

M10.7 Durchführung der Rollenspiele

– Merkblatt für Therapeuten –

Vorbereitung

Haben sich Therapeut und Patient auf eine Rollenspielsituation geeinigt, werden die wichtigsten äußeren Bedingungen besprochen wie z. B.: »Wo spielt die Situation?« (im Bus, Kaufhaus usw.), »Sind wir allein?«, »Welche anderen sind anwesend?«



Erstes Rollenspiel

Der Therapeut muss als Rollenspielpartner darauf achten, dass die Schwierigkeit für den Patienten so hoch ist, dass dieser sich wirklich einsetzen muss, um zum Erfolg zu kommen. Das Rollenspiel darf aber nie mit einem Misserfolg enden.



Erste Feedbackphase

In der Nachbesprechung des Rollenspiels sind mit dem Patienten zwei bis maximal vier Änderungsvorsätze für das zweite Rollenspiel herauszuarbeiten. Ausgangspunkt des Gesprächs ist die Frage, welche Instruktionen der Patient bereits umgesetzt hat, was er also gut gemacht hat. Falls der Patient Selbstkritik äußert, sollte der Therapeut ihn bitten, diese in konkrete und konstruktive Verhaltensvorsätze für das zweite Rollenspiel umzuformulieren (Therapeutenfrage z. B.: »Was ist es genau, was Sie also beim nächsten Mal anders machen wollen?«)

Beim Videofeedback sehen sich Therapeut und Patient gemeinsam vor dem Monitor die Videoaufzeichnung des ersten Rollenspiels an. Dabei wird der Patient aufgefordert, die Aufzeichnung immer dann anzuhalten, wenn ihm etwas auffällt, vor allem wenn er etwas gut gemacht hat. (Schon nach der ersten Rollenspieläußerung des Patienten lohnt es sich meistens, das Video zu stoppen und den Patienten kommentieren zu lassen.)



Zweites Rollenspiel

Grundsätzlich entspricht der Ablauf dem des ersten Rollenspiels. Um Patienten Fortschritte zu ermöglichen sollte der Schwierigkeitsgrad nicht erhöht werden.



Zweite Feedbackphase

Der Ablauf der zweiten Feedbackphase entspricht dem der ersten. Vor allem soll festgehalten werden, welche Vorsätze der Patient umgesetzt hat und welche positiven Effekte das ggf. hatte (z. B. auf den Therapeuten als Rollenspielpartner). Äußert der Patient weiterhin Kritik, sollte diese erneut in Vorsätze umformuliert werden. Zu deren Umsetzung kann dann auf den weiteren Verlauf der Therapie verwiesen werden.