

# Reihe *Erwärmungsphasen*, Teil I: Thematische Arbeit im Humanistischen Psychodrama (Thema: Identität - Namensidentität)

Hartmut Grüger

Arbeitsschritte	Therapeutische Überlegungen
<p>1. <i>Denkt an Eure Vornamen</i></p>	<p>Ziel der therapeutischen Arbeit: Größere Selbstakzeptanz.</p> <p>Hinführung auf das Thema.</p>
<p>2. <i>Wählt für Euren Vornamen ein Symbol</i></p>	<p>Verfremdung mit den Zielen: Neue Perspektiven der Identität zu erschließen, Widerstände abzubauen, Spielraum zur Darstellung zu gewinnen, das Material zu erschließen, analoge Erkenntnismodelle zu der bisherigen Sicht zu der Namensidentität herzustellen.</p>
<p>3. <i>Macht einen Rollentausch mit dem Symbol</i></p> <p style="text-align: right;"><i>Dauer: 3 Min.</i> <i>Gesamtdauer: 3 Min.</i></p>	<p>Werkzeug/Methodik zur Bearbeitung einer möglichen Identifikation mit dem Namen und Gestaltungsschritt mit den Zielen: Dichterer Einstieg in die Thematik, engere emotionale Anbindung an das Thema.</p> <p>Einbindung des individuellen Reflektions-</p>

<p>4. <i>Stellt Euch der Gruppe im Rollentausch als Symbol vor</i></p> <p><i>Dauer: 30 Min. Gesamtdauer: 33 Min.</i></p>	<p>prozesses in den Gruppenprozeß. Hierdurch Erhöhung der Gruppenkohärenz bzw. Verdichtung der soziometrischen Struktur der Gruppe. Die Arbeit an der Gruppenstruktur hat das Ziel, intensivere und vertrautere Beziehungen zwischen den Gruppenmitgliedern zu ermöglichen. Das gegenseitige Vertrauen der Gruppenteilnehmer bedeutet einen Angstabbau. Erwärmung der Gruppe tritt zur Erwärmung der Einzelnen hinzu. Zeitbegrenzung, da nicht mit allen gleichzeitig gearbeitet wird.</p>
<p>5. <i>Sucht Euch einen Partner, mit dem Ihr Euch austauschen könnt</i></p> <p>6. <i>Interviewt Euch gegenseitig in der Rolle des Symbols</i></p> <p><i>Dauer: 2 x10 Min. Gesamtdauer: 53 Min.</i></p>	<p>Die Möglichkeit (und Aufgabe), sich zu erklären, fördert das eigene (Selbst-)Verständnis. Die Fragen eröffnen mitunter neue Perspektiven oder geben Denkanstöße. Die Erklärungen und Antworten ermöglichen dem Fragenden Rückschlüsse auf seine eigene Identität. Der Austausch bedeutet eine Erweiterung der Sichtweise. Die Übernahme der Rolle bzw. das Spielen des Symbols intensiviert die (durch das Symbol erreichte) Verfremdung.</p>
<p>7. <i>Wählt nun für das Symbol Eures Partners eine Ergänzungsrolle und zeigt ihm, was Ihr non-verbal mit ihm macht.</i></p>	<p>(Beide Rollen kurz anspielen, eventuell mehrfach wiederholen, um Möglichkeit zur Modifikation zu erlangen.) Komplementäre Rollenanteile werden hinzugefügt. Das hat eine soziale Konfrontation zur Folge: Fehlende oder kritisch gesehene Themen können eingebracht werden. Der Partner reagiert mit einem eigenen Gefühl und eigener Sichtweise auf die vorgestellte Rolle - quasi im Dialog dazu - und zeigt, was er macht. Das bedeutet: Transformation auf körperliche Ebene,</p>

<p><i>Dauer: 2 x 5 Min. Gesamtdauer: 63 Min.</i></p>	<p>Analogie, Maximierung, ganzheitliche Reaktion, Reduktion auf überschaubare und verständliche Reaktion, emotionale Verdichtung, Begegnungsaspekt.</p> <p><u>Betonung des kognitiven Aspektes: Die</u></p>
<p>8. <i>Tauscht Euch über Eure Erfahrungen aus.</i></p> <p><i>Wie ging es Euch als Symbol, welches ergänzt wird?</i></p> <p><i>Wie ging es Euch als Ergänzungsrolle?</i></p> <p><i>Dauer: 2 x 5 Min. Gesamtdauer: 73 Min.</i></p>	<p>Erfahrungen sollen (gedanklich) gefaßt, integriert und akzeptiert werden. Chance, die eigenen Gefühle und Reaktionen zu reflektieren.</p> <p>Möglichkeit, sich auch von der Ergänzungsrolle abzugrenzen.</p> <p>In der Gesamtgruppe:</p>
<p>9. <i>Was habt Ihr insgesamt über Euch erfahren?</i></p> <p><i>Dauer: 17 Min. Gesamtdauer: 90 Min.</i></p>	<p>Zusammenfassung, Ergebnissicherung, (erneute) soziometrische Vernetzung, Veränderungswahrnehmung.</p>