

# Psychodrama - Einladung zu einer Begegnung

Psychodrama Selbsterfahrungsseminar  
Seminarleitung Savita Dhawan

Der Wunsch oder die Notwendigkeit das private oder berufliche Lebensumfeld zu verändern oder neu zu gestalten, kann durch verschiedenste Ursachen begründet sein. Bestehende Lebens- und Arbeitszusammenhänge können Sicherheit bieten, aber zunehmend als beengend erlebt werden. Absicherung bietet einen notwendigen Halt und Orientierung im Leben, kann jedoch auch zu einer starren Festung werden, die jeglichen Lebensfluss, Lebensfreude und Weiterentwicklung im Keime erstickt. Es kann sein, dass verhärtete Konflikte am Arbeitsplatz, den täglichen Weg zur Arbeit nur noch als Mühsal erscheinen lassen, aber neue Perspektiven aktuell nicht in Sicht sind. Darüber hinaus können Einflüsse von außen, eine unerwartete Trennung oder ein unvorhergesehener Arbeitsplatzverlust eine Neuorientierung erforderlich machen.

Lebensphasen, die mit entscheidenden Veränderungen einhergehen, wirken oftmals verunsichernd und beängstigend. Der Reiz und die Herausforderung des Neuen sind häufig begleitet von Ängsten, ob man in der neuen Situation auch bestehen wird? Krisenhafte Lebenserfahrungen setzen oftmals Prozesse in Gang, die sich umschreiben lassen als: 'Suche nach dem Sinn'. Der Verlust oder Abschied von Gewohntem, wird oftmals als tiefer Einschnitt erlebt und ist doch zugleich die Voraussetzung für die Entfaltung neuer Lebensperspektiven. Die Sinnhaftigkeit des eigenen Lebensweges ist nicht ein für alle Mal gegeben, sie muss immer wieder neu entdeckt werden.

Psychodrama bietet die einzigartige Möglichkeit, Lebenssituationen in vielfältigster Weise auf der Bühne in Szene zu setzen. Die psychodramatischen Techniken sind aktionale Methoden. Aktuelle Konflikte, Befürchtungen, vergangene Ereignisse, Wünsche und Träume sowie innere Bilder werden nicht nur rein verbal ausgedrückt, sondern in Aktion in einer Szene dargestellt. Die psychodramatische Inszenierung, die in Handlung und Aktion dargestellte Welt der leidvollen Erfahrungen, aber insbesondere des Gewünschten und nie Eintretenen, der Sorgen, Hoffnungen und Träume führen zu einer Katharsis beim Protagonisten und den Gruppenteilnehmern. Dieser Prozess ermöglicht, dass erstarrte Spontaneität neu erwachen kann. In diesem Sinne kann Psychodrama als heilendes Theater verstanden werden. Das Spiel auf der Bühne schafft einen neuen Zugang zu Spontaneität und Kreativität und ermöglicht dem Einzelnen neue Spiel- und Handlungsräume zu entdecken.

Wenn wir die Psychodramabühne betreten, verlassen wir unsere Lebensrealität, denn hier wird Realität nicht nach Vergangenheit - Gegenwart - Zukunft, nach real und unreal, nach lebendig oder tot, nach sinnvoll und unsinnig, definiert. Beim Spiel auf der Bühne sind die Gesetzmäßigkeiten des Alltages außer Kraft gesetzt; hier gelten andere Regeln. Auf der Psychodramabühne kann sich Imagination entfalten und Gestalt annehmen. Waghalsige Phantasien, abenteuerliche Vorstellungen und im alltäglichen Leben Unvorstellbares können ausgespielt werden und bieten oft neue Erkenntnisse und Einsichten, die im Alltag oftmals verborgen sind. Das Spiel auf der Bühne und das Erleben von Gemeinschaft in einer Gruppe fördern den Mut, der persönlichen Einzigartigkeit im realen Leben Gestalt zu geben.

## **TeilnehmerInnen:**

Das Seminar legt den inhaltlichen Schwerpunkt auf Selbsterfahrung. Die TeilnehmerInnen haben die Möglichkeit aktuell relevante Fragestellungen aus dem beruflichen und privaten Lebensumfeld zu bearbeiten. Das Seminar richtet sich an TeilnehmerInnen mit und ohne Vorerfahrung mit der psychodramatischen Arbeitsweise.

**Seminarleitung****Savita Dhawan**, Dipl.-Psychologin

Psychologische Psychotherapeutin, Director of Psychodrama TEP

**Datum**

28.11. - 30.11.2008

**Arbeitszeiten**

Freitag 18.30 Uhr - 21.30 Uhr

Samstag 10.00 Uhr - 19.00 Uhr mit zweistündiger Mittagspause

Sonntag 10.00 Uhr - 14.00 Uhr

**Ort**

Das Seminar findet in Berlin statt. Genaue Angaben zum Seminarraum werden mit der Anmeldebestätigung versandt.

**Kosten**

Die Seminargebühr beträgt 180 €

Überweisung auf das Konto:

Savita Dhawan

Postbank Köln BLZ 370 100 50

Kontonummer: 14 90 65 - 509

**Weitere Informationen und Anmeldung bis 15.11.2008****psychodrama werkstatt berlin****Reichenbergerstrasse 101****10999 Berlin****Telefon 030 - 612 57 09****info@psychodrama-werkstatt-berlin.de****www.psychodrama-werkstatt-berlin.de**

**Weitere Informationen und Anmeldung bis 15.11.2008**

**psychodrama werkstatt berlin  
Reichenbergerstrasse 101  
10999 Berlin**

**Anmeldung**

Hiermit melde ich mich verbindlich für das Seminar

**Psychodrama - Einladung zu einer Begegnung** vom 28.11. - 30.11.2008 an

Name:.....

Vorname:.....

Strasse:.....

Ort:.....

Telefon:.....

E-mail:.....

Datum:.....Unterschrift:.....

**info@psychodrama-werkstatt-berlin.de  
www.psychodrama-werkstatt-berlin.de**