

## **„Systemische Beratung psychodramatisch“ – „Psychodrama systemisch“ Die Begegnung zweier Beratungswelten**

Zwischen den systemischen und psychodramatischen Denk- und Handlungsmodellen besteht eine große Ähnlichkeit: die Ressourcenorientierung, der Blick auf Beziehungen und Kontexte, die Aufmerksamkeit für Wechselwirkungen und Rückkopplungen, die Arbeit an sozialen Dynamiken und die konstruktivistischen Annahmen über menschliche Erkenntnis.

Die systemische Beratung entspringt einem multiprofessionellen Ansatz und steht für kontextorientiertes Denken und Handeln, welches sich an den spezifischen institutionellen und organisatorischen Arbeitsbedingungen der Berater und Beraterinnen orientiert. Systemische Beratung findet Anwendung in der Arbeit mit Einzelnen, Paaren, Familien, Teams und Gruppen. In über 30 Jahren systemischer Praxis hat das Wissen über die Dynamik psychischer und sozialer Systeme enorm zugenommen und eine Fülle von Methoden, Vorgehensweisen und Techniken wurde entwickelt. Der Fokus liegt dabei auf der Aktivierung von Ressourcen und dem Erweitern von Denk- und Handlungsmöglichkeiten. Probleme werden als Lösungsversuche wertgeschätzt und nutzbar gemacht.

Das Psychodrama ist eine handlungsorientierte Methode, in der ein szenisches Spiel sowohl sachliche Informationen als auch Problemlösungen für soziale und emotionale Konflikte darstellt und diese bearbeitet werden können. Den Spielenden sollen dabei neue Einsichten und die Entwicklung persönlicher Fähigkeiten ermöglicht werden, um eigene Ressourcen zu erkennen und Lösungen zu finden. Das Psychodrama bietet Raum zum Erforschen eigener Wirklichkeiten und anderer Sichtweisen. Der Rahmen ist dabei festgelegt, die Gestaltung des Spiels ist allerdings offen. Die Spielenden können das Thema auch nach eigenen Vorstellungen kreativ und spontan umsetzen. Die Vielfalt an Techniken innerhalb des Psychodramas ermöglicht dem Spielleiter und dem Protagonisten eine dem Thema und der Gruppe entsprechende Anwendung. Da es sich nicht um ein einfaches Rollenspiel handelt, bedarf es einer sorgfältigen Vorbereitung.

Methodenvielfalt und Kreativität sind eine wichtige Voraussetzung für die effiziente Bearbeitung von Themen. Szenische Arbeitsformen finden bei systemisch arbeitenden Beratern viel Wertschätzung, weil sie den Beratungsprozess erlebnisorientierter und nachhaltiger gestalten. Sie bieten einen direkteren Zugang zum emotionalen Erleben und unterstützen die Kreativität. In ihrer Handlungsorientierung haben sie eine Nähe zu den systemischen Aktionsmethoden. Beide Beratungsansätze sind ziel-, handlungs- und ressourcenorientiert ausgerichtet. Wie sie sich positiv ergänzen und doch unterscheiden, wollen wir in den Seminaren erkunden.

Die Fortbildung vermittelt eine ressourcenorientierte Grundhaltung und orientiert sich an der Entwicklung neuer Handlungsoptionen.

### **1. Seminar: Lösungsorientierung in Aktion**

Jeder, der ein Problem beschreibt, hat eine innere Kenntnis von der angestrebten Lösung. Wenn wir Lösungsideen entwickeln, werden wir wissen, von welchen Problemen wir uns verabschieden wollen.

*Methoden:* Lösungsszenarien erarbeiten, zu ersten Handlungsschritten anregen, Inszenierung der Wunderfrage, szenische Skalierung und Zeitlinienarbeit, Externalisierung

## 2. Seminar: **Ressourcenorientierung in Aktion**

Aufgrund der Problemfokussierung scheinen im Beratungsprozess die Ressourcen vergessen oder verschüttet zu sein. Die Ressourcen in Erzählungen und Handlungen wieder zu entdecken und als Berater zu benennen ist ein wichtiger Schritt zur Bewältigung konfliktreicher Situationen.

*Methodisch:* Ressourcen erkunden und benennen, Erfolge rückmelden und an Ressourcen anknüpfen, positive Verstärker setzen und Kompetenzen sowie Selbstwirksamkeit fördern

## 3. Seminar: **Beziehungsarbeit**

Die Beziehungsstrukturen von Familien, Gruppen oder Teams lassen sich mit unterschiedlichen Methoden abbilden und auf ihre Funktionalität bzw. Dysfunktionalität hin betrachten. Je nach Zielsetzung und Situation können wir auch mit Teilkontexten, Subsystemen, speziellen Fragestellungen oder Veränderungen im System arbeiten.

*Methodisch:* Im Fokus steht das Klären von Beziehungskonstellationen mithilfe der Aktionssoziometrie, Beziehungslandschaften, Skulpturen- und Aufstellungsarbeit

Die Techniken werden vorgestellt und von den Teilnehmern erprobt. Eine Anwendung im entsprechenden beruflichen Kontext wird reflektiert. Dabei sind Fallbeispiele und Fragestellungen aus der Praxis der Teilnehmer erwünscht. Es wird an diesen konkreten Fällen geübt und die Ideenvielfalt der Teilnehmer und Teilnehmerinnen wird konstruktiv einbezogen.

Die Fortbildung bietet ein Training des systemisch-psychodramatischen Arbeitens für die unterschiedlichen Beratungsformate und beruflichen Kontexte. Sie richtet sich an Interessierte mit Grundkenntnissen (250 Ustd.) in mindestens einer der beiden Beratungsmethoden, die einen neuen Blickwinkel einnehmen wollen.

Referentinnen:

Eva Hellmann

Dr. Ingeborg Wegehaupt-Schneider (im 3. Seminar)

Sigrid Wolter

Dipl. Sozialwiss., systemische Supervisorin, Familientherapeutin, Kinder- und Jugendlichen-therapeutin, Psychodrama-Practitioner ( IACC)

Ort: Hannover

Dauer/Umfang: 3 x 2 Tage