

## **WS 5: Psychodrama als Methode: Förderung von Selbstreflexion, Selbstbestimmung und Teilhabe; Psychodrama als Methode in Einstiegsarbeiten erleben**

*Dr. med. Alexandra Herold, Drensteinfurt*

Im Psychodrama werden inneres Erleben und interpersonelle Konflikte als Szene „auf der Bühne“ sichtbar.

Der Protagonist erlebt das Spiel sowohl für sich selbst als auch stellvertretend in den verschiedenen Rollen. Über die therapeutische Führung lassen sich die Zusammenhänge, innere Wirklichkeit und Emotionen vertieft verstehen und auch im Sinne erweiterter Selbstbestimmtheit und Teilhabe lösungsorientiert verändern.

Besonders ist dabei der handelnde Zugang zum Erleben (griech. drama=Handlung, psyche=Seele) – Themen werden nicht verbal, sondern vor allem durch szenische Darstellung erschlossen. Bedürfnisse und Gefühle können im Rollenerleben unmittelbar wahrgenommen und Blockaden in geschützter Weise in Kontakt genommen und überwunden werden.

Ein für alle Teilnehmer erlebnis-orientierter Workshop als Einstiegs-Erfahrung in die Methode.