

# Vorwort

Das Buch stellt einen ersten Überblick zum Thema Traum und Märchen in der handlungsorientierten Psychotherapie dar. Es bezieht sich auf Einführungsveranstaltungen, die ich während der Lindauer Psychotherapiewochen gehalten habe. Mein therapeutischer Hintergrund ist die psychodynamische Psychotherapie und das Psychodrama. Im vorliegenden Band wird vor allem das Psychodrama zu Wort kommen, da es den Aspekt der Handlung wie kein zweites Psychotherapieverfahren in den Vordergrund stellt. Gleichwohl wird beim Lesen deutlich werden, dass die psychodynamische Psychotherapie beim Umgang mit Träumen und Märchen nicht außen vor bleiben kann.

Das Umgehen mit Träumen hat in der Tradition der Psychologie und besonders der Psychotherapie eine lange Geschichte, von hermeneutisch-deutendem Verstehen und Analysieren bis hin zur Verneinung jeglichen verstehbaren Inhalts, von objekt- sowie subjektstufiger Lesart bis zu den luziden Träumen.

Auf der Grundlage psychodynamischer Theorie überlässt der szenisch-handelnde Zugang des Psychodramas das Verstehen der Traumbotschaft allein dem Träumer. Dies geschieht durch die Inszenierung eines »zweiten Träumens«. Die Traumbotschaft entschlüsselt sich damit im nachspielenden Handeln bzw. im Weiterspielen des Traums oder eines Traumfragments.

Das Märchen hat sich in der Psychotherapie nicht in gleichem Ausmaß durchsetzen können wie der Traum, kann aber ebenso einen wichtigen Schlüssel zum Verständnis innerer Rollen, unbewusster Konflikte und anstehender Lebensaufgaben darstellen.

Besonders der Einsatz im gruppentherapeutischen Setting bietet eine Fülle an Möglichkeiten, Märchen therapeutisch zu nutzen. Angefangen vom reinen szenischen Nachspiel des Märchens mit einer strukturierten Nachbesprechung, die Bezüge zum Alltagsleben herstellt, über das Spiel

verschiedener Märchenvarianten bis hin zum eigenständigen Verfassen von Bewältigungs- und Gruppenmärchen reicht das Spektrum, wie sich Patienten handlungsorientiert und spielerisch dem eigenen und dem gemeinsamen Unbewussten nähern können.

Das szenische und handlungsorientierte Vorgehen lässt sich sehr gut mit Narrativen, Imaginationen und Tagträumen oder mit einem kunsttherapeutischem Vorgehen kombinieren.

In diesem Band beschreibe ich konkrete Vorgehensweisen und erläutere sie an Fallbeispielen, so dass sie für die Leserinnen und Leser leicht in die eigene Praxis umsetzbar sind.

Im Text wurde aus Gründen flüssigerer Lesbarkeit meist die männliche Schreibform gewählt. Selbstverständlich schließt dies die weibliche Form ein.

Der Autor dankt an dieser Stelle besonders den Patientinnen und Patienten, sowie den Weiterbildungskandidatinnen und -kandidaten. Sie sind die wesentlichen aktiven und passiven Ideengeber für diesen Band. Daneben sind sowohl der kollegiale Austausch als auch die gegenseitige Anregung durch (nicht nur Psychodrama-)Kolleginnen und Kollegen für mich wichtig gewesen bei der Entstehung dieses Bandes. Ideen entstehen nicht in einem einzelnen Kopf, sondern nur in gemeinsamen geistigen Systemen und sozialen Netzwerken. Ohne die Verbindung zu meinen Freundinnen und Freunden sowie meiner Familie könnte ich solche Projekte nicht realisieren. Allen sei an dieser Stelle herzlich gedankt.

München, im Januar 2015

*Christian Stadler*