

Szenische Verfahren in der Beratung



Wichtigstes Mittel zur Veränderung in der Lösungsfokussierung sind zunächst Worte. „Worte waren ursprünglich Zauber“ – mit diesem Buchtitel erinnert Steve de Shazer an die schamanistische Praxis der Zaubersprüche.

Als Ethnologin weiß ich, dass kraftvolle Worte häufig begleitet waren von kraftvollen Gesten, von Ritualen, Symbolen, Bildern, die in einer Hinsicht mehr vermögen als Worte:

Sie können ambivalente, mehrdeutige, widersprüchliche Aspekte einer Sache zusammenfassen und darstellen. Sie erreichen weniger die kognitive als die emotionale Seite eines Menschen.

Systemische Beratung nutzt sowohl die Kraft der Worte als auch die Macht der Bilder, Rituale und Symbole. In der Weiterentwicklung des lösungsfokussierten Ansatzes lege ich viel Wert auf die Aufnahme szenischer Verfahren in den lösungsfokussierten Handwerkskoffer. In der Folge stelle ich Ihnen Möglichkeiten zum szenischen Arbeiten vor, die die lösungsfokussierte Praxis bereichern können.

Beratung mit Papier und Stift, Schere und Kleber

Kleine „transverbale“ Übungen (von Kibed/Sparrer 2023), die die mündliche Beratung ergänzen und begleiten, bereichern die verbale Arbeit in der Beratung. Sie eröffnen eine neue Perspektive auf das Besprochene, lenken den Blick vom Gesicht und den Augen des Gegenübers auf ein gemeinsam zu betrachtendes Drittes, geben Zeit und Pause in der Beratung und laden zum Neu-Denken und Schauen ein.

Die folgenden kleinen Interventionen sind Anregungen aus der systemisch-szenischen Sandspielarbeit, Aufstellungsarbeit und der systemischen Arbeit mit Stift und Papier (vgl. z.B. Satir, von Kibed, Sparrer, Brächter, Madelung).

Halten Sie für die folgenden kleinen Beratungssequenzen während einer Sitzung Papier (A4 oder A3) und wenige (gerne dicke) Stifte in Grundfarben bereit.

Übung 52 – Was muss jetzt gerade zurückstehen? (S)

Ziel: Blick auf den weiteren Kontext richten / Selbstberatung

Ausstattung: Papier, Schere und dicke Stifte

Malen Sie sich selbst – als Person oder als Symbol – und Ihr derzeitiges Anliegen in einem oder mehreren Symbolen.

Überlegen Sie: Was muss zurzeit zurückstehen, weil das Anliegen Priorität hat? Betrachten Sie dann das Bild. Was empfinden Sie? Was könnte vielleicht Gutes daran sein, wenn diese Sache eine Weile ruhen und zurückstehen muss?

Schneiden Sie das Symbol für das Anliegen aus und das Symbol für das, was zurückstehen muss. Vertauschen Sie jetzt die Plätze der Symbole auf dem Blatt. Wie wäre es, wenn Sie sich statt ums Anliegen wieder mehr um das kümmern, was zurückstehen muss? Wie wirkt das Bild jetzt auf Sie?

Übung 53 – Was kommt nach dem Anliegen? (S)

Ziel: den Blick übers Ziel hinaus weiten / neue Perspektiven / auch: Selbstberatung

Ausstattung: Papier, Schere und dicke Stifte

Malen Sie sich selbst – als Person oder als Symbol – und ihr derzeitiges Anliegen in einem oder mehreren Symbolen. Malen Sie dann das, was danach kommt. Das, womit Sie sich beschäftigen müssen, wenn das Anliegen gelöst ist oder sich erledigt hat.

Betrachten Sie das Bild. Was empfinden Sie? Was könnte vielleicht Gutes daran sein, wenn diese neue Sache noch eine Weile ruhen und zurückstehen muss?

Schneiden Sie das Symbol für derzeitige Anliegen aus und das Symbol für das, was danach kommt. Vertauschen Sie jetzt die Plätze der Symbole auf dem Blatt. Wie wäre es, wenn Sie sich statt ums Anliegen bereits jetzt mehr um das kümmern, was eigentlich erst danach kommen sollte? Wie wirkt das Bild jetzt auf Sie?

Übung 54 – Elemente neu anordnen (S)

Ziel: Element in der Beratung / Selbstberatung

Ausstattung: Papier, Schere und dicke Stifte

Malen Sie alle Elemente Ihres Anliegens, die Ihnen einfallen, auf ein Blatt. Schneiden Sie dann die Elemente aus, nehmen ein neues Blatt und kleben die Elemente in eine bessere Anordnung, fast so, als sei ein Wunder geschehen. Sie haben aber keine Möglichkeit, die Elemente wegzugeben oder zu verändern. Alle müssen einen Platz bekommen, so, als sei eine Fee hereingeflogen und habe alles verändert.

Betrachten Sie das Blatt von ganz verschiedenen Seiten. Drehen Sie es in verschiedene Positionen. Legen Sie es auf den Boden. Hängen Sie es an die Wand.

Was würden Sie hinzufügen (wegnehmen geht nicht), um ein Bild zum Wohlfühlen herzustellen?

Übung 55 – Der verdeckte Gewinn als Schatztruhe (S)

Ziel: verdeckte Aspekte des Anliegens erkennen / auch: Selbstberatung

Ausstattung: Papier, Schere, Kleber / Klebeband und dicke Stifte

1. Schritt: Malen Sie Ihre derzeitige Situation mit dem Anliegen.
2. Falten Sie dann aus Papier eine kleine Schatztruhe, die Sie mit Symbolen verzieren können. Die Schatztruhe symbolisiert den verdeckten Gewinn, den das Anliegen auch mit sich bringt. Bewegen Sie diese Schatztruhe hin und her auf dem Bild, bis Sie einen stimmigen Platz gefunden haben.
3. Betrachten Sie jetzt das Bild und lassen es auf sich wirken.