seht mal! Unter dem Sitz! Da liegt eine Zigarette, sie glimmt noch...

**S2:** Das gefällt mir alles nicht. Schaut doch mal aus dem Fenster.

**S3:** Was ist denn? Was meinst du?

**S1:** Die Sonne geht unter... um elf Uhr morgens!

**S3:** Das kann doch nicht sein!

**S4:** Los, gehen wir zum Fahrer!

**S1:** Okay! Aber... was ist denn los mit dem? Ist der eingeschlafen?

**S4:** Nein... er ist tot!

**S2:** Hey! Wir werden langsamer! Ich glaube, der Bus hält an...

**S3:** Ich fürchte, wir stecken in Schwierigkeiten, Leute!

**S4:** Die hintere Tür! Sie ist aufgegangen. Kommt mit!

**S1:** Oh mein Gott! Wo sind wir hier?

...und so weiter.

Habt ihr es bemerkt? Es gibt hier keinen Spielleiter, es gibt nur Spieler. Aber auf der anderen Seite hat jeder Teilnehmer an der Runde auch ein bisschen was von einem Spielleiter, der einen weiteren Teil der Geschichte erschafft. Die Spieler unterbrechen die Aussagen der anderen Teilnehmer, sie fügen neue Dinge hinzu, nehmen die Worte der Anderen auf, entwickeln sie weiter, analysieren sie, verwerfen sie, erleben sie mit, visualisieren sie... doch wie geht das eigentlich?

## Grundlagen

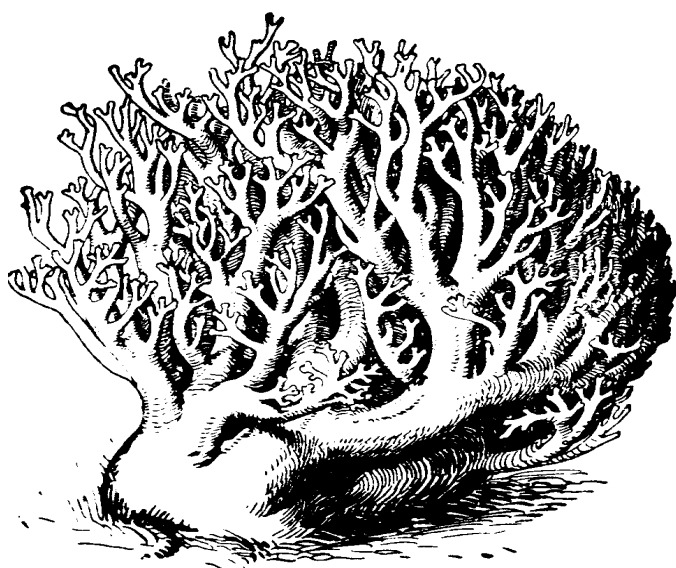
Um wirklich ein Abenteuer zu erleben, das sich spontan entwickelt und nicht vorbestimmt ist, sollte man einige Vorbedingungen erfüllen.

Zunächst einmal sollte man in einem ruhig gelegenen und dunklen Raum spielen, vorzugsweise völlig abgedunkelt, mit geschlossenen Augen. Das ist sehr wichtig, eigentlich sogar unumgänglich. Denn nur in dieser Ruhe und ohne äußere Ablenkung kann man die Szenen der Geschichte wirklich mit allen Sinnen wahrnehmen. Man kann sich selbst in einen Zustand versetzen, der dem Träumen sehr nahe kommt, und wird alle Ereignisse vor dem geistigen Auge miterleben. Manche Spieler ziehen es sogar vor ein Psychodrama im Liegen zu erleben, weil sich auch dadurch die Konzentrationsfähigkeit steigern lässt.

Es ist auch wichtig, sich vor einem Psychodrama darüber klar zu werden, dass man immer sich selbst spielt. Ihr spielt die Menschen, die ihr in Wirklichkeit seid, in dem Moment, indem ihr euer Abenteuer beginnt, mit den Dingen, die ihr wirklich bei euch habt.

Wichtig ist auch, dass ein Psychodrama am Besten in der Welt des Horrors funktioniert. Das Grauen setzt viele Gefühle frei, die normalerweise in unserem Innern verborgen bleiben, und zieht die Spieler besonders schnell in eine fremde und unbegreifliche Welt. Die entstehende Geschichte schreibt sich danach quasi von selbst, einfach durch die Benutzung traditioneller Gegenstände und klassischer Motive wie geheimnisvolle Laute, Unsicherheit, Verwirrung, Entsetzen...

Vor allem jedoch verbindet man die Dunkelheit bei einem Psychodrama am ehesten mit Bildern des Schreckens.



## Andere Eigenschaften eines Psychodramas

### Erzählformat

Wenn Ihr Euch das obige Beispiel durchlest, werdet Ihr erkannt haben, dass die ganze Erzählung in Form eines Dialogs abläuft. Niemand sagt also etwas wie: „*Wir wandern über einen Waldweg, zwischen alten knorrigen Bäumen, an einem zerfallenden Weidenzaun vorbei, der Mond taucht alles in ein silbriggraues Licht...*“

Es sollte im Gegenteil so klingen, als ob einfach ein Diktaphon mitläuft, während die Handlung sich abspielt, und alles mitschneidet, was zu hören ist.

Natürlich kann man dabei schlaue Vorgehen und Beschreibungen oder Handlungen in die eigenen Worte einfließen lassen.

Zum Beispiel so: „*Hört diese Straße eigentlich niemals auf? Diese Bäume sehen irgendwie seltsam aus, so... verdreht. Sie müssen unglaublich alt sein. Seht mal! Da vorne. Ist das ein Zaun? Ja... aber der fällt ja bald auseinander. Egal, wenn hier ein Zaun ist, dann muss hier irgendwo auch eine Farm sein. Wenigstens scheint der Mond heute Nacht, sonst könnte man gar nichts sehen...*“

Diese Form der Beschreibung ist natürlich schwieriger und ermüdender als die traditionelle Form des Erzählens. Ihr Vorteil ist jedoch, dass sich alle Spieler jederzeit in die Geschichte einbringen müssen, dabei immer wieder die eigene Vorstellungskraft herausfordern, ständig neu erschaffen, verarbeiten, erleben.

Manchmal fühlt sich ein Psychodrama sicherlich an, als wandere man über ein schwankendes Hochseil. Doch gerade diese andere Denkweise macht ja auch die Besonderheit des Spiels aus.

### Zeit

Aus den geschilderten Gründen wird ein Psychodrama nicht so lange dauern wie eine normale Rollenspielrunde, normalerweise kaum länger als eine Stunde. Ist das kurz? Es mag so erscheinen, aber ein Psychodrama nimmt die Spieler so mit, dass sie normalerweise sogar froh sind, wenn es vorbei ist. Und trotzdem werden sie danach meistens von einer tiefen Befriedigung erfüllt sein.

### Leere

Ich habe eben bereits erwähnt, wie schwer es ist, Begegnungen mit anderen Menschen auszuspielen. Aus diesem Grund ist die Welt eines Psychodramas normalerweise unbevölkert. Aus irgendeinem Grund verschwinden alle Menschen der Umgebung, oder die Spieler werden in eine menschenleere Landschaft transportiert, die sie dann allein durchwandern müssen.



Vielleicht sind die Menschen aber auch anwesend, können sich dann jedoch aus irgendeinem Grund nicht artikulieren. Sie mögen apathisch oder passiv sein. Vielleicht schlafwandeln sie auch oder nehmen die Spieler gar nicht wahr. Es kann auch sein, dass sie von etwas zu besessen sind, um mit den Spielern zu sprechen. Wichtig ist nur, dass irgendetwas es ihnen unmöglich macht, mit den Teilnehmern zu kommunizieren.

Normalerweise entwickelt sich die Abwesenheit lebender und aktiver Menschen zu einem Kernelement der Geschichte oder zumindest zu einem wichtigen Handlungsstrang.

Man kann das Hindernis der fehlenden Kommunikation aber möglicherweise auch auf einem anderen Weg umgehen: das Gegenüber der Spieler könnte beispielsweise stumm sein und sich nur auf schriftlichem Weg verständlich machen. Oder die Menschen, denen die Charaktere begegnen, tragen Schutzanzüge, die eine Kommunikation unmöglich machen. Oder...

Es gibt sicherlich viele Möglichkeiten, die Stille eines anderen Wesens zu erklären. Lasst sie euch einfallen.



### **Lebendige Szenerie**

Vielleicht liegt es an der Einsamkeit der Charaktere oder der Unfähigkeit, mit anderen zu interagieren, aber man kann häufig beobachten, dass sich die Kreativität der Spieler eines Psychodramas in extrem lebhaften Beschreibungen der sie umgebenden Orte äußert. Sie erschaffen dabei häufig unglaublich starke Bilder, oft auch symbolbehaftete Umgebungen, über die sie noch lange nach der eigentlichen Spielrunde nachdenken werden. Durch die Erschaffung dieser Landschaften dringen sie bis in die Tiefe ihres eigenen unbewussten Denkens vor, machen sich vielleicht sogar bewusst, was sie tief in ihrem Inneren bewegt.

### **Unsicherheit und Verwirrung**

Diese beiden Gefühle gehören zu einem Psychodrama, allein schon von den Regeln her, welche diese Spielform ausmachen. Niemand übernimmt die Rolle eines Spielleiters. Kein Teilnehmer hat das letzte Wort, keiner kann die Welt und die Ereignisse des Spiels allein bestimmen. Niemand weiß im Voraus, was aus den eigenen Worten erwachsen wird, ob und wie sie von den anderen Mitspielern aufgenommen und weiter entwickelt werden. Vielleicht werden sie auch einfach als Halluzination abgetan oder komplett ignoriert.

Ihr stellt nur eine Idee vor, und sie wird von den anderen aufgenommen und verändert. Auf diese Art entsteht das gemeinsame Abenteuer. Die Ideen, Phantasien und Vorstellungen aller Spieler stehen im Wettstreit miteinander, und das Resultat dieses Wettstreits ist eine Geschichte, die sich niemand allein so ausgedacht hätte, die auch niemand hätte vorhersagen können. In diesem Spiel durchleben alle Teilnehmer eine Geschichte, die nicht von ei-

nem einzelnen Autor verfasst wurde. Sie schreibt sich gewissermaßen selbst, spontan, entstanden aus einer Kollision verschiedener Geister und Vorstellungen.

### **Dynamik**

Das Erschaffen schneller dynamischer Action-Szenen in einem Psychodrama stellt sich meistens als schwierig dar. Aber schwierig bedeutet nicht zwingend unmöglich.

In manchen Spielrunden entwickelt sich die Geschwindigkeit einer Szene von allein, die Handlung verläuft schneller und hektischer, beispielsweise bei einer panischen Flucht einen Waldhügel hinauf, während sich zu den Füßen der Spieler Gräber öffnen, aus denen Untote hervor kriechen, die nach den Füßen der Charaktere greifen.

In solchen Situationen wird sich die Geschwindigkeit und Dynamik von allein entwickeln, und zwar, sobald die Emotionen der Spieler hoch kochen. Ich glaube nicht, dass ein Spieler eine solche Situation bewusst steuern kann, so wie es ein Spielleiter machen kann. Es dürfte kaum möglich sein, die Gefühle der anderen Spieler anzuheizen, indem man willkürlich das Tempo erhöht. Es wird eher so ablaufen, dass die Anspannung der Teilnehmer im Verlauf der Handlung größer wird und daraus dann automatisch eine gesteigerte Dynamik resultiert.

### **Musik**

Natürlich kann man sich entschließen, in völliger Stille zu spielen, ohne irgendwelche Hintergrundgeräusche, aber Musik kann eine wichtige Rolle bei einem Psychodrama spielen.

Am besten geeignet ist wohl thematisch passende Instrumentalmusik, vielleicht auch Stücke, die mit anderen nicht-musikalischen Geräuschen untermalt sind oder sogar ganz aus solchen Tönen bestehen. Häufig handelt es sich dabei um Aufnahmen, die ein bestimmtes Thema vertonen, zum Beispiel riesige Mechanismen, Städte, gurgelnde Waldsümpfe, mittelalterliche Schlösser, einsame Häuser usw. Sie schildern seltsame Collagen, akustische Bilder und Geschichten, ohne Worte, in reinen Tönen. Solche Aufnahmen muss man natürlich suchen, aber wenn man sich ein wenig mit dieser Art Musik beschäftigt, wird man viele passende CDs finden. Einen guten Einstieg stellen dabei vor allem Soundtracks dar, zum Beispiel von Filmen wie *Dracula* oder *Interview mit einem Vampir*.

Allgemein gesprochen sollte es sich um düstere, stimmungsvolle Musik handeln, die das Ambiente eines Psychodramas unterstreicht. Eine zusätzliche Geräusch-Untermalung (Wind, Kettenrasseln, Schreie, Rascheln, Flüstern, Knacken, Heulen...) kann ebenfalls für ein Mehr an Stimmung sorgen.

Der so entstehende akustische Hintergrund kann so etwas wie ein Spielleiter-Ersatz werden, indem er

die Teilnehmer durch verschiedene Stimmungen und Atmosphären leitet, Ideen, Vorstellungen und Assoziationen auslöst und insbesondere das visuelle Vorstellungsvermögen durch andere Sinneseindrücke stimuliert.

Wenn jedoch keine geeignete Musik zur Verfügung steht, sollte man lieber in Stille spielen und Außengeräusche möglichst dämpfen, denn jedes Geräusch, das an die Ohren der Spieler dringt, gehört nun zu ihrer Welt, muss interpretiert werden, eine neue Bedeutung bekommen, als Bestandteil der Szenerie, der Geschichte und ihrer Ereignisse.

## Einstiege

Ein vorbereiteter Einstieg kann gerade Neueinsteigern helfen, schneller den Weg in die Welt des Psychodramas zu finden und eine wirklich einmalige Geschichte zu erzählen. Von daher könnte man doch sagen, dass es so etwas wie ein vorbereitetes Szenario für ein Psychodrama gibt.

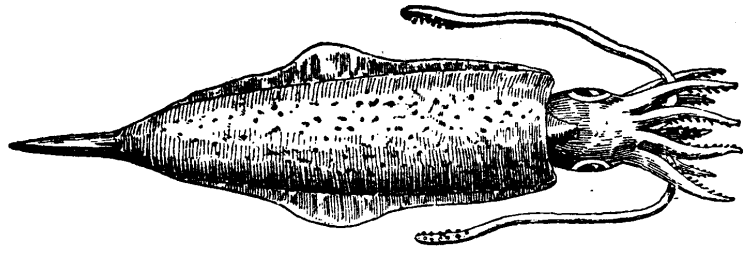
Man kann sich als Spieler im Vorfeld einige mögliche Anfänge für die bevorstehende Spielrunde überlegen, als Grundlage, um die anderen Teilnehmer zu inspirieren und in die Handlung hinein zu ziehen.

Das bedeutet nicht, dass der Spieler, der das Psychodrama startet, nun doch so etwas wie ein Spielleiter ist. Selbst, wenn er sich im Vorfeld ein umfassenderes Szenario überlegt hat, wird er schnell merken, dass die entstehende Geschichte nicht mehr in die vorgegebenen Bahnen zu pressen ist. Andere werden die Kontrolle übernehmen und so die ganz eigene Macht des Spieles entfesseln. Niemand kann ein Psychodrama allein kontrollieren, selbst wenn er noch so viel Einfluss darauf nehmen möchte.

Ein typischer Einstieg besteht also aus kaum mehr als ein paar Sätzen, mit denen die Geschichte angeheizt werden soll, die aber auch etwas Spezielles bieten, ein Geheimnis, eine Idee. Der Einstieg braucht nicht übermäßig detailliert, nicht einmal besonders originell zu sein; solche Dinge beeinflussen die Qualität des Spiels nicht. Der Einstieg ist einfach nur ein erster Schritt in eine unbekannte Richtung.

Einige beispielhafte Einstiege:

1. Wir kommen mitten in der Nacht zurück von einer Party. Um schneller zum Bus zu kommen, haben wir uns für die Abkürzung durch den Wald entschieden. Aber wir sind schon zu spät dran; der nächste Bus kommt erst in zwei Stunden. Was machen wir solange? Ich habe gehört, hier im Wald soll irgendwo ein vergessener alter Friedhof sein, ganz in der Nähe der Straße. Angeblich soll man dort nachts Stimmen hören. Was meint ihr, sollen wir uns das mal ansehen? Ihr habt doch keine Angst, oder?



2. Wir sind zur Übernachtung bei meiner Großmutter auf dem Land. Draußen auf der Straße gehen Menschen vorbei, aber sie bewegen sich alle langsam, als würden sie schlafen. Und hört ihr diese Musik? Ich glaube, sie kommt aus der Kirche. Aber... mitten in der Nacht?
3. Wir sitzen bei mir zuhause. Ich will aufstehen, aber meine Beine reagieren nicht. Ihr könnt eure Beine auch nicht bewegen. Was ist los hier? Ich finde auch, die Luft ist stickig geworden. Die Fenster sind zu. Kommt das vom Ofen? Habt ihr die Lüftungsklappe geöffnet?
4. Das ist eine Super-Party heute. Aber plötzlich wird es dunkel. Und keiner hat eine Taschenlampe dabei. Wir gehen zusammen hinunter in den Keller und suchen nach den Sicherungen. So, das war's. Aber... habt ihr diese Tür da hinten schon mal gesehen?
5. Die archäologische Ausstellung im Museum war wirklich toll, so toll, dass wir die Zeit vergessen haben. Und jetzt haben sie uns hier eingeschlossen.
6. Die Fahrt zum großen Rollenspieltreffen war ziemlich anstrengend. Morgen früh geht's los, aber für heute Nacht haben wir uns erst einmal in einem Hotel eingemietet. Wir wohnen alle in einem Zimmer. Wir holen unsere Rollenspielsachen raus...
7. Wir quetschen uns durch die Menschenmassen im Bahnhof hindurch und rennen den dunklen Tunnel entlang, der zur U-Bahn führt. Auch dieser Bahnsteig ist voll. Plötzlich ertönt das Dröhnen eines Zuges, das Licht flackert und verlöscht. Da! Jetzt geht es wieder an. Aber... wo sind all die Menschen hin? Der Bahnsteig ist leer. Seht mal, auf den Schienen da liegt ein Buch. Wartet mal, ich hole es. Das ist ja... eine Bibel.

Man kann sich leicht Dutzende solcher Einstiege überlegen, aber eigentlich ist es nicht wirklich nötig. Man kann sogar versuchen, denselben Einstieg mehrfach zu benutzen, und wird erkennen, dass sich die Handlung jedes Mal in eine andere Richtung entwickelt und die Resultate sehr unterschiedlich ausfallen.

Daran erkennt man schon, dass ein Einstieg wirklich recht kurz sein kann, solange er nur die Spieler dazu inspiriert, aus der präsentierten Idee eine gemeinsame Geschichte zu entwickeln.

Braucht man viel Phantasie und Inspiration, um eine solche Vorgabe in eine wirklich gute Geschichte zu verwandeln? Vielleicht ja, aber man hat ja auch noch die Unterstützung der anderen Mitspieler.

Außerdem muss man sich keine Gedanken über Dinge wie inneren Zusammenhalt, Glaubwürdigkeit und Realismus machen.

Unsere Köpfe sind bis zum Bersten gefüllt mit Hunderten von Büchern, Filmen, Ideen, Assoziationen und anderen Dingen, an die wir uns erinnern. Während eines Psychodramas werden diese mentalen Goldadern auf seltsamste Art und Weise freigelegt werden, oft mit auch für uns überraschenden Resultaten. Ja, es geht um Improvisation, aber alle Elemente resultieren aus den Fähigkeiten mehrerer Personen. Denn jeder Spieler kann das Wort ergreifen, wenn er etwas zu sagen hat. Es gibt keinen einzelnen Spielleiter, der an einem momentanen Mangel an Ideen oder an einer zeitweiligen Improvisationsschwäche leiden könnte. Ein Teilnehmer, dem dies passiert, wird einfach für eine gewisse Zeit zu einem passiven Zuhörer, bis ihm wieder etwas einfällt.



## Tricks

Wenn ihr bereits einige Runden hinter euch habt und euch sicher fühlt, könnt ihr die folgenden Tricks ausprobieren, die Euch helfen ein wenig aus dem typischen Verlauf eines Psychodramas auszuweichen.

## Schweigen

Ein Psychodrama entsteht aus den Stimmen der Spieler, aus Geräuschen und Klängen und sonst nichts. Was passiert nun, wenn einer der Spieler plötzlich nichts mehr sagt?

Irgendwann werden die anderen bemerken, dass einer von ihnen seit längerem nichts mehr von sich gegeben hat, werden vielleicht nach ihm rufen. Er schweigt aber vielleicht auch dann noch...

Was können die Teilnehmer jetzt noch tun? Sie werden sich fragen, was ihrem Freund zugestoßen ist. In diesem Moment hat das von diesem Spieler ausgehende Schweigen eine Bedeutung bekommen und ist zum Teil der Handlung geworden.

## Halluzinationen

Ein Spieler fügt der Geschichte ein neues Element hinzu, zum Beispiel, indem er sagt: „Hört ihr die Glocke? Hier muss irgendwo eine Kirche sein... ja, da drüben im Wald, seht doch.“

Darauf antwortet jedoch ein anderer Spieler: „Was ist los mit dir? Ich höre keine Glocke. Und eine Kirche sehe ich auch nicht.“

Jetzt werden die anderen sich für eine Seite entscheiden müssen: „Also, wir hören auch nichts. Geht's dir gut?“

Etwas, das ein Spieler ‚wahrgenommen‘ hat, wurde von den anderen Teilnehmern nicht angenommen, verwandelt in eine Halluzination, das Ergebnis eines Fieberwahns, vielleicht sogar etwas noch viel Schlimmeres. In diesem Moment ist einer der Charaktere wahnsinnig geworden.

## Opfer

Irgendwann während des Psychodramas sagt einer der Spieler etwas wie „Hey, ist alles in Ordnung mit dir? Du siehst irgendwie seltsam aus. Verdammt noch mal! Deine Augen! Was ist mit deinen Augen?“

Der Sprecher hat sich einen der anderen Spieler herausgepickt und ihn zum Opfer gemacht. Wenn die anderen darauf eingehen, steht dem einsamen Teilnehmer möglicherweise ein heißer Ritt bevor... er ist zum einzigen Spieler in einer ganzen Gruppe von Spielleitern geworden.

## Doppelrollen

Ein besonders schwieriger Trick, den man nur mit einer gewissen Übung anwenden sollte.

Sprecht während des Psychodramas plötzlich mit einer stark verstellten Stimme. Ein neues Wesen ist

plötzlich in der Runde aufgetaucht, eine Kreatur, deren Rolle unklar ist, die nicht berechenbar ist.

Aber beachtet bitte, dass Ihr dadurch auch eure eigene Rolle im Spiel ändert: von einem reinen Mitgestalter im Rahmen des normalen Psychodramas seid ihr quasi zu einem Regelbrecher geworden. Manche werden dies als unzulässige Einflussnahme werten und sich gegen euch wenden, wenn sie herausfinden, wer der Missetäter war.

Aus den geschilderten Gründen solltet ihr diesen Trick nur anwenden, wenn ihr euch Eurer eigenen Fähigkeiten sicher seid (denn ansonsten könnte die erste Reaktion ein niederschmetterndes „Was redest du so komisch, Michael?“ sein).

Ihr solltet euch aber auch überlegen, ob ihr eine positive Reaktion Eurer Mitspieler auf einen solchen „Regelbruch“ erwarten könnt.

Natürlich geht es bei einem Psychodrama nicht ums Streiten, um einen Wettkampf in Trickseriei oder ähnliches. Es geht um den gemeinsamen Spaß an der Sache und um das Gefühl, als Gruppe zu agieren. Von daher sollte man solche Tricks sparsam und vorsichtig einsetzen. Vor allem sollte man, wenn man selbst Opfer eines solchen Tricks wird, sich dem veränderten Spiel gänzlich hingeben und seine Rolle möglichst gut spielen. Mit solchem Einsatz kann man die aktuelle Spielrunde beleben und bereichern. Es geht schließlich nicht ums Gewinnen, sondern um das gemeinsame Erleben.

Ich kann an dieser Stelle natürlich nur einige wenige der vielen Möglichkeiten erläutern, wie man den engen Rahmen des Spiels erweitern kann, indem man sich der eigenwilligen Sprache und Logik des Psychodramas bedient, basierend auf Sprache und gemeinsamer Kreativität. Sicher werden euch beim Spielen noch viele weitere Ideen kommen, und ich möchte euch keinesfalls den Spaß nehmen, diese neuen Pfade auf eigene Faust zu erkunden.

## Das geheimnisvolle Muster

Nachdem ich an vielen Runden Psychodrama mit vielen verschiedenen Menschen teilgenommen habe, habe ich bemerkt, dass sich immer wieder ein Muster ergibt, dem die meisten Runden folgen.

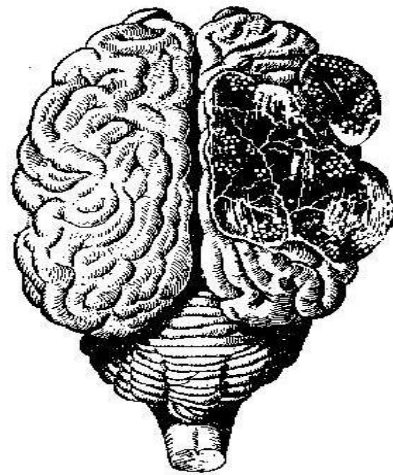
Der erste Teil des Spiels ist das Eintauchen in das Geheimnis, in eine immer dunklere und verwerflichere Atmosphäre, in immer schlimmere negative Emotionen. Es ist wie der Abstieg in die Finsternis in uns allen, ein Wettstreit der schrecklichen und deprimierenden Ideen. Sobald irgendwo ein kleines Licht das Ende des Tunnels erleuchtet, taucht sofort ein anderer Spieler auf und zerstört diesen kleinen Hoffnungsschimmer gnadenlos, verwandelt ihn in ein neues Grauen. Finsternis und Verzweiflung schnüren die Spieler immer mehr ein, es gibt immer weniger Hoffnung in ihren Herzen.

Danach kommt eine Phase der Müdigkeit und Hoffnungslosigkeit. Die eigene Situation erscheint so unüberwindlich schrecklich, dass man es kaum noch ertragen kann.

Doch dann beginnt ein Spieler plötzlich, sich den Weg nach oben freizukämpfen, hinauf ins Licht. Neue Hoffnung und neuer Enthusiasmus ergreift die Spieler, sie schütteln die Machtlosigkeit und Düsternis ab, und sie ziehen die anderen Spieler mit sich, zuerst mühsam, stolpernd und stürzend. Dies ist die dritte Stufe des Psychodramas. Das Ende stellt dann eine Erlösung dar, einen Moment der Katharsis.

Jede Runde, an der ich teilgenommen habe, verlief nach diesem groben Muster. Natürlich sind sie dadurch keineswegs identisch. In den geschilderten Situationen manifestieren sich Einfallsreichtum und bisweilen sogar pure Brillanz. Die Phantasie erschafft wirklich überwältigende Visionen, faszinierende Verbindungen und Gegensätze.

Die „erlebten“ Dinge werden sich für lange Zeit im Gedächtnis der Spieler festsetzen. Und all das geschieht in einem Spiel, das man jederzeit spielen kann, praktisch an jedem Ort und ohne irgendwelche Vorbereitungen, ein Spiel, das gerade mal eine Stunde dauert.



## Varianten

Ich würde gerne noch ein paar Worte darüber verlieren, wie man ein Psychodrama variieren kann.

Nachdem wir uns mit der Sprache des Spiels vertraut gemacht haben, können wir versuchen, einige Veränderungen vorzunehmen.

Hier sind einige Beispiele:

1. Man kann in einer anderen Umgebung spielen:
  - *Cyberpunk*: Loggt euch ein... in der Matrix erscheinen seltsame Konstrukte, wabernd, undeutlich, ganz anders als die klar umrissenen Bauten der anderen Matrix-Abbilder der Realität. Und woher kommen die Schatten, die durch die Datenflüsse auf euch zu gleiten?





- *Fantasy*: Ihr reist über die alten Wege im Schatten ehrwürdiger Bäume, die sich Hunderte von Metern in die Luft erheben. Es ist immer dunkel, das Licht der Sonne durchdringt kaum die dichten Baumkronen...
  - *Science Fiction*: Seit 30 Tagen befindet sich euer Raumschiff auf dem Weg von der Erde zum Jupiter, und ihr habt **irgendetwas** an Bord. Der Computer gibt nur noch seltsame Laute von sich, und die Sensoren des Schiffes haben unbekannte Bewegungen im Innern des Schiffes erkannt.
  - Ihr nehmt alle teil an einer Reise in einem Ballon, hoch über den Wolken. Plötzlich kommt dichter Nebel auf, und ihr treibt hinein. Nach einer Weile sinkt der Ballon plötzlich hinab, durchdringt die Wolken. Ihr schaut nach unten und seht...
  - Einigt euch vor dem Spiel darauf, dass ihr nicht Euch selbst, sondern andere Figuren spielen wollt. Jeder Spieler kann so einen eigenen Charakter erschaffen, wie in einem normalen Rollenspiel.
2. Wer möchte, kann auch eine größere Nähe zum klassischen Rollenspiel suchen, zum Beispiel, indem er neue erzählerische Momente zulässt, die über den reinen Dialog des Psychodramas hinausgehen. Alle paar Minuten übernimmt ein Spieler die Rolle eines Spielers und beschreibt einen Ort oder ein Ereignis:
- „Die ganze Ortschaft besteht nur aus einer Straße. Sie ist offenbar so alt, dass man die Last der Jahrhunderte förmlich spüren kann. Im*

*Morgengrauen und in der Abenddämmerung könnt ihr Bauern sehen, wie sie die Straße hinuntergehen, wie sie dabei ein paar Kühe treiben oder einen Eimer Wasser aus dem Brunnen eines Nachbarn holen...“* usw.

Natürlich verleiht das Hinzufügen freier Erzählung und einer eher literarisch geprägten Sprache dem Psychodrama eine Vielzahl neuer Möglichkeiten, doch das Spiel verliert etwas von seiner empathischen Kraft. Nun ja, alles hat nun mal seinen Preis.

3. Man kann das Spiel auch einer normalen Erzählung annähern, indem man einem der Spieler die Aufgabe zuteilt, die Rollen anderer Figuren zu übernehmen, die man im Verlauf des Spiels trifft. Vielleicht lässt man diese Aufgabe auch von einem Spieler zum anderen wandern.
4. Ein Spieler kann ein Psychodrama mit einem vorbereiteten Szenario beginnen, sogar mit einer ausgearbeiteten Idee, wie sich die Geschichte weiter entwickeln soll (vielleicht hat der Spieler gerade ein interessantes Buch gelesen). Nach einer solchen mentalen Vorbereitung kann er im Verlauf des Spiels immer wieder Teile dieser Idee einfließen lassen, vielleicht auch in Form einer Erzählung oder beim scheinbaren Vorlesen eines gefundenen Schriftstücks oder Tagebuchs. In jedem Fall kann eine solche Idee dabei helfen, unangenehme Pausen zu überbrücken, wenn wirklich mal alle Spieler im gleichen Moment von der Inspiration verlassen werden.

### **Zusammenfassung**

Auch in einem normalen Rollenspiel spielt man nicht, um zu gewinnen. Aber ein Psychodrama hat noch weniger mit einem klassischen Spiel gemein.

Wir lösen nicht die Geheimnisse, die uns von einem Spielleiter vorgesetzt werden, mit einem vorgegebenen Ende, auf das wir hinarbeiten sollen. Wir nehmen nicht an einem vorgefertigten Spielablauf teil. Stattdessen finden wir etwas heraus über die Geheimnisse in uns selbst, unternehmen eine Reise in die Tiefen unserer eigenen Vorstellungen, entdecken unsere Gedanken, unseren Verstand, unsere Phantasien. Es ist ein wenig, als ob wir träumen, obwohl wir wach sind.

Versucht es doch einfach mal selbst. Spielt einfach und findet heraus, wie Ihr euer eigenes Psychodrama erlebt.

Ich zumindest werde diesen Artikel jetzt beenden und herausfinden, was in der Tiefe meines eigenen Verstandes auf mich wartet...