

Bericht MehrStimmig 2015

Tagung von und für Fachleute, die mit Gruppen arbeiten am 31.10./1.11.2015

Wussten Sie, dass Sie 12 und mehr Sinne haben? Unsere erste Erfahrung am Samstag morgen wurde be- und angeleitet von Toni Jud, einem Lehrer und Sinnespädagogen: In seinem Workshop **DURCH DIE (ERWEITERTEN) SINNE ZUM SINN** näherten wir uns unserer eigener Wahrnehmung und lernten ein neues Wort kennen: Wahr-gebung. Anhand einem Butterkügelchen, einer Tasse Wasser und einem Silberdraht erlebten wir unsere eigene Sinneswahrnehmung bewusst und reflektiert.

Nach dem Mittagessen aktivierte uns Judith Maschke, Diplom-Sozialarbeiterin (FH), Spiel- und Theaterpädagogin, Psychodrama-Kindertherapeutin (DFP), Supervisorin (DGSv), mit all ihrem Können! **SPIELEMIX FÜR TAUSEND GELEGENHEITEN** hiess ihr Workshop und war ein wahres Feuerwerk an Ideen! Judith zeigte uns, wie man aus einer Spielidee unendlich viele schafft! Wir erlebten, wie Selbstwertaufbau in Gruppen oder Einzelsettings ganz mühelos und ungezwungen als Wettbewerb gestaltet werden können. Ein Workshop der besonderen Art. Wie bei einem Spaziergang am Strand fanden wir interessantes Material, das wir je nachdem für die Therapie oder Gruppensituation nutzen oder auch stehen lassen könnten. Und wir wagten einen Blick in die Tiefen der Seele.

Den Abschluss am Samstag Abend machte Helen Stutz, Dipl. Psychodynamische Körper- und Atemtherapie LIKA, Lösungsorientierte Kurzzeittherapie am Kurszentrum Aarau. Im Workshop **SPIEL MIT GRENZEN ODER TEAM-REFLEXION** grenzten wir mit Schnur unseren Platz ein und erfuhren, wie sich der Atem anfühlt, wenn Menschen über unsere Grenzen gehen oder wir anderen über die Grenze gehen. Wo beginnen meine Zuständigkeiten, wo enden sie? Welche Verantwortung wollen wir übernehmen? Wir lernten die Botschaften unseres Körpers und unseres Atems kennen und nutzen. Ganz praktisch beendeten wir die Erfahrung indem wir einander an einem der Sondermeridian-Gefässe entlang strichen und uns daran erinnerten, wie wir unseren Raum einnehmen können, ohne immer eine Schnur bei uns zu tragen.

Am Sonntag entführte uns Dr. med. Martin Keller, Psychiater in die Welt der Be- und Verzauberung. Unter dem Motto **THERAPEUTISCHES ZAUBERN - WIE STAUNEN DAS SETTING VERSCHÖNERN KANN** zeigte Martin uns einfache Zaubertricks für jede Gelegenheit. Wir staunten über die Vermehrung der Geldstücke in unseren Fingern ebenso, wie über das plötzliche Loch in unserer Hand, durch welches wir die Umgebung beobachten konnten. In den letzten 30 Jahren wurde die Bedeutung von magischen Tricks für die Psychotherapie entdeckt: Ob zur Kontaktaufnahme zu autistischen Kindern, als hoffnungsvolle Illustration für Wege aus Krisen, zur Stimmungsverbesserung durch positive Anregung der Sinne...Martin führte uns gekonnt vor, wie sich das psychotherapeutische Gespräch, des Erkennens der Problemlage, der Lösungssuche und schliesslich Auflösung des Problems mit einem einfachen Knotentrick visuell verfestigen lässt.