

Reihe *Erwärmungsphasen*, Teil 2: Thematische Arbeit im Humanistischen Psychodrama (Thema: Warten)

Bärbel Neumann

Arbeitsschritte	Therapeutische Überlegung
<p><i>1. Heute ist der erste Advent. Alles bereitet sich im Moment auf eine Warte- phase vor. Die Natur macht sich "winterfertig", Menschen beginnen, sich auf das Ende des Jahres einzustellen.... Advent bedeutet für Christen, die Wiederkunft Jesu zu erwarten. Ich weiß nicht, was Euch diese Zeit bedeutet, aber mich bewegen folgende Fragen und Gedanken: Worauf warte ich? Ich bin hier in der Warteposition. Was mache ich eigentlich hier? Bin ich angekommen und warte auf meinen Koffer? Hole ich jemanden ab? Arbeite ich hier?</i></p>	<p>Anknüpfen an dem aktuellen Tagesgeschehen</p> <p>emotionale Einstimmung und gedankliche Zentrierung auf das Thema</p>

<p><i>Stellt Euch bitte eine Wartehalle vor. Geht jetzt in diese Wartehalle hinein und haltet Euch darin auf. Nehmt Euch dazu die Requisiten, die Ihr braucht. Unterhaltet Euch mit den anderen Wartenden. Fragt sie, was sie dort machen.</i></p> <p><i>Dauer: 30 Min. Gesamtdauer: 30 Min.</i></p>	<p>Einführung in eine Szene, in der das Thema repräsentiert ist</p> <p>weitere Fokussierung durch Symbolisierung mit Hilfe von Requisiten</p>
<p><i>2. Bitte sucht Euch einen Partner, mit dem Ihr Euch darüber austauschen könnt, was Ihr in der Wartehalle als Wartende empfunden habt.</i></p> <p><i>Wer seid Ihr z. B. gewesen? Was war Euch an dieser Rolle wichtig? Wem seid Ihr begegnet? usw.</i></p> <p><i>Interviewt Euch gegenseitig zu diesen Fragen, jeweils für ungefähr 10 Minuten.</i></p> <p><i>Dauer: 20 Min. Gesamtdauer: 50 Min.</i></p>	<p>Reflektionsphase über Erlebtes</p> <p>Analyse des Verhaltens im Rollenspiel der Warte-Szene</p> <p>Bewußtwerden der interaktionellen Bedeutung des individuellen Warte-Verhaltens</p>
<p><i>3. Ihr habt Euch jetzt darüber unterhalten, wie es Euch als Wartender ergangen ist. Ich möchte Euch</i></p>	

<p><i>nun bitten, dafür ein Stichwort zu nennen. ... fängst Du an ... ?</i></p> <p><i>Dauer: 5 Min. Gesamtdauer: 55 Min.</i></p>	<p>Konzentration auf einen zentralen Themenausschnitt</p>
<p><i>4. Ich möchte Euch jetzt bitten, 3 Gruppen zu bilden. Orientiert Euch bei der Gruppenbildung an Eurem Stichwort bzw. Eurem darin enthaltenen Thema und findet Euch mit denen zusammen, die ein ähnliches Thema benannt haben, wie Ihr selbst. Dann möchte ich Euch bitten, eine Art Wartehallen-Standbild zu entwickeln, in dem jeder von Euch mit seinem Stichwort bzw. Thema seinen speziellen Platz hat.</i></p> <p><i>Ihr könnt hierzu die vorhandenen Requisiten benutzen. Ihr habt 20 Minuten Zeit dazu.</i></p> <p><i>Dauer: 20 Min. Gesamtdauer: 75 Min.</i></p>	<p>Verknüpfung des individuellen Themenausschnitts mit den Themen anderer Gruppenmitglieder</p> <p>das individuelle Thema erfährt eine Variation durch die Notwendigkeit der Angleichung an die anderen Themenausschnitte</p>
<p><i>5. Ich möchte jetzt die einzelnen Gruppen bitten, die entwickelten Standbilder vorzustellen. Die übrigen von Euch bitte ich, nicht</i></p>	

<p><i>nur zuzuschauen, sondern sich in das Standbild hineinzuheben und Einzelne der anderen Gruppe in ihrer jeweiligen Warteposition zu doppeln und mitzuteilen, was Ihr beim Doppeln empfindet. Welche Gruppe möchte anfangen?</i></p> <p><i>Dauer: 3 x 15 Min. Gesamtdauer: 120 Min.</i></p>	<p>Die entstandenen Gruppenthemen werden einer erweiternden Variation durch die zunächst zuschauenden, dann aktiv mithandelnden Gruppenmitglieder zugeführt.</p>
<p><i>6. Nachdem jetzt jede Gruppe dran war und Ihr die Möglichkeit zum Doppeln hattet, möchte Ich Euch bitten, wieder in unserem Stuhlkreis zu einem Sharing zusammenzukommen.</i></p> <p><i>Dauer: 10 Min. Gesamtdauer: 130 Min.</i></p>	<p>Im Sharing wird der erlebte Veränderungsprozeß vom individuellen Fokus auf die interaktionell entstandenen Variationen für alle Gruppenteilnehmer veröffentlicht und stellt hiermit ein Modell für Verhaltens- und Erlebensänderung dar.</p>