



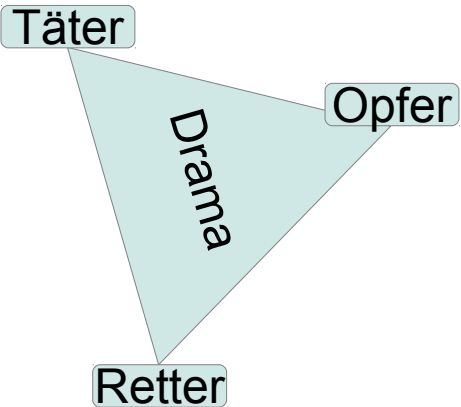
Täter-Opfer-Retter ein unendliches Spiel

Ausstieg aus dem Drama-Dreieck

Orientierung

Das Dramadreieck ist ein psychologisches und soziales Modell aus der Transaktionsanalyse, das zuerst von Stephen Karpman (1968) beschrieben wurde. Es handelt sich dabei um eine abstrahiert und vereinfachte Darstellung typisch menschlichen Verhaltens. Der Nutzen dieses Modells besteht darin, dass ich auf einfache Weise mein eigenes Verhalten im Kontext einschätzen kann. Dadurch schaffe ich eine alltagstaugliche Grundlage mein Konflikt- bzw. Konfliktlösungs-Verhalten bewusster – im Ideal-Fall konstruktiver - zu lenken.

Modell

<p>Das Opfer ist die vermeintlich "schwache" Position. Dem Opfer wirft man etwas vor, oder er/sie wird für etwas verantwortlich gemacht. Doch das Opfer ist nicht nur passives Opfer, sondern übernimmt diese Rolle auch, indem es sich selbst als machtlos erlebt und gleichzeitig Retter und Täter als mächtig erklärt.</p> <p>Sich als Opfer zu erleben, hat auch einen Nutzen. Man darf jammern, denn die anderen sind ja verantwortlich dafür, dass es einem schlecht geht. Opfer bleiben selten allein, denn sie üben eine magische Anziehungskraft aus.</p>	
<p>Der Retter im Drama-Dreieck ist der/die vermeintlich "Gute". Er greift helfend ein und reißt oft die gesamte Verantwortung für das 'Problem' des Opfers an sich. Retter reagieren auf tatsächliche Hilferufe von Opfern, meistens jedoch arbeiten sie ohne direkten Auftrag, sondern beziehen die Legitimität ihres Handelns aus der Situation ("Da muss doch jemand was tun!").</p>	<p>Der Täter/Verfolger ist im Drama-Dreieck der/die vermeintlich "Mächtige". Er will das Opfer beschuldigen, bestrafen oder zur Rechenschaft ziehen. Ähnlich wie der Retter, glaubt der Verfolger zu wissen, was die Ursache für eine problematische Situation ist (nämlich die Unfähigkeit oder Unwilligkeit des Opfers). Doch während der Retter mehr für Verständnis und sanfte Lösungen wirbt, plädiert der Verfolger für Konsequenz und Härte.</p>

Ausstieg

Ein Drama-Dreieck ist ein instabiles System. Man weiss nie, wann die Dynamik zunimmt oder die Rollen wechseln. Kann ich erkennen, dass ich Teil eines derartigen Spieles* bin, ist der empfohlene Weg, aus dem Spiel auszutreten. So einfach die Strategie tönt, so komplex ist möglicherweise der effektive Ausstieg. Denn sollte ein Drama bereits über Jahre spielen, dann sind die Rollen derart eingeübt und automatisiert, dass vermutlich ein Selbstgespräch oder eine kollegiale Beratung für einen erfolgreichen Ausstieg nicht mehr ausreichen. Hier ist sind Fachpersonen für zwischenmenschliche Kommunikation, Mediation und gegebenenfalls Therapie gefragt.

(* Das Wort Spiel wurde vom Transaktions-Analytiker Eric Berne eingeführt: Games people play, 1967)