



Das Rollenspiel

Grundlagenbetrachtungen, Wirksamkeitsaspekte und Anwendungsbereiche

von Rainer Knappe

Das Rollenspiel (RS) ist eine der ursprünglichsten und vielseitig einsetzbarsten, evaluierten Methoden des pädagogischen Handelns und besticht durch den möglichen Einsatz in einer Vielzahl an unterschiedlichen Professionen und Disziplinen. Dieser Artikel führt die Leser von der Geschichte des Rollenspiels bis hin zur gegenwärtigen Ausprägung und wagt sogar einen Blick in die Zukunft. Es werden u. a. kritische Entwicklungen näher beleuchtet und Chancen sowie Grenzen des Rollenspiels in unserer heutigen Gesellschaft aufgezeigt.

„Der Mensch spielt nur,
wo er in voller Bedeutung
des Wortes Mensch ist,
und er ist nur da ganz Mensch,
wo er spielt.“

(Friedrich Schiller)

Vorbemerkungen

Das Rollenspiel (RS) ist eine der ältesten und bewährtesten Methoden des pädagogischen Handelns. Pädagogik, Psychologie, Medizin, Neurobiologie und auch andere wissenschaftliche Bereiche wie z. B. die

Wirtschaftswissenschaften setzen auf die Methode des RS um essentielle Lernprozesse zu initiieren und zu gestalten. Bereits in früher Kindheit ist Rollenspielerverhalten beobachtbar und fördert die Einübung sozialer Rollen (Vater, Mutter, Kind) und die Entwicklung eines kindgemäßen Weltverständnisses. RS sind Teil des natürlichen kindlichen Verhaltensrepertoires und – besonders wichtig – intrinsisch motiviert. RS als pädagogisch-therapeutische Methode ist Teil von Prävention, Diagnostik, Intervention und auch der Qualitätssicherung / Controlling z. B. im Finanzsektor.

Insbesondere in der Präventions- und Interventionsarbeit mit Kindern und Jugendlichen, der Erwachsenenbildung und der Psychotherapie leistet das RS einen wertvollen Beitrag und gehört zum Standardrepertoire.

In der modernen Pädagogik wird die Methode des RS insbesondere zur Erreichung verschiedener (Erziehungs-)Ziele eingesetzt. Dies sind u. a.:

- ▶ die Erziehung zur Mündigkeit/Selbstständigkeit;
- ▶ die selbstbestimmte Entwicklung des Menschen (Selbstmanagement);
- ▶ die demokratische Sozialisation in Familie und Gesellschaft;
- ▶ die Entwicklung sozialer Kompetenz (Fähigkeit, angemessene Kompromisse zu finden zwischen der Befriedigung eigener Bedürfnisse und sozialer Anpassung);
- ▶ die Ausbildung von Selbstreflexion, um lebenslange Identitätsentwicklungsprozesse erfolgreich zu gestalten.

Geschichte des Rollenspiels

Seit vielen Jahrtausenden begleiten RS als gespielte und zu spielende Narrative die Entwicklung des Menschen. Im Mittelpunkt dieser Darstellungen stehen meist „Heldennarrative“, „Sieg- und Niederlageerzählungen“ und „Götterhandeln“. Es sind in der Regel konstruierte „Entweder-oder“-Situationsvorstellungen, die v. a. patriarchale Gesellschaftsstrukturen reflektieren, aufbauen und sichern. RS dienen historisch gesehen (teilweise bis hin zur jüngsten Gegenwart) gesellschaftlich traditioneller Herrschaftssicherung, der sozialen Kontrolle sowie der Weitergabe von Traditionen.

Mit Beginn der Renaissance werden emanzipatorische Ansätze (Humanismus) aus der griechischen Antike wieder „neu“ zur Kenntnis genommen und in pädagogische Zielvorstellungen integriert. Bestehende Gesellschaftsstrukturen werden stark in Frage gestellt und alternative Gesellschaftsentwicklungen finden sich erstmalig als utopische (moderne) Rollen- und Gesellschaftsentwürfe (Thomas Morus: Utopia 1516 – in Anlehnung an Platon ca. 380 v. Chr.).

Mit zunehmend kapitalistischer Gesellschaftsentwicklung und beginnender Trennung von Kirche und Staat werden die Vorstellungen über Rollen von Menschen dann differenzierter, individualistischer aber auch mehr und mehr von ökonomischen Verwertungszielen bestimmt.

Mit Beginn des 20. Jahrhunderts konkurrieren schließlich kollektivierende Rollenvorstellungen mit Vorstellungen eines demokratisch orientierten Individualismus, nationalfaschistische Rollenbilder kontrastieren z. B. reformpädagogische Ansätze.

