

Samstag Vormittag

WS 1 – Gabriele Biegler-Vitek, Thomas Sageder

WS 2 – Jutta Fürst, Hannes Krall

Weg mit den Symptomen - „Das Symptom, meine Salutogenese und ich“.

Es kommt erstens immer anders und zweitens als man denkt. Symptome überraschen, verunsichern und zwingen uns aus alltäglichen Bahnen. Sie belasten, belästigen und behindern. Symptome werden als etwas Fremdes erlebt, obwohl sie ja von uns selbst hervorgebracht werden. Psychodramatisch gesprochen kann ein Symptom jedoch als kreative Inszenierung gesehen werden, die sich aus dem physischen, psychischen und sozialen Geschehen entwickelt und sich unserer willentlichen und beabsichtigten Rollengestaltung entzieht. Salutogenetisch stellt sich die Frage, warum wir etwas hervorbringen sollten, was uns nicht von Nutzen sein könnte.

Mit dem Symptom in ein kreatives Spiel treten zu können bedeutet, nicht nur die belastenden und (ver-) störenden Seiten eines Symptoms kennen zu lernen, zu minimieren oder zu beseitigen, sondern auch dessen gesundheitsförderliches Potenzial zu entdecken. Psychodramatisch könnte inszeniert werden, was mit Verweis auf die Salutogenese oft gefordert wird: „Weg mit den Symptomen“.

WS 3 – Sabine Kern

Den Körper lieb gewinnen. Körperbeziehungsarbeit in der psychodramatischen Psychotherapie.

Dieses Workshop bietet einerseits einen theoretischen Einblick in die möglichen Ursachen und Symptomatiken von Körperwahrnehmungsstörungen.

Andererseits werden Übungen und Techniken zur Entwicklung und Stärkung eines positiven Körpergefühls vorgestellt und ausprobiert.

WS 4 – Theresa Klug

„Von nichts geht mehr zu in sechs Wochen gesund“ – was kann man in sechs Wochen stationärer psychiatrischer Rehabilitation mit Psychodrama ausrichten.

Menschen mit einem gemischten Diagnosespektrum von F2 bis F6 werden in einem stationären Setting in Einzel- und Gruppentherapien von einem Multidisziplinären Team in ihrer Gesundwerdung und Gesunderhaltung unterstützt. Das Ziel der Kostenträger ist, dass die Menschen gesund und arbeitsfähig werden. Das ist nicht immer auch das Ziel dieser Menschen. Was kann Psychodrama in diesem bunten Spektrum von gemischten Diagnosen auch unterschiedlichem Gesundungsfortschrittes, zur weiteren Gesundung

und Förderung der Widerstandskraft leisten. An Hand von Fallbeispielen möchte ich psychodramatisches Arbeiten in der Gruppe und in der Einzeltherapie und auch im Behandlungsteam vorstellen.

WS 5 – Claudia Matheis-Bittner, Michael Rath

WS 6 – Norbert Neuretter

„Nebenbei das richtige Maß finden“ die PD-Gruppe als Ressource bei PatientInnen mit psychosomatischen Störungen – oder - je größer die Unterschiede, desto höher der psychotherapeutische „Output“ oder Wirkung

In diesem Workshop stelle ich das von mir seit mehr als 10 Jahren praktizierte Gruppendesign einer ambulanten psychotherapeutischen PD-Gruppe vor. Zurzeit habe ich 4 Psychotherapeutische Gruppen (12 bis 16 TeilnehmerInnen, nach Möglichkeit ausgewogen Zusammensetzung von Frauen und Männern), in denen mehr als 30 % der KlientInnen mit psychosomatischen Störungen sind (Burn out-Symptomatik zähle ich dazu). In Behandlung sind zurzeit an die 60 Personen.

Die Vielfalt der unterschiedlichen Auffälligkeiten und Störungen einer ambulanten PD-Gruppe können bei geplanter und „gestylter“ Gestaltung des Gruppenprozesses, der Zusammensetzung und des zeitlichen Aufbaues (Minimum 4 Jahre/ an die 400 Stunden bei psychosomatischer Auffälligkeit) unterstützend für den Heilungsprozess sein. Nach meiner Erfahrung legen sich die Häufigkeit und Intensität der somatoformen Symptomatik meist nach einem Jahr. Dann erst kann mit der Tiefenarbeit begonnen werden. Die Kraft der Imagination und die Zeitreise in die Vorsprachlichkeit als Arbeitshypothese werden in der Arbeit mit dem abgespaltenen Anteil des „Inneren Kindes“ als eine wesentliche Komponente des Heilungsprozesses angesehen.

Neben dem Design werden auch verschiedenen Techniken des PD, System- und Trancearbeit sowie prozessorientierte Vignettenarbeit auf und mittels der gesamten Gruppenbühne vorgestellt.

