

---

**Reihe *Erwärmungsphasen*, Teil 4:  
Thematisches Arbeiten im  
Humanistischen Psychodrama  
(Thema: Der “Hutladen” als Möglichkeit  
der Selbst- und Fremdwahrnehmung.)**

**Regine Müller-Peddinghaus**

<i>Arbeitsschritte</i>	<b>Therapeutische Überlegung</b>
<p><i>1. Jeder von uns ist täglich mehrfach mit der Frage nach der richtigen Bekleidung beschäftigt. Sei es unter dem Aspekt des Wetters, sei es unter dem Aspekt des sozialen Kontextes oder z. B. der Ausübung des Berufes. Jeder hat sicherlich auch für besondere Gelegenheiten besondere Kleidungsstücke, die Ausdruck geben von der aktuellen Befindlichkeit. Ich möchte Euch heute mit einem besonderen Kleidungsstück in Verbindung bringen, das ein wenig in Vergessenheit geraten ist, aber doch eine wichtige Rolle spielt und ge-</i></p>	<p>Die Gruppenteilnehmer werden über die erweiterte Thematik “Kleidung” zu dem besonderen Kleidungsstück “Hut” hingeführt, wobei durch beispielhafte sprichwörtliche Redewendungen oder phantasievolle Bezüge (weg vom Hut als Accessoire) der symbolische Gehalt bzw. die Rollenidentifikation, die mit dem Hut angedeutet werden soll, vermittelt wird.</p>

<p><i>spielt hat. Es ist der Hut. Welche Gedanken und Phantasien, Sprich-wörter, Lieder o. ä. fallen Euch zum Thema "Hut" ein? (Jeder teilt sich mit: z. B. Auf der Hut sein, gut behütet sein, behutsam sein usw.)</i></p> <p><i>Zeit: 10 Min.</i></p>	
<p><i>2. Heute lade ich Euch in einen Hutladen im Nachbarraum ein, in dem Ihr Euch einen Hut aus-suchen könnt, der Euch gefällt. Nehmt Euch jetzt Zeit, Hüte auszuprobieren, Euch im Spiegel zu betrachten. Haltet Eure Modenschau ab. Nach Eurer endgültigen Wahl nehmt Ihr Euren Hut in den Gruppenraum mit zurück.</i></p> <p><i>Zeit: 15 Min. Gesamtdauer: 25 Min.</i></p>	<p>Die vertiefende Erwärmung für das Thema Hut findet statt durch spielerisches Ausprobieren. Dabei nehmen die Gruppenteilnehmer sich selber und die anderen in ihrem körpersprachlichen und emotionalen Ausdruck unterschiedlich wahr. Hierdurch soll die Fremdwahrnehmung intensiviert werden bei gleichzeitiger körpersprachlicher Darstellung der eigenen "Rollenvorstellung".</p>
<p><i>3. Jeder Gruppenteilnehmer sucht sich einen Interviewpartner und tauscht sich mit ihm über die Bedeutung seines Hutes aus.</i></p> <p><i>Zeit: 15 Min. Gesamtdauer: 40 Min.</i></p>	<p>Das Interview führt zum eigenen Thema und zur aktuellen Lebenssituation. Das weitere Vorgehen in Bezug auf Handlungs- und Spielphase ist abhängig von der Entscheidung des Leiters, ob z. B. gruppen- (z. B.: Jeder stellt seinen Hut im Rollentausch vor und wird dabei gedoppelt.) oder protagonistenzentriert weitergearbeitet werden soll.</p>