Die modernen (und noch heute aktuellen) Varianten des RS betonen Eigenverantwortung, Selbstbestimmung, demokratische Entwicklung, selbstkritisches Rollenverhalten und soziale Verantwortung. Im Gegensatz dazu stehen z. B. ökonomisch sehr erfolgreiche mediengestützte RS (z. B. Egoshooter), die allein die Vernichtung möglichst vieler Menschen/Kreaturen (sogenannter „Feinde“) zum Ziel haben. Eine Nichtvernichtung dieser „Feinde“ führt unweigerlich zur eigenen Vernichtung im RS. Entweder „Ich“ oder der „Feind“ – Alternativen dazu existieren kaum, woran auch gelegentliche „Rettungsnarrative“ (Held rettet „Unschuldige“ vor „extremen Feinden“) nichts ändern. Das platzierte Hilfethema soll die virtuelle Tötung von Menschen nur umso deutlicher als „Entweder die – oder ich/wir“ legitimieren.

In den letzten Jahrzehnten hat sich die soziale Einbettung von RS erheblich gewandelt. Insbesondere bei den mediengestützten Varianten ist die Beteiligung von konkret anwesenden Mitspielern mit der Möglichkeit zu direkter persönlicher Rückmeldung nicht mehr notwendig. Der Einbezug eines virtuellen Hier und Jetzt von Mitspielern im Internet kann den direkten persönlichen Rollenspielbezug an einem realen gemeinsamen Ort und in realer gemeinsamer Zeit nicht ersetzen.

Möglicherweise können die jüngsten technischen Entwicklungen im Bereich der „virtuellen Realität“ (VR) zu einer Neubewertung der Beziehungsebene beim virtuellen RS führen. Es gibt belastbare wissenschaftliche Hinweise, dass die Durchführung von RS im virtuellen Raum (mittels VR-Brillen) ähnlich wirksam ist, wie eine reale persönliche Anwesenheit (Carl et al., 2019). Bezüglich einer abschließenden Antwort hinsichtlich der Wirksamkeit der VR-Beziehungsebene beim RS bedarf es jedoch weiterer Forschungsbemühungen.

Theorie des Rollenspiels

Ursprünglich aus dem Psychodrama (Moreno 1943) entstammend, hat sich das RS im psychotherapeutischen Kontext zu einem mächtigen / fest etablierten Instrument der Verhaltensmodifikation entwickelt. Besonders in gestalttherapeutischen und verhaltenstherapeutischen Interventionen hat es seinen festen Platz gefunden, wenngleich sich alle wichtigen Psychotherapieverfahren erfolgreich dieser Methode bedienen – jedoch mit unterschiedlicher Schwerpunktsetzung. So wie gesellschaftliche Strukturen durch das RS aufbrechen (s. o.), kann der/die Einzelne ei-



ne individuelle Utopie vom besseren, d. h. freieren, flexibleren und offenerem Leben ohne Risiko im RS austesten und für sich überprüfen.

1. Lerntheorien

Psychologische Lerntheorien stellen eine wichtige theoretische Basis des RS dar. Operante Lerntheorien/-methoden (z. B. differentielles Lob des Erziehers), kognitive Lerntheorien/-methoden (z. B. kognitive Umstrukturierung durch neue Erfahrungen), Verbesserung der Selbstwirksamkeitserfahrungen (z. B. durch erhöhtes Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten), Habituation (z. B. Exposition – Gewöhnung an beängstigende Situation) und Modelllernen (Lernen vom gesehenen und erlebten Modellverhalten z. B. von der Erzieherin) bilden die Grundlage einer theoretischen Fundierung. Eine herausragende Bedeutung kommt hierbei zweifelsohne dem „Modelllernen“ zu, das von 6 Bedingungen maßgeblich bestimmt ist:

- a) *Ähnlichkeit zwischen Modell und Beobachter:* Der Beobachter nimmt am Modell ein Verhalten wahr, das er selbst realisieren möchte.
- b) *Emotionale Beziehung zwischen Beobachter und Modell:* Je intensiver die Beziehung, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit der Verhaltensnachahmung.
- c) *Konsequenzen des Verhaltens:* Vermutet der Beobachter hinter dem gesehenen Verhalten einen Erfolg, dann ist die Wahrscheinlichkeit der Nachahmung größer.
- d) *Stellvertretende Verstärkung:* Sieht der Beobachter die Konsequenzen am Modell nach einem Verhalten, so wirkt sich dieses auf sein Handeln aus.
- e) *Sozialer Status des Modells:* Personen, die einen höheren sozialen Status als der Beobachter haben, werden eher nachgeahmt, als Personen mit gleichem oder niedrigerem Status.
- f) *Soziale Macht des Modells:* Das Modell sollte Macht oder andere kontrollierende Merkmale auf den Beobachter ausüben können. Dem Beobachter ist bewusst, dass das Modell belohnen oder bestrafen kann. Hierin äußert sich die Machtposition.