WS 7 – Eva Preißler

Humor in der Psychotherapie, Stellwert des Humors in der Psychodramatherapie als Beitrag zur Salutogenese

Aufbau des Workshops :

Ganz persönliche Einführung ins Thema Humor

1. Allgemeine Überlegungen zum Thema Humor :

Humor als Geisteshaltung : " Seit es Menschen gibt ,hat der Mensch sich zuwenig gefreut !

Das allein, meine Brüder ist unsere Erbsünde .! Und lernen wir uns besser zu freuen, so verlernen wir am besten, anderen wehe zu tun und Wehes auszudenken." " (F. Nietzsche)

Humor in der Medizin - Klinikclowns - Lachen ist gesund !
Neurobiologische Erkenntnisse (ein kurzer Abriss)
Das " böse " Lachen

2. Den eigenen persönlichen Zugang zum Humor erforschen :

z.B.: wodurch wurde der eigene Sinn für Humor geprägt ?

Wie kann die eigene Humorfähigkeit gelernt und weiter entwickelt werden ?

Humor als Ausdruck persönlicher Reife : "Humor ist, wenn man trotzdem lacht " (Otto W. Bierbaum)

Einzelübungen und Übungen dafür in Kleingruppen

3. Psychodramatherapie -- und Einsatz von Humor , Spass und Lachen

den inneren Clown entdecken : der Staunen und sich Wundern kann, der liebevoll in den Augen des anderen das Wunderbare entdecken kann.

-- in welchen Rollen des Klienten ist der Humor auch beteiligt und wie kann dieser Humor und das Lachen im Psychodrama

von TherapeutInnen unterstützt werden ? -- Erfahrungsaustausch -- praktische Beispiele

Ich freue mich mit Ihnen dieses Workshop gestalten zu dürfen !

Eva Preißler

WS 8 – Hildegard Pruckner, Michael Schacht

Arbeiten auf der Begegnungsbühne: Der positive Blick auf die therapeutische Beziehung

Unter PsychodramatikerInnen ist viel von Begegnung die Rede. Häufig bleibt jedoch unklar, was es für die therapeutische Beziehung bedeutet, von diesem Konzept auszugehen. Im workshop werden zentrale Kennzeichen einer therapeutischen Grundhaltung entwickelt, die am Konzept der Begegnung ausgerichtet ist.

Begegnungsabsage wird als zentrales Merkmal psychischer Störungen verstanden. Sie dient dem Schutz vor Verletzung, reduziert jedoch den Spielraum der zwischenmenschlichen Interaktion und hält damit das Leiden aufrecht. Es ist die Aufgabe von TherapeutInnen, eine Brücke zu KlientInnen in ihrer Begegnungsabsage zu schlagen. Dabei sind die Rolle als TherapeutIn und persönliches Engagement auszubalancieren. Verschiedene Aspekte dieses Balanceakts werden praktisch erarbeitet.

WS 9 – Bettina Waldhelm-Auer

Wiederentdeckung der Lebendigkeit. Ressourcenorientiertes Psychodrama bei Suchtkranken

Die Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse und Gefühle, das Spüren von Lebendigkeit und Spontaneität im Rollenspiel sind entscheidende Schritte zur Ich-Stärkung und Selbstbestimmung.

Im Workshop werden Psychodrama-Interventionen vorgestellt, die sich in der therapeutischen Arbeit mit Suchtkranken bewährt haben. Ziele sind die Lust zur Veränderung und Erhöhung der Lebensqualität bei zufriedener Abstinenz. Bitte Fallbeispiele mitbringen!

Samstag Nachmittag

WS 1 – Claudia Darvish-Zadeh, Karl Staudinger

„Von der Gewalt zur lebhaften Aggression“ – Gewaltprävention in pädagogischen Systemen anhand des Einsatzes von psychodramatischen Mitteln“

Das Thema Gewalt ist in pädagogischen Systemen allgegenwärtig und macht PädagogInnen unsicher und hilflos: was tun, wenn Kinder in Schule, Kindergarten, WG's oder Horten, ... einander und den erwachsenen Bezugspersonen und Betreuern übergriffig und/oder gewalttätig begegnen?

WS 2 – Susanne Maria Hackl, Maria Stockinger

Ein positives Körperbild – ein positives Selbstbild. Wahrnehmen eigener Stärken durch psychodramatische Anwendungen.

Mit dem Körper ins Gespräch kommen und sich so entspannt über seine Stärken unterhalten.

Anhand von praktischen Übungen werden wir ins auf „Kur“ begeben und uns nachspüren und schauen und hören, was es zu sehen gibt.

Vielleicht lassen sich in der „Blitzkur“ Effekte erzielen und neue Rollen einordnen, die ins Alltagsleben mitgehen wollen.

WS 3 – Christian Pajek

Welche Beiträge liefert das Psychodrama zur Praxis und Theorie der Lebenskunst?

Unter dem Begriff Lebenskunst werden heute verschiedene Ansätze zusammengefasst, in denen es um die Daseinsbewältigung des Menschen geht, wodurch gleichzeitig auch wichtige salutogenetische Aspekte thematisiert werden. Frühe Ansätze der Lebenskunst und konkrete praktische Anwendungen finden sich bereits in alten Religionen oder der

antiken Philosophie und reichen herauf bis zu aktuellen Bemühungen heutiger Humanwissenschaften.

Das Psychodrama – als eine „ganzheitlich“ ausgerichtete therapeutische Methode – verfügt über eine Vielzahl an wertvollen Impulsen und Anstößen zum Thema Lebenskunst. Diese sollen in diesem Workshop sichtbar gemacht werden.

WS 4 – Andrea Nindler, Gerda Trinkel

Ressourcenorientiertes Arbeiten bei Menschen mit verschiedenen Störungsbildern bedeutet: Stabilisieren – Eröffnen von Wahlmöglichkeiten – Würdigen neuer Wege. Durch Aktivierung positiv besetzter Rollen werden Veränderungen und Heilungsprozesse eingeleitet und begleitet.

Psychodrama als „eine Methode, die Wahrheit der Seele durch Handeln zu ergründen“ (Moreno 1959, S.77) gibt uns die Möglichkeit persönliche Kraftquellen aufzuspüren. Wenn wir davon ausgehen und mit der Prämisse arbeiten, dass jeder Mensch Kräfte zur Selbstheilung in sich trägt, können wir ihn zu seinen Ressourcen und Potenzialen begleiten. Veränderung geschieht durch Aktivierung von positiv besetzten Rollen, die auf der Psychodrama- Bühne erlebbar gemacht werden können. Verletzende Erfahrungen, traumatische Erlebnisse, schwere Krankheiten engen ein und lassen den Zugang zu Zuversicht, Lebendigkeit und den Glauben an Selbstwirksamkeit verloren gehen.

In diesem Workshop wird erarbeitet, wie der innere Regisseur, die innere Regisseurin unterstützt werden kann, hoffnungsvolle, fröhliche und selbstfürsorgliche Rollen zu leben. Durch das Inszenieren von heilenden Szenen, durch das Eintauchen in die Welt der „Surplus-Reality“ aber auch durch das Anknüpfen „an die vorhandenen Ziele, Werte, und Möglichkeiten des Patienten“ (Grawe 2000, S. 34) geben wir der Stärkung von Selbstvertrauen und dem Erleben von Selbstwirksamkeit viel Raum und Entwicklungsmöglichkeit.

WS 5 – Maria Schönherr

Vom Leben fürs Leben lernen – szenische Bilder hervorholen und verändern. Das Wunderbare, Wandelbare – ein salutogenetischer Ansatz.

Das szenische Spiel wird zentral platziert. Die Erkenntnis, die wir durch die Dramaturgie gewinnen, ermöglicht uns eine Wiedergewinnung der Innerlichkeit. Es geht um die Wiederentdeckung der Seele, darüber hinaus aber um die Wiederauffindung des Menschen als Schöpfer seines Schicksals. Was könnte sich für diese **Aneignungserfahrung** besser eignen als das "Theater"? Durch das Psychodrama wird die Verknüpfung von ICH und DU zur Begegnung mit sich selbst.

WS 6 – Manfred Stelzig

Krank ohne Befund

Mindestens 1/5 der PatientInnen einer Allgemeinpraxis aber auch in den Ordinationen von FachärztInnen leiden an Symptomen, die organisch nicht beweisbar sind. Viele dieser Erkrankungen sind stressinduziert, es gibt jedoch auch andere Entstehungsbedingungen. Inhalt des Seminars soll sein einerseits diese zu erfassen, andererseits Bewältigungsmöglichkeiten aufzuzeigen. Gerade in der Behandlung von somatoformen Störungen ist ein ressourcenorientiertes Vorgehen und ein geübtes Problemlösungsverhalten von zentraler Bedeutung. Anhand von Fallbeispielen werden diese Methoden vermittelt.

WS 7 - Andreas Voglsam

„What a wonderful world“ (Louis Armstrong), Salutogenese – psychodramatische Perspektiven

Angesichts von Wirtschaftskrise, steigenden Arbeitslosenzahlen, Flüchtlingsströmen etc. einen Workshop „What a wonderful world“ zu nennen, scheint vielleicht vermessen. Wir wollen uns jedoch in diesem Workshop erlauben, uns darauf zu konzentrieren, was es uns ermöglicht, der Welt und anderen Menschen in überwiegend zuversichtlicher Weise zugewandt zu sein. Welche Beiträge zur Salutogenese können aus psychodramatischer Sicht formuliert werden? **Psychodrama als gesundheitsförderndes Verfahren** – in Theorie und Praxis - soll beleuchtet werden.

Im Menschenbild Morenos wird das schöpferische, kreative Wesen des Menschen, sein Interesse an Begegnung und am Zusammenspiel mit anderen Menschen in den Mittelpunkt gestellt. Nicht Defizite, Störungen und Konflikte sind Ausgangspunkt der psychodramatischen Theorie, sondern das Potential des Menschen, kreativ mit den Anforderungen des Lebens umzugehen.

Gelungene Begegnung, vom Du wahrgenommen und adäquat beantwortet zu werden und vice versa, ist **per se elementar entwicklungs- und gesundheitsfördernd**.

Über die Reflexion von Kernqualitäten des Psychodramas hinaus will ich über den Tellerrand hinaus blicken und Anregungen aus anderen Disziplinen aufgreifen, um den Blick auf implizite salutogenetische Aspekte im Psychodrama zu schärfen.

Ich greife u. a. einige Überlegungen der Positiven Psychologie auf, insbesondere das Konzept des „**Flourishings**“ (Barbara Fredrickson). Dort ist der Fokus darauf gerichtet, was Menschen gedeihen, sich entfalten, in einem lebendigen Austausch mit anderen leben und sich aktiv und positiv mit der Umwelt auseinandersetzen lässt. Fredrickson arbeitete in empirischen Untersuchungen heraus, dass ein Verhältnis zwischen positiven und negativen Gefühlen, idealerweise im Verhältnis von mindestens 3 : 1 für persönliches Gedeihen förderlich ist.

Welche Anregungen ergeben sich aus dieser Perspektive für das Psychodrama?

Beispielhaft mag ich Überlegungen zu „**Vitalitätsrollen**“ nennen. Im Laufe unserer Entwicklung machen wir auf allen Rollenebenen (der somatischen, psychosomatischen

und auf der soziodramatischen) wiederholt Erfahrungen von gelungenen befriedigenden Interaktionen. Wir verinnerlichen Szenen, in denen wir uns besonders wohl, lebendig und vital gefühlt haben. Ob es z. B. die Rolle der/des LäuferIn, der/des Musizierenden, der/ des Liebenden ist, allen gemeinsam ist eine Fülle von damit verbundenen positiven Emotionen. Im Psychodrama haben wir die Möglichkeit, die Kraft, die in diesen vitalen Rollen steckt, in einer ganzheitlichen Weise erlebbar und nutzbar zu machen.

Dieser Workshop soll den TeilnehmerInnen ermöglichen, **salutogenetische Aspekte im Psychodrama deutlich sehen** zu können und sie anregen und ermutigen, diese Stärken des Psychodramas **im praktischen Tun aktiv zu nützen**.

Literatur: Antonovsky Aaron, Franke Alexa: Salutogenese. Dgvt-Verlag, Thübingen 1997
Fredrickson Barbara: Positivity. Crown Publishers, New York 2009, Schacht Michael: Spontaneität und Begegnung. Inscenario, München 2003

WS 8 – Monika Wicher

Spielerisch Kreativität erleben. Kreative Wege um kreative Lösungen zu finden. Ein Workshop zum praktischen Üben und Ausprobieren.

Sei doch kreativ! Diese Anforderung kann Lust und Freude bereiten, doch leider auch Stress verursachen oder Angst machen.

Im WS zeige ich unterschiedliche praktische Möglichkeiten Psychodrama mit Freude und Lust kreativ zu gestalten.

Anhand von Fallbeispielen werden wir sowohl in Einzeltherapie, als auch in der Gruppentherapie kreative Wege einschlagen um kreative Lösungen zu finden. Praktisches Üben und Ausprobieren ist Schwerpunkt in diesem Workshop.

WS 9 – Brigitte Wiesinger-Dimter

Psychiatrie und ihre Aufgaben am Patienten; Psychiatrie und Psychotherapie – Grenzen aufzeigen, Begegnung schaffen, Brücken schlagen

Der Workshop zeigt

- 1.) Eine kurze Einführung in die Rolle des Facharztes für Psychiatrie auf, d.h. Diagnosen, Therapieoptionen mit Therapieplanerstellung, Arzt-Patientenbeziehung, Behandlungsziel, Versuch den ärztlichen Krankheitsbegriff und Gesundheitsbegriff zu skizzieren.
- 2.) Erfahrungsaustausch mit Fallbeispielen Arzt/Psychotherapeut.
- 3.) Die Rolle des Psychodramatikers - wie unterscheidet sich der Arbeitsprozess mit dem Patienten von jener des Arztes, psychotherapeutischer Krankheitsbegriff und Gesundheitsbegriff - erlaubt sie diese Fragestellung? In allen aufgeführten Punkten sollte ausführlich Platz für Bühnenarbeit sein!