

Das Psychodrama und seine Bedeutung, die es auch in Selbsthilfegruppen entfachen kann

Das Psychodrama ist eine pädagogische und therapeutische Methode, in der in spielerischer Form alle Themen, die Menschen bewegen, in Szene gesetzt werden können. Dadurch entstehen neue Ideen und Perspektiven, mit denen die Beteiligten ihre jeweiligen Probleme und Herausforderungen bearbeiten und bewältigen können. Das Psychodrama ist über 100 Jahre alt und hat sich vor allen Dingen in allen Formen von Gruppenarbeit bewährt.

An diesem Wochenende lernen wir auf spielerische Weise unterschiedliche Formen des Psychodramas kennen. Ein besonderer Schwerpunkt wird dabei auf Methoden liegen, mit der wir auch unsere Arbeit in der Selbsthilfegruppe reflektieren und weiter entwickeln können

- Mit Hilfe der „Lebendigen Zeitung“ lernen wir eine uralte Form des spielerischen Umgangs mit Themen, die uns beschäftigen, kennen
- Wir nutzen das Instrument der aktivierenden Skalierung, um die aktuelle Befindlichkeit in der Playbackgruppe zu erheben
- Mit der „Timeline“ lernen wir eine Methode kennen, mit der wir die Entwicklung unserer Gruppe würdigen und reflektieren können
- Den „Zauberladen“ – ein Urgestein des Psychodramas – verwandeln wir zu einer Möglichkeit des wertschätzenden Feedbacks in der Gruppe und zur Ressourcenerhebung

Alle Methoden werden gemeinsam erprobt und in ihrer Wirkung erfahren.

Zeit: Freitag, 3.11., 16.00 – 19.00 Uhr, Samstag 4.11., 9.30 – 16.30 Uhr

Leitung: Götz Liefert, Berlin, Psychodramaleiter, Supervisor, mit langjähriger Erfahrung in der Arbeit mit Selbsthilfegruppen