2. Entwicklungspsychologische Aspekte

Entwicklungspsychologisch sind für das therapeutische RS folgende Fähigkeiten besonders relevant:

- ▶ Fähigkeit zur Perspektivenübernahme: beginnend mit dem Alter ab ca. 4 Jahren.
- ▶ Theory of Mind: Hypothesenbildung über Motive, Intentionen und Wünsche des Anderen (ebenfalls ab ca. 4 Jahren).

- ▶ Fähigkeit zu Empathie: Fähigkeit sich in einen Anderen hinein zu versetzen und an seiner Stelle mitzuempfinden (Empathie/Spiegelempfindungen).
- ▶ Entwicklung des spontan auftretenden RS.

Das RS als Form des sozialen Symbolspiels ist bei 3-Jährigen kaum, jedoch bei Kindern im Alter von 4 Jahren bei fast allen Kindern zu beobachten. In diesem Alter können die meisten Kinder im Spiel komplexe Rollen einnehmen. Die Dauer solcher Spiele nimmt im Alter von 4 – 5 Jahren noch deutlich zu. Im Vergleich zu anderen Formen des Spiels, ist das RS bei 4-jährigen Kindern die am seltensten gewählte Art des Spielens. Bei 7-Jährigen, die sich metakognitiv selbst anleiten können, werden komplexe soziale Interaktionen und umfassende Handlungsabläufe zum Inhalt des RS (z. B. einzelne Schritte beim sozialen Problemlösen).

3. Neurobiologische Aspekte

Fremd und selbst induzierte psychotherapeutische Veränderungen (auch durch RS) können durch die neurobiologischen Forschungen in gewissem Umfang bestätigt werden. Schon allein durch „als-ob“-Handeln im RS werden neuronale Verbindungen geknüpft und das Auftreten des gewünschten funktionaleren Verhaltens im Alltag somit gebahnt. Psychotherapie ist nachgewiesenermaßen in der Lage, die organische Struktur des Gehirns nachhaltig zu verändern. Dies kann auch für pädagogisches Veränderungshandeln postuliert werden.

Neurobiologische Studien zeigen, dass das Gehirn von Anfang an durch Interaktion organisch geformt wird. In tierexperimentellen Befunden wurde besonders der prägende Einfluss der frühen Umgebung auf

- ▶ Hirngröße,
- ▶ Anzahl und Qualität der gebildeten Neuronen und Nervenzellverbindungen,
- ▶ Stressanfälligkeit,
- ▶ Resistenz gegen Krankheiten und
- ▶ späteres Explorationsverhalten (der erwachsenen Tiere) festgestellt.

Weitere wichtige Einflussgrößen sind:

- ▶ Schwangerschaftsverlauf,
- ▶ Geburtsverlauf,
- ▶ das Ausmaß und die Qualität der mütterlichen Zuwendung (Gottwald, 2015).

Die neurobiologische Forschung am Menschen kann insbesondere mit Hilfe bildgebender Verfahren Parallelen zu den tierexperimentellen Ergebnissen aufzeigen.

So spielt Stress sowohl prä-, als auch postnatal eine wichtige Rolle bei der hirnorganischen Entwicklung. Der Einfluss der individuellen Neuroplastizität, die Art und Weise des persönlichen Erinnerns und die individuelle Gestalt von Affekt und Emotion haben somit Einfluss auf die neurobiologische Wirksamkeit des RS.

Folglich sollte das limbische System als für Emotionen, Lernen, Motivation und Gedächtnis hoch relevante Hirnstruktur bei der Durchführung von RS berücksichtigt werden. Der/die Therapeut*in bzw. die pädagogische Fachkraft und die Gruppenmitglieder müssen füreinander wechselseitig emotional bedeutsam sein. Eine solche möglichst zielorientierte, professionell pädagogisch/therapeutische Verbindung ermöglicht das Gefühl von Zugehörigkeit mit Aktivierung des Belohnungssystems mit der Ausschüttung von Dopamin, Opiaten und Wachstumsfaktoren wie BDNF (Brain-derived neurotrophic factor), die eine heilsame Veränderung neuronaler Strukturen erleichtern: „Neurons who fire together, wire together“ (Gottwald, 2015).

4. Konsistenztheorie als integrierendes theoretisches Modell (Grawe, 2004)

Eine der Grundlagen menschlichen Verhaltens ist die Suche der Person nach Übereinstimmung bzw. Vereinbarkeit der gleichzeitig ablaufenden eigenen neuronalen und psychischen Prozesse. Diese Übereinstimmung bezeichnet Grawe als *Konsistenz*.

Je höher die Konsistenz, desto gesünder sei der Mensch um die vier von Grawe postulierten Grundbedürfnisse (Orientierung / Kontrolle, Lustgewinn / Unlustvermeidung, Bindung, Selbstwerterhöhung / -schutz) zu befriedigen.

Die Grundbedürfnisse sind evolutionär angelegt und streben grundsätzlich nach Bedürfnisbefriedigung. Im Austausch mit der Umwelt bilden sich motivationale Schemata mit dem Ziel der Befriedigung dieser Bedürfnisse heraus. *Motivationale Schemata* sind somit die Mittel, die das Individuum im Laufe seines Lebens entwickelt, um seine Grundbedürfnisse zu befriedigen und sich vor Verletzung zu schützen. Dies geschieht auf der Basis von Annäherungs- und Vermeidungsschemata.

Dabei dienen *Annäherungsschemata* der Erfüllung und *Vermeidungsschemata* der Verhinderung von Verletzungen, Bedrohungen oder Enttäuschungen der Grundbedürfnisse.

Werden die aktivierten motivationalen Ziele des Individuums verfehlt, tritt nach Grawe Inkongruenz auf. Werden annähernde und vermeidende Tendenzen gleichzeitig aktiviert und hemmen sich dadurch ge-

genseitig, spricht Grawe von einem *motivationalen Konflikt* [z. B. *Ich möchte auf eine Party (Lustgewinn/ Bindungsbedürfnis) und ich habe gleichzeitig Angst, dort abgelehnt zu werden (Bedürfnis nach Selbstwert-schutz)*]. Dies ist auch der Fall, wenn sich überhaupt verschiedene Schemata, gleich ob annähernd oder vermeidend, gegenseitig blockieren und damit die effektive Auseinandersetzung mit der Umwelt beeinträchtigen.

Das RS ist eine wichtige Methode, Inkongruenzen zu identifizieren, Ressourcen zu stärken und positive Veränderungen unter Berücksichtigung und Befriedigung der Grundbedürfnisse auch neuronal anzustoßen, aufzubauen und zu sichern.

5. Fazit aus den theoretischen Überlegungen

Das RS als Methode eignet sich in besonderem Maße dazu, funktionalere Wege zur eigenen Bedürfnisbefriedigung zu erproben. Die im geschützten RS-Rahmen gemachten Erfahrungen geben Mut und Hoffnung, um Neues auch im „echten Leben“ auszuprobieren und gewohnte Denk-, Verhaltens- und Erlebensmuster in Frage zu stellen.

Das RS stellt somit eine effektive Methode zur pädagogisch-therapeutischen Prävention, Diagnostik, Intervention/Veränderung von problematischen Verhaltensweisen, Emotionen sowie Aufrechterhaltung von Veränderungen und Ressourcen dar. Trotz unbestrittener Wirksamkeit dieser Interventionsform in der Fachöffentlichkeit, ist die empirische Forschung bezüglich belastbarer Wirksamkeitsnachweise wenig ergiebig. Lediglich in Kombination mit anderen pädagogisch-therapeutischen Verfahren, konnte die Wirksamkeit von RS empirisch bereits hinreichend gut belegt werden.

Die praktische Durchführung von RS bedarf besonderer Kompetenzen und besonderer pädagogisch-therapeutischer Fähigkeiten. In diesem Zusammenhang sei abschließend auf fachspezifische Fort- und Weiterbildung verwiesen.

Literatur & Links

CARL, E., STEIN, A., LEVIHN-COON, A., POGUE, J., ROTHBAUM, B., EMMELKAMP, P., ASMUNDSON, G., CARLBRING, P. & POWERS, M.: **Virtual reality exposure therapy for anxiety and related disorders: A meta-analysis of randomized controlled trials.** In: Journal of Anxiety Disorders, 61, 27–36. (2019).

GOTTWALD, CHRISTIAN: **Bewusstseinsprozesse und Körper in der Psychotherapie – neurobiologische Aspekte.** In: Psychologische Medizin, 26 (1), 17–35 (2015).

GRAWE, K.: **Neuropsychotherapie.** Hogrefe, Göttingen (2004).