BERATUNG
ORGANISATION
COACHING

Band 5

KEMPTEN BUSINESS SCHOOL

Hochschule Kempten
University of Applied Sciences

Andreas Stöffer

Mentalisierung in Supervision und Coaching

Ein Leitfaden psychodramatischer Prozesse

Tectum

Beratung, Organisation und Coaching

Beratung, Organisation und Coaching

Herausgegeben von Prof. Dr. Markus Jüster,
Kempten Business School,
Hochschule für angewandte Wissenschaften Kempten

– Band 5 –

Mentalisierung in Supervision und Coaching

Ein Leitfaden psychodramatischer Prozesse

Andreas Stöffer

Tectum Verlag

Die Schriftenreihe *Beratung, Organisation und Coaching* wird herausgeben von Prof. Dr. Markus Jüster, Kempten Business School, Hochschule für angewandte Wissenschaften Kempten

Andreas Stöffer
Mentalisierung in Supervision und Coaching
Ein Leitfaden psychodramatischer Prozesse

Beratung, Organisation und Coaching, Band 5

© Tectum – ein Verlag in der Nomos Verlagsgesellschaft, Baden-Baden 2023

ePDF 978-3-8288-7916-4
(Dieser Titel ist zugleich als gedrucktes Werk unter der ISBN 978-3-8288-4804-7 im Tectum Verlag erschienen.)
ISSN 2750-5782

Umschlaggestaltung: Tectum Verlag, unter Verwendung des Bildes # 1932089501 von GrAl | www.shutterstock.de

Gesamtherstellung:
Nomos Verlagsgesellschaft mbH & Co. KG
Printed in Germany

Alle Rechte vorbehalten

Besuchen Sie uns im Internet
www.tectum-verlag.de

Bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Angaben sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

Inhaltsverzeichnis

Abbildungsverzeichnis IX

Tabellenverzeichnis XI

Abkürzungsverzeichnis XIII

Zusammenfassung XV

Vorwort des Herausgebers XVII

Danksagung XIX

Glossar XXIII

1 Einleitung 1

1.1 Theoretische Rahmung 5

1.2 Theoriebezüge 7

1.3 Hypothesenbildung und Fragestellung 9

1.4 Überleitung und nächste Kapitel 9

2 Kurzüberblick Beratungsformate 11

2.1 Organisationsentwicklung 11

2.2 Prozessberatung 13

2.2.1 Supervision und Coaching 13

2.2.2 Organisationsberatung 18

2.3 Weitere Formate 19

2.3.1 Psychotherapie 19

2.3.2 Training 20

2.3.3 Mentoring 20

2.3.4 Mediation 21
2.4 Zusammenfassung und Überleitung 21

3 Rollentheorie 23
3.1 Georg-Herbert Mead (1863–1931) 25
3.2 Ralph Linton (1893–1953) 28
3.3 Erwing Goffman (1922–1982) 30
3.4 Jakob Levy Moreno (1889–1974) 32
3.5 Moreno und Goffman 36
3.6 Zusammenfassung und Überleitung 37

4 Bindung 41
4.1 Bindungstheorie und Psychoanalyse 41
4.2 Bindungstheoretische Grundlagen 44
4.2.1 Bindungssystem 45
4.2.2 Explorationssystem 48
4.3 Bindungsstile im Kindesalter 49
4.4 Bindungsstile im Erwachsenenalter 50
4.5 Zusammenfassung und Überleitung 53

5 Mentalisierung 57
5.1 Theorien im Mentalisierungskonzept 58
5.2 Bindungstheorie und Mentalisierung 60
5.3 Die Entwicklung des Selbst 61
5.4 Entwicklungsstufen des Selbst 63
5.5 Mentalisierung und Neurowissenschaften 65
5.6 Mentalisierungsbasierte Therapie (MBT) und SuC 68
5.7 Mentalisierung und OE 74
5.8 Zusammenfassung und Überleitung 79

6 Psychodrama 81

6.1 Methoden im Psychodrama 82

6.1.1 Psychodrama (als Methode) 83

6.1.2 Monodrama 84

6.1.3 Soziodrama 84

6.1.4 Soziometrie 86

6.2 Der kreative Zirkel im Psychodrama 86

6.3 Das soziokulturelle Atom 89

6.4 Das protagonistenzentrierte Psychodrama 92

6.5 Analytisches Psychodrama 95

6.6 Mentalisierungsorientiertes Psychodrama 100

6.7 Zusammenfassung und Überleitung 110

7 Wirkfaktoren in Supervision und Coaching 113

7.1 Das Berner Wirkfaktorenmodell (Grawe) 114

7.2 Wirkfaktoren im psychodramatischen Coaching 115

7.3 Das Wirkfaktorenmodell von Greif 116

7.4 Das mentalisierungsorientierte Wirkfaktorenmodell 117

8 Fallbeispiel Gruppensupervision (GSV) 121

8.1 Seminaraufbau 122

8.2 Fallbeschreibung 123

8.3 Psychodramatischer Prozess 124

8.4 Rollentheoretische Nachbesprechung 130

8.5 Mentalisierungsorientierte Nachbesprechung 132

9 Prüfen der Hypothese 139

10 Würdigung und Schluss 141

Literaturverzeichnis 145

Stichwortverzeichnis 155

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1:	Beteiligte bei der Kontraktdefinition in SuC	16
Abbildung 2:	Schemamodell Mentale Repräsentation	43
Abbildung 3:	Präfrontaler Kortex – Mentalisierungsmodus mit reguliertem Areal	66
Abbildung 4:	Subkortikale posteriore Kordizes mit unreguliertem Areal (emotional Arousal)	67
Abbildung 5:	Der kreative Zirkel im Psychodrama	87
Abbildung 6:	Das soziale Atom	90
Abbildung 7:	Das soziokulturelle Atom	91
Abbildung 8:	Das protagonistenzentrierte Psychodrama	93
Abbildung 9:	Das psychodramatische Gespräch	101
Abbildung 10:	Das psychodramatische Gespräch mit Tischbühne	106
Abbildung 11:	Das psychodramatische Gespräch mit Raumbühne	107
Abbildung 12:	Ausschnitt – Soziokulturelles Rollenatom des Protagonisten	123
Abbildung 13:	Bühnenaufbau des Protagonisten mit Publikum	126
Abbildung 14:	Externalisierung Ich-Zustand als Selbstschutz	137

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1:	Arten von SuC angelehnt an (Boeckh, 2017, S. 15)	18
Tabelle 2:	Ablauf Fremde-Situation-Test (nach Ainsworth et al., 1969 in Strauß, 2014, S. 46; vgl. Neyer & Asendorpf, 2018, S. 255)	49
Tabelle 3:	Klassifikationen der Bindungsstile und spezifisches Verhalten	50
Tabelle 4:	Beispiele für Verhaltensmodi in den Systemen „Bindung“ und „Exploration“	53
Tabelle 5:	Haltung und Arbeitsweise in der MBT (vgl. Taubner & Kotte (2015, S. 9 f.))	74
Tabelle 6:	Psychische Abwehrmechanismen	99
Tabelle 7:	Acht Psychodramatechniken mentalisierungsorientiert (vgl. Krüger, 2020, S. 55)	108
Tabelle 8:	Psychodramatische Wirkfaktoren (rollentheoretisch basiert)	116
Tabelle 9:	Strukturmodell der Wirkungen beim ergebnisorientierten Einzelcoaching (Greif, 2008, S. 277)	116
Tabelle 10:	Strukturmodell von Wirkfaktoren in MenSuC in Anlehnung an (Greif, 2008, S. 277)	118

Tabelle 11: Seminarablauf GSV 122

Tabelle 12: Erste Annahmen und Analysevergleich auf Basis der Angaben durch den Protagonisten 125

Tabelle 13: Zweite Annahmen und Analysevergleich der Antagonist:innenrollen 128

Tabelle 14: Abwehrmechanismen und analoge Psychodramatechniken in Anlehnung an (Krüger, 2020, S. 39) 132

Abkürzungsverzeichnis

BSO	Berufsverband für Coaching, Supervision und Organisationsberatung
BT	Bindungstheorie
DGSv	Deutsche Gesellschaft für Supervision und Coaching e.V.
GSV	Gruppensupervision
MBT	Mentalisierungsbasierte Therapie / Mentalization Based Treatment
MD	Monodrama
MeKon	Mentalisierungskonzept
MenOB	Mentalisierungsorientierte Organisationsberatung
MenOE	Mentalisierungsorientierte Organisatonsentwicklung
MenPD	Mentalisierungsorientiertes Psychodrama
MenSuC	Mentalisierungsorientiert psychodramatische/s Supervision und Coaching
OB	Organisationsberatung
OE	Organisationsentwicklung
PD	Psychodrama
PE	Personalentwicklung
RT	Rollentheorie
SD	Soziodrama
SM	Soziometrie
SuC	Supervision und Coaching
SuCo	Supervisor:innen und Coaches
TN	Teilnehmer:innen

Zusammenfassung

Der Leitfaden vermittelt mit dem Mentalisierungskonzept als theoretischer Grundlage für Beratungsprozesse eine psychodynamische Perspektive auf die Methoden des *Psychodramas* in den Formaten Supervision und Coaching.

Im Zentrum der Betrachtungen steht der Mensch in seinen vielfältigen Beziehungsnetzen. Das darin stattfindende Beziehungsgeschehen ist dynamisch und wenn es Gegenstand von Supervision und Coaching im organisationalen Kontext wird, mehr oder weniger konfliktbehaftet. Doch warum ist das so? Was sind die Ursachen für Konfliktgeschehen? Wie lassen sich Konflikte lösen und in Zukunft vermeiden?

Um sich der Beantwortung dieser Fragen zu nähern, werden im ersten Teil die Entwicklungen von Rollentheorien in den letzten einhundert Jahren nachgezeichnet und aufeinander bezogen. Es entsteht ein Bild des Menschen in seinen Beziehungen zu Anderen und seiner gesamten sozialen Umwelt, eingebettet in die Gesellschaft.

Der zweite Teil beschäftigt sich zu Beginn kurz mit den Anfängen der Psychoanalyse, um danach ausführlicher zur psychoanalytischen Bindungs- und Objektbeziehungstheorie als Grundlage für das Mentalisierungskonzept überzugehen, das weitere Wissenschaften inkludiert, um eine umfassende Theorie der Entstehung des Selbst zu entwickeln. Ein Selbst, das Intentionen, Gefühle, Wünsche, Absichten und Bedürfnisse bei sich und anderen als mentale Repräsentationen erkennen kann und reflektiert.

Das schafft die Voraussetzungen für ein wissenschaftlich fundiertes Verständnis mentalisierungsorientierten *Psychodramas*, das im Leitfaden aus dem therapeutischen Kontext auf Supervision und Coaching übertragen wird. Dazu werden die wichtigsten psychodramatischen Methoden und Techniken vorgestellt und allgemeine Wirkfaktoren in mentalisierungsorientierten Supervisions- und Coachingprozessen definiert.

Eine Fallbeispiel zeigt anschaulich den hohen Praxisbezug der vorgestellten Theorien und Methoden. Mit einer kurzen Überprüfung der Eingangshypothese und einem würdigendem Schlusskapitel endet der Leitfaden.

Dem Leitfaden vorangestellt ist ein Abkürzungsverzeichnis und ein ausführliches Glossar mit Erläuterungen zu den verwendeten Fachbegriffen. Verweise und wissenschaftliche Quellen zu den oben erwähnten Theorien finden sich in den jeweiligen Kapiteln und dem Literaturverzeichnis.

Vorwort des Herausgebers

Psychodramatische Settings in Supervision und Coaching, die auf Basis des Mentalisierungskonzepts entwickelt werden, bauen epistemisches Vertrauen auf und führen zu bewusstem Mentalisieren, was sich positiv auf die Bindungsqualität als wichtigem Wirkfaktor in der Beziehung zwischen Klient:innen und Supervisor:in/Coach:in auswirkt.

Nun diese sperrig anmutende Hypothese ist gleichzeitig auch die zentrale Aussage des vorliegenden Textes. Andreas Stöffer nimmt sich damit einer Aufgabe an, welche zentral für psychosoziale Beratung ist: Wie unterstütze ich nicht nur die Klient:in bei der Lösung eines singulären Problems, sondern biete ihr an, den Zusammenhang zwischen Einstellung, Wahrnehmung und Befinden bewusst zu reflektieren. Schließlich kann dieser Weg auch hilfreich sein, um das eigene Selbst besser erkennen und verstehen zu lernen.

Um diese Idee auszuführen, bedient sich der Autor einer der wichtigsten methodischen Zugänge psychosozialer Beratung, des Psychodramas. Das Psychodrama ist hier von besonderer Bedeutung, da es die Möglichkeit bietet, Lebensereignisse szenisch darzustellen und gleichzeitig diese Szenarien zu modulieren. Dadurch kann sich ein Fenster exzentrischer Betrachtung und tiefer Reflexion bieten. Dahinter steht dann auch die Möglichkeit, die Verknüpfung von Wahrnehmung und Bewusstsein zu erkennen und in reflexiver Haltung zu einem bewussteren Sein, eingebettet in eine soziale Umwelt, zu gelangen.

Andreas Stöffer nimmt uns hier mit auf eine historische Reise. Er zeigt uns Denker und Wurzeln der Rollentheorie. Dies tut er konzentriert und zeigt die Kontinuität in der Entwicklung sozialpsychologischen Denkens. Der zweite große Theorieblock befasst sich dann mit Bindungstheorien und in Kapitel 5 wendet er sich dem Konzept der Mentalisierung zu.

Dieser stringente Aufbau ermöglicht es der Leser:in sich fundiert in das Gesamtkonzept einzuarbeiten. Mentalisierung als Leitbegriff

der Arbeit beschreibt die Fähigkeit, seine eigene innere Welt wahrzunehmen und bildet dabei die Grundlage zur Entwicklung des Selbst und zum Erkennen wie Verstehen der Anderen mit Ihren Intentionen, Handlungsmotivationen, Absichten und Wünschen. Insofern geht es dabei um eine Wahrnehmungs- wie Denkkategorie, welche im vertrauensvollen Miteinander gegenseitig aufgebaut werden kann. Eine Stärke der vorliegenden Arbeit liegt darin, dies gleichermaßen fundiert wie nachvollziehbar darzustellen.

Andreas Stöffer ist Psychodramatiker und so ist seine Darstellung dieser Methode anschaulich und praxisnah. Hier gewinnt der Leser einen guten Einblick in eine oft weit verstreute Darstellung der Methoden und Techniken des Verfahrens. Die beiden abschließenden Kapitel zeigen die Umsetzung des Konzepts, seine Wirkfaktoren sowie ein ausgewähltes Praxisbeispiel.

Die vorliegende Schrift ist ein Gewinn für alle Menschen, welche in psychosozialen Beratungssettings arbeiten. Stöffer ist es gelungen, einen weiten Theoriebogen zu spannen und gleichzeitig – sehr exakt – die Umsetzung des Konzepts der Mentalisierung im Psychodrama, anhand von Praxisbeispielen, zu illustrieren. Nebenbei findet die Leser:in eine Fülle von Belegen und Hinweisen, welche zum Weiterlesen anspornen. Dies macht das Werk umso lesenswerter.

Kempten 24.01.2023

Markus Jüster

Danksagung

In meinem Grundstudium in den 80er Jahren habe ich durch den Theaterpädagogen und damaligen Professor Jaroslav Plichta das Psychodrama kennengelernt. Dafür bin ich ihm heute noch dankbar, denn ich war fasziniert, so dass ich damals schon beschloss, eine Fortbildung zum Psychodramatiker zu machen. Ich wollte mit den Methoden arbeiten und Menschen bei Problemlösungen unterstützen. 20 Jahre später habe ich dann endlich damit begonnen.

Und der Anfang war sehr schön. Dafür möchte ich der damaligen Gruppe und der Leitung danken, die tiefe Reflexionen und einen hohen Grad an Selbsterfahrung ermöglichten. Die Lust auf mehr Psychodrama führte mich dann auch einige Jahre später nach Indien. Im Rahmen einer Qualifikation zum Psychodrama-Leiter hatte ich die Gelegenheit mit indischen Kolleg:innen daran teilzunehmen und sie auch übend anzuleiten. Die vielen Begegnungen in dieser intensiven Zeit, haben mir gezeigt, dass neben den kulturellen Unterschieden, darunter liegende Wünsche, Bedürfnisse, Intentionen und Absichten bei uns Allen die Gleichen sind. Sie sind universell. Die in Indien gesammelten Erkenntnisse und Erfahrungen, durch ein authentisches und offenes Gruppengeschehen, erfüllen mich mit großer Dankbarkeit und ich erlebe das immer wieder als eine wundervolle Bereicherung.

Bei aller Dankbarkeit fehlte mir aber immer die Theorie in den Qualifikationen, die definitiv viel zu kurz kam und sich mehr auf Methoden und Techniken bezog als auf die zugrunde liegenden Theorien. Nach einiger Überlegung beschloss ich, noch ein Masterstudium zu beginnen und diese Lücken zu schließen. Ich fand den Studiengang von Prof. Dr. Jüster, der das Vorwort zu diesem Leitfaden geschrieben hat und der Herausgeber ist. Ihm danke ich sehr für seine Unterstützung während des gesamten Studiums, bei der Erstellung der These und für die Möglichkeit diesen Leitfaden in seiner Reihe beim Tectum Verlag zu veröffentlichen. Er gab mir wichtige Impulse für die Theorie und