

Borderlinebehandlung durch Psychodramatherapie

„Handeln ist heilender als Reden.“
Jacob L. Moreno

Inhalte

1. 1. Definition Borderline
2. 2. Was ist Psychodrama?
3. 3. Borderlinebehandlung durch Psychodramatherapie

Definition

Persönlichkeitsstörungen

- beginnend in der Pubertät
- manifestiertes Muster von Verhaltens- und Erlebensweisen
- Charakterzüge, die Schwierigkeiten bringen:
 - - Kognitionen (Gedanken)
 - - Affektivität (Gefühle)
 - - Kontakte und Beziehungen
 - - Impulskontrolle

Emotional-instabile Persönlichkeitsstörung

- 2 verschiedene Typen:
 - - Borderline Niveau
 - → emotionale Instabilität, Störung des Selbstbildes, chronisches Gefühl von Leere, intensive u. unbeständige Beziehungen, selbstschädigendes Verhalten, übertriebene Bemühungen das Verlassenwerden zu vermeiden
 - - impulsiver Typ
 - → Störung der Impulskontrolle, Handeln ohne Berücksichtigung der Konsequenzen, Streitereien u. Konflikte, Wut- und/oder Gewaltausbrüche, unbeständige u. launische Stimmung, Schwierigkeiten bei der Beibehaltung von Handlungen / die

Jacob L. Moreno 1889-1974

- österreichisch-amerikanischer Arzt, Psychiater, Soziologe
- Begründer des Psychodramas u. der Gruppenpsychotherapie
- „Der Mann, der Freude und Lachen in die Psychiatrie brachte.“
- „Die Wahrheit der Seele durch Handeln ergründen“

Humanistische Psychologie

- Das humanistische Menschenbild umfasst u.a. folgende Grundannahmen:
- Der Mensch...
- ... ist im Grunde gut.
- ... hat die Fähigkeit sein Leben selbstbestimmt, zielführend und
 - sinnvoll zu gestalten.
- ... ist eine Einheit von Körper-Seele-Geist.
- ... ist sozial und gesellschaftlich ausgerichtet.

Was ist Psychodrama?

- Auf der Bühne bearbeiten Menschen persönliche oder berufliche Lebenssituationen, indem sie bestimmte Situationen szenisch darstellen, anstatt darüber zu sprechen.
- Die bearbeiteten Situationen können sehr konkret sein und real, aber ebenso auch reine Fiktion, Wünsche, Träume.
- Die innere Erlebniswelt eines Menschen wird auf die Bühne gebracht, und so werden Lösungen für den Betreffenden gesucht.
- Grundlage für das Psychodrama ist Morenos

Rollentheorie nach Moreno

- Nach Moreno verfügt der Mensch meist nur über eine beschränkte Anzahl an Rollen, die er in seinem Leben spielen kann, während andere, unentdeckte Rollen verborgen und ungenutzt bleiben. Morenos Behandlungskonzept beruht auf der Möglichkeit einer Erweiterung des Rollenrepertoires. Um effektiv zu interagieren, muss der Mensch fähig sein, seine eigene Rolle aufzugeben und die Rolle eines anderen zu übernehmen.

Ich bin viele...

- Nach Moreno ist der Rollentausch sinnvoll, um...
- eigenen Strukturen liebevoll zu begegnen
- eigene Handlungskompetenzen zu erforschen und zu erweitern
- einen adäquaten Umgang mit den eigenen Anteilen zu schaffen („zwei Seelen schlagen in meiner Brust“)
- einen Perspektivwechsel zu ermöglichen
- auszuprobieren
- die eigene Wahrnehmung verändern zu können

Psychodrama

- Die psychodramatische Methode arbeitet mit fünf Grundelementen:
- Bühne
- Protagonisten
- Leitung
- Hilfs-Ich
- Gruppe

Techniken des Psychodramas

Personenbezogene Techniken

- Monolog
- Doppeln
- Spiegeln
- Rollenwechsel
- Rollentausch

Prozessbezogene Techniken

- Anwärmung
- Maximierung
- Konkretisierung
- Zeitraffer, Zeitlupe

Integrations-Techniken

- Rollenfeedback
- Sharing
- Präsentative
Zusammenfassung
- Prozessanalyse

Psychodrama
Prozess

② Aktionsphase

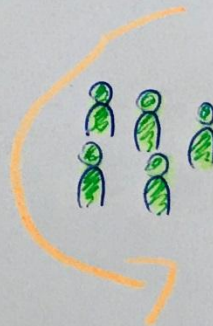
- Ziel klar formulieren
- direkt in die Arbeit einsteigen
- Selbst in die Hand nehmen
- Demonstration-Verkörpern

Auftrag



③ Integrations- Reflexionsphase

- Sharing
- Rollen feedback



① Warming-up Phase

- Beratungsanliegen
- Aktionssoziometrie
- vignette
- ...

④ Transfer - Phase

Abbau der Einflüsse

Arrangements und Techniken

Kleine Arrangements

- Vignette- kurze Szene
- Leerer Stuhl
- Aufstellung
- Skulptur
- Aktionssoziometrie
- Soziales Atom
- ...

Große Arrangements

- Psychodramatische Inszenierung
- Rollenspiel / Rollentraining
- Stehgreifspiel
- Soziodrama
- Zauberladen
- ...

Psychodrama to go



Borderlinebehandlung durch Psychodrama

- verschiedene Rollen wie z.B.
- „das wütende Kind“
- „das traurige Kind“
- „das verlassene Kind“
- „selbstverletzende Anteile, Strafmodus“
- „der kommunikative Erwachsene“
- „die kompetente Verkäuferin“

Borderlinebehandlung durch Psychodrama

- Entwicklung des „gesunden Erwachsenen Denkens“ in der Psychotherapie
- „Inneres Reifen ist die Fähigkeit, in immer kürzerer Zeit zu merken, dass ich auf dem falschen Weg bin.“ (Krüger 2015)

Borderlinebehandlung durch Psychodramatherapie

- Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!