

Lösungsorientierte Traum-Inszenierungen – Übung im schöpferischen Dialog Dr. Bernd Schmid

Kurzbeschreibung:

Durch diese Übung werden die Teilnehmer angeleitet, sich spielerisch und schöpferisch auf Träume einzulassen. Durch Austausch in der Gruppe werden intuitiv-begreifbare Wirklichkeitsebenen in die Seminar-Kommunikation einbezogen und beleben diese.

Auch Unerfahrene können so zu einem verstehenden Umgang mit Trauminszenierungen und zu freimütigen Gestaltungsideen finden. Häufig machen sie dabei die Erfahrung, dass sie auch in professionellem Rahmen mit Träumen mehr anzufangen wissen als sie geglaubt hätten.

Anlässe und Anwendungsbereiche:

Diese Methode kann in Lern- und Arbeitsgruppen dann am besten eingesetzt werden, wenn eine spielerische Belebungen der individuellen Steuerung und des gemeinsamen Prozesses gewünscht werden, wenn die Hinzunahmen von Intuition und hintergründiger Vielschichtigkeit ein Gewinn sein könnten. Dies gilt besonders für berufliche Tätigkeiten, bei denen es auf intuitives Verstehen und vielschichtige Kommunikation ankommt.

Die Übung findet im Seminarablauf dann eher positive Resonanz, wenn sich die Gruppen schon etwas gefunden und in der angebotenen Lernkultur eingelebt haben und eher nach neuer Inspiration suchen. Mit etwas Vertrauen ineinander und Neugierde für offene Erfahrung sollte gerechnet werden können.

Die Übung kann auch bei Ermüdung und zu einem gemeinsamen Abend hin auflockern wie auch das Feld für offenere Begegnungen und Spiegelungen bereiten.

Zielsetzung und Nutzen:

Das Gelingen von kreativer Zusammenarbeit, von Beratung im Allgemeinen und eines Traumdialogs im Besonderen hängt davon ab, ob über die bewusst-methodisch bearbeiteten Inhalte hinaus eine wechselseitige intuitive Sensibilisierung und Aktivierung für das im Anderen vorhandene intuitive Wissen stattfindet. Dieser Austausch ist teilweise bewusst, zum größeren Teil läuft er aber unbewusst ab und kann bestenfalls in Bildern¹ beschrieben werden. Der bildhafte Dialog schafft eine günstige Oberfläche für einen unbewussten Austausch zwischen den Beteiligten. Was sich dort

¹Wenn hier von Bildern gesprochen wird, dann steht der visuelle Kanal pars pro toto. Es könnte genauso gut Worte, Melodien, Bewegungen und Stimmungen sein.

alles abspielt, bleibt letztlich unergründlich, wird jedoch vom kreativen Prozess im Umgang mit den Bildern und Inszenierungsideen an der Oberfläche stimuliert, fokussiert und in Gang gehalten. Der Umgang mit Träumen bietet Übungsmöglichkeiten für symbolisches Verstehen und Arbeiten mit symbolischen Inszenierungen.

Rahmen:

- Zeitrahmen insgesamt min. 90 Minuten.
- Da die eigentliche Übung autonom in Untergruppen gemacht wird, ist sie auch für große Gesamtgruppen geeignet.
- Die Untergruppen sollten i.d.R. aus 4 Personen bestehen. Dann ist das Gleichgewicht zwischen Überschaubarkeit und Vielfalt optimal. Es können auch etwas zeitsparender 3er- und etwas belebender 5er-Untergruppen gebildet werden.
- Für die Vorbereitung der Untergruppenübung im Plenum werden je nach Ausführlichkeit 15 Minuten oder mehr gebraucht.
- Für die Untergruppenübung selbst werden in einer knappen Version 60 Minuten benötigt. Hierbei sind alle Teilnehmer aktiv, doch nur einer bringt einen Traum ein. In ausführlicheren Versionen oder zu einer anderen Zeit kann die Übung mit weiteren Träumern wiederholt werden. Hierbei werden je Träumer weitere 50-60 Minuten gebraucht.
- Kündigen Sie die Übung eher als kreatives Experiment mit unterschiedlichen und manchmal überraschenden Erfahrungen an. Keine spektakulären Erwartungen wecken, sondern eher Aufmerksamkeit und Wertschätzung für alles stärken, was eben geschieht!
- Abschließende Berichte im Plenum sind unnötig, da sie die Vielschichtigkeit in der Untergruppe kaum wiedergeben können und die kreative Stimmung häufig eher stören. Es sollte aber Gelegenheit gegeben werden, zu berichten, was als Erlebnis im Gruppenprozess beeindruckt hat und welche Fragen die Übungsteilnehmer beschäftigen.
- Wenn ein von den Vorstellungen der Teilnehmer abweichender Verlauf berichtet wird, eher zum Annehmen und zum weiteren aufmerksamen Beobachten ermutigen!
- Die Übungsleiter müssen inhaltlich nicht klärend Stellung nehmen, können dies aber bei entsprechender Erfahrung tun. Sofern jemand wider Erwarten aufgewühlt ist, sollte er wie auch sonst begleitet werden. Vertiefende Arbeit ist in diesem Rahmen auch Erfahrenen eher abzuraten, da sie dem Ansatz die Unbefangenheit und Leichtigkeit nimmt.

Ausführliche Beschreibung:

Führen Sie die Übung im Plenum ein, indem Sie diese wie oben dargestellt rahmen und kurz schildern, warum Sie die Übung machen. Laden Sie zu einer experimentellen Haltung ein.

Falls Sie eine fachliche Einstimmung machen wollen, eignet sich ein Kurzreferat über wirklichkeitskonstruktives Arbeiten mit Träumen² und der metaphorischen Ebene (Beispiel hierfür siehe Kasten³). Natürlich kann diese Übung durch weitere Übungen in Arbeiten mit inneren Bildern⁴ wie durch Texte und Fallstudien wie auch durch Studium und Diskussion meines Leitfadens⁵ vor- oder nachbereitet werden.

In komplexen Situationen erfolgen Beziehungsgestaltung und Abstimmung so vielschichtig, dass sie sich einer ausschließlich bewussten Steuerung ohnehin entziehen. Die Arbeit mit Träumen und Metaphern verstört die Magie festgefahrener Wirklichkeitsvorstellungen und Herangehensweisen. Perspektivenwechsel, vielschichtige Wirklichkeitszugänge und intuitive Suchprozesse werden angeregt.

Dieser Zusammenhang kann bei Bedarf mit dem Dialogmodell der Kommunikation illustriert werden (siehe Schmid 2004 S. 70 ff). Ergänzend dazu kann die Arbeit mit inneren Bildern hilfreich sein. (Siehe Schmid 2004a und 2006.)

Im hier vertretenen Verständnis von Traumarbeit kommt zum verstehend-verarbeitenden Aspekt ein wirklichkeitsgestaltender Aspekt hinzu. Die Wiedergabe von Geschichten ist immer von einem gegenwärtigen Gestaltungszweck motiviert und folgt einem doppelten Erkenntnisinteresse:

Die erkenntnisleitende Frage „Was erzählt der Traum?“ ist primär vom Motiv des Verstehens bestimmt. Der Traum macht Wirklichkeit begreifbar. Die Ausrichtung der Arbeit mit Traummaterial ist dann interpretierend.

Die handlungsleitende Frage „In welcher Weise ist der Traum ein Medium für die Anregung und Steuerung von Entwicklung?“ rückt das Motiv der auf die Zukunft ausgerichteten Gestaltung in den Vordergrund. Der Traum ist gleichzeitig eine Wirklichkeitsebene, auf der Entwicklung gestaltet werden kann. Die Ausrichtung der Arbeit mit dem Traummaterial ist konstruierend.

Träume erzählen Geschichten. Diese können tragisch oder komisch sein, realistisch oder surrealistisch, lyrisch oder prosaisch, dramatisch oder grotesk. Was liegt also näher, als das Traumgeschehen in die Begriffswelt des Theaters⁶ zu übersetzen. Dies bietet zwei Vorteile. Man verschafft sich Zugang zu einer griffigen, bildhaften Beschreibungssprache und umgeht oder mildert die Neigung, Träume wie einen wissenschaftlich zu analysierenden Untersuchungsgegenstand zu behandeln. Wenn man dann noch neben dem Trauminhalt die

² Kurze anschauliche Einführung in: Schmid (2005) *Träume im Coaching* (Nr. 99) oder ausführlicher in: Schmid/ Boback (2001) *Wirklichkeitskonstruktive Traumarbeit* (Nr. 40).

³ aus Schmid (2005) *Träume im Coaching* (Nr. 99)

⁴ Schmid (2004, 2006, 2007) in *Coachingtools 1 und 2* und in *Changetools*.

⁵ Schmid (2005): „Leitfaden für Traumdialoge“ in *Träume im Coaching* (Nr. 99)

⁶ Schmid (2003): *Systemische Professionalität und Transaktionsanalyse*

Trauminszenierung in den Vordergrund rückt, schreibt man damit dem Traumgeschehen die dynamische Qualität einer lebendigen und gestaltbaren Aufführung zu. In die Theatermetapher übersetzt besteht der Traum aus einem Geschehen auf einer Bühne. Im Zeitalter neuer Medien kann man natürlich auch auf andere audiovisuelle Medien wie Film oder Video Bezug nehmen. Der Träumer kann dabei die Rolle der Zuschauerin oder Mitspielerin, Regisseurin oder Drehbuchschreiberin, Produzentin oder Kulturministerin, manchmal auch mehrere Rollen nebeneinander oder im Wechselspiel innehaben.

Das Gelingen von Beratung im Allgemeinen und eines Traumdialogs im Besonderen hängt davon ab, ob über die bewusst-methodisch bearbeiteten Inhalte hinaus eine wechselseitige intuitive Sensibilisierung und Aktivierung für das im Anderen vorhandene intuitive Wissen stattfindet. Dieser Austausch ist teilweise bewusst, zum größeren Teil läuft er aber unbewusst ab und kann bestenfalls in Bildern⁷ beschrieben werden. Der bildhafte Dialog schafft eine günstige Oberfläche für einen unbewussten Austausch zwischen den Beteiligten. Was sich dort alles abspielt, bleibt letztlich unergründlich, wird jedoch vom kreativen Prozess der Bilder an der Oberfläche stimuliert, fokussiert und in Gang gehalten. Der Umgang mit Träumen bietet Beispiele für symbolisches Verstehen und Arbeiten mit symbolischem Material. Kreatives Arbeiten mit Traumerzählungen hilft, das Zusammenspiel zwischen bewusst-methodischem und unbewusst-intuitivem Arbeiten entsprechend dem am ISB verwendeten Dialogmodell der Kommunikation⁸ verstehen zu lernen. Sorgsamer Austausch in einer geeigneten Professionellengruppe kann helfen, die Qualität von Intuition für das professionelle Arbeiten und für persönliche Entfaltung zu sichern.

Geben Sie das Designblatt mit der Übungsanweisung aus (siehe Kasten 2) und gehen Sie es kurz durch, bis der Ablauf verstanden ist.

Finden Sie im Plenum Teilnehmer, die bereit sind, einen Traum zu erzählen. Es sollte ein eher kurzer Traum sein. Er sollte vorzugsweise aktuell sein, doch geht auch ein älterer Traum, soweit der Träumer noch davon bewegt ist. Um diese A – Mitglieder herum werden die Untergruppen gebildet. Sie brauchen also so viele A's wie sie Untergruppen machen wollen.

Option: Lassen Sie ohne Definition der A's die Gruppen beliebig zusammenfinden oder stellen Sie diese zusammen. Am ISB hat sich bewährt, die Gruppen nach dem Zufallsprinzip zu bilden, wobei gelegentlich in Richtung Geschlechtermischung korrigiert wird. Damit wird unterstrichen, dass zu einem professionellen Haltung gehört, mit jedem sinnstiftend zu arbeiten.

⁷ Wenn hier von Bildern gesprochen wird, dann steht der visuelle Kanal pars pro toto. Es könnte genauso gut Worte, Melodien, Bewegungen und Stimmungen sein.

⁸ zum Dialogmodell: Schmid (2003), S. 75 ff. (engl. Version: Schmid (2006): *Tuning into background levels of communication* (Nr. 116))

Das Designblatt ermöglicht der Untergruppe die Eigensteuerung bei der Übung. Es hat sich bewährt, auf disziplinierte Einhaltung der Schritte und auf sorgfältiges Zeitmanagement zu achten. Je nach Kultur der Gruppe sollten die Steuerungsfunktionen konkret an Verantwortliche in der Untergruppe delegiert werden. Entlassen Sie die Untergruppen nach Verabredung des erneuten Treffens im Plenum.

Während der Übung sollte die Übungsleitung herumgehen und verfügbar bleiben, um Fragen zu klären und den beabsichtigten Ablauf sicherzustellen.

Designblatt

Untergruppenübung zu *Lösungsorientierte Traum-Inszenierungen*

Kleingruppen à 4 Personen: A, B, C, D (auch 3 oder 5 möglich mit veränderten Zeiten)

1. Definieren Sie, wer A ist. (A erzählt einen Traum.) Klären Sie Verantwortlichkeiten für designgemäßen Ablauf und Zeitgestaltung.

2. **10 min** A erzählt eher kurz seinen Traum. B, C und D lassen den Traum auf sich wirken. Danach fragen sie klärend dort nach, wo sie das Gefühl haben, Näheres erfahren zu müssen (Ortsbegehung).
B, C und D sollten sich eine Vorstellung vom Traumgeschehen machen können oder sich der Unklarheiten bewusst sein. Traumerinnerung können nur begrenzt spezifisch gemacht werden. Fokus auf die Trauminszenierung und Erlebnisse **im** Traum, weniger Reaktionen **auf den** Traum. (Z.B.: Wie genau war die Szene am Anfang? Wo befand sich der Träumer, wo die Kamera? War die Gefahr im Traumgeschehen inszeniert oder eher eine Besorgnis einer Traumfigur? Was für ein Charakter war diese Traumfigur? Wie war die Stimmung beim Aufwachen? etc.)

3. **5 min** B, C und D besinnen sich in kurzer Einzelarbeit darauf, welche Wirklichkeit sich in ihnen durch die Traumerzählung konstellierte, welche alternativen Inszenierungen ihnen einfallen.
Welche Stimmung entsteht? Wohin wird die Aufmerksamkeit gelenkt? Was berührt, scheