

# Inhalt

Einleitung: Für den Anfang	10
<b>1 Rollenspiel in der Verhaltenstherapie</b>	<b>15</b>
1.1 Die drei Wellen der Verhaltenstherapie	15
1.2 Rollenspiel als Technik in der Verhaltenstherapie	16
1.2.1 Rollenspiel für das individuell Konkrete des Patienten	18
1.2.2 Rollenspiel für die Reduktion von Komplexität	21
1.2.3 Rollenspiel für eine ganzheitlichere Verarbeitung	22
1.2.4 Rollenspiel als Probehandeln in der simulierten Zukunft	23
<b>2 Raum und Bühne</b>	<b>24</b>
2.1 Verschiedene Arten von Rollenspielbühnen	24
2.1.1 Funktionen von Bühnen	24
2.1.2 Bühnenarten und ihre Realisierung	24
2.2 Einfache Rollenspielformen auf der impliziten Bühne	26
2.2.1 Die Spektrumlinie	27
2.2.2 Bewegung im Raum	29
2.2.3 Stuhlmonolog	30
2.2.4 Inseltechnik	31
2.3 Räumlich abgetrennte Bühne	32
2.3.1 Arbeiten mit expliziter Bühne	32
2.3.2 Wirksamkeit einer räumlich abgetrennten Rollenspielbühne	34
2.3.3 Raumtrennung in Besprechungs- und Darstellungsraum	35
2.4 Tischbühne	40
2.4.1 Exploration von Problemen	41
2.4.2 Figuratives Geschichtenergänzen in der Diagnostik	45
2.4.3 Bearbeitung von Traumata	46
<b>3 Szene</b>	<b>48</b>
3.1 Schritte in eine Rollenspielszene	48
3.2 Therapeutische Rollenspielszenen	51
3.2.1 Museum des bisherigen Lebens	51
3.2.2 Die Frage nach der Therapiemotivation	52
3.2.3 Verdeutlichung einer problematischen Beziehung	53
3.2.4 Szenische Darstellung in einer Paartherapie	55
3.2.5 Die Wunderfrage	57
3.2.6 Inszenierung einer Therapeut-Patienten-Beziehung	59

<b>4</b>	<b>Rolle und Rollenwechsel</b>	61
4.1	Besondere Rollenspieltechniken	61
4.1.1	Doppeln	61
4.1.2	Spiegeln	62
4.1.3	Verschiedene Regietechniken	64
4.1.4	Regiegespräch	66
4.2	Rollenwechsel mit Personen	69
4.3	Nacherleben von Schlüsselsituationen	75
4.4	Rollenwechsel mit imaginären Personen	79
4.5	Rollenwechsel mit Tieren, Pflanzen, Gegenständen und Immateriellem	81
4.6	Rollenübernahme: Imitation und Simulation	83
4.6.1.	Imitation von Rollenverhalten	84
4.6.2.	Kognitive Simulation	86
4.6.3.	Körperliche Simulation ( <i>Embodied Simulation</i> )	88
4.7	Ein Rollenspiel beenden	91
4.7.1	Eine Rolle wieder loswerden	91
4.7.2	Abschließende Kommentare zum Rollenspiel	92
4.8	Ein Rollenspiel mit sich selbst	93
<b>5</b>	<b>Rollenspiel mit Stühlen</b>	95
5.1	Stühlearbeit mit imaginierten Personen	96
5.1.1	Stuhlmonolog mit imaginierten Personen	96
5.1.2	Stuhldialog mit imaginierten Personen	97
5.2	Stühlearbeit mit Persönlichkeitsanteilen, Einstellungen, Werten, Normen	98
5.2.1	Erkennen von Veränderungsmöglichkeiten	98
5.2.2	Akzeptieren von Unabänderbarem	102
5.2.3	Ordnen von Gedanken und Gefühlen	104
5.2.4	Störungen der therapeutischen Beziehung	107
5.2.5	Fragliche Therapiemotivation	108
5.3	Stühlearbeit in der Paartherapie	110
5.4	Zwei-Stuhl-Technik in der Emotionsfokussierten Therapie	113
5.5	Stühlearbeit in der Klärungsorientierten Psychotherapie	115
5.6	Stühlearbeit in der Schematherapie	118
5.7	Bühnen für die Stühlearbeit	121
<b>6</b>	<b>Verhaltenstraining mit Rollenspiel</b>	123
6.1	Rollenspiel als Training sozialer Kompetenzen	123
6.1.1	Training von Fertigkeiten (»knows how«)	126
6.1.2	Stegreifspiel (»shows how«)	128
6.1.3	Szenische Simulation (»does in therapy«)	132
6.2	Verhaltenstraining mit Video-Feedback	141

<b>7</b>	<b>Rollenspielartiges Ritual</b>	143
7.1	Rituale im Allgemeinen	143
7.1.1	Was ist ein Ritual?	143
7.1.2	Merkmale von Ritualen	145
7.1.3	Wirkung von Ritualen	146
7.2	Die Durchführung von Ritualen in der Psychotherapie	146
7.2.2	Rituale in der direktiven Therapie	147
7.2.3	Rituale für den Abschied von geliebten Menschen	149
7.2.4	Merkmale und Phasen eines psychotherapeutischen Rituals	149
7.3	Funktionen des rollenspielartigen Rituals	152
7.3.1	Hilfe in schwierigen Situationen	152
7.3.2	Hilfe bei der Entscheidungsrealisierung	153
7.4	Fallbeispiele für Rollenspielartiges Ritual	155
7.4.1	Rollenspielartiges Ritual bei einer Posttraumatischen Belastungsstörung	156
7.4.2	Fallbeispiel: Rollenspielartiges Ritual bei einer depressiven Störung mit exzessivem Kaufverhalten	161
<b>8</b>	<b>Risiken und Sicherheit</b>	177
8.1	Rollenspiele: angstmachend, befreiend	177
8.2	Umgang mit schwierigen Patienten	178
8.2.1	Einfache Rollenspielerarten	179
8.2.2	Rollenspielerleichterungen	184
8.2.3	Therapiemotivation: Hindernisse und Hilfen	188
8.3	Rollenspiel bei mangelhafter Therapiemotivation	190
8.3.1	Rollenspiel in fremdmotivierter Beratung	191
8.3.2	Rollenspiel bei Unklarheit über die Therapiemotivation der Patienten	194
8.3.3	Dialektik zwischen Gewohnheit und Veränderung	196
8.4	Ein Rollenspiel, das falsch läuft	196
	Schlusswort der Autoren	199
	<b>Anhang</b>	201
	Hinweise zu den Arbeitsmaterialien	202
	Literaturverzeichnis	203
	Sachwortverzeichnis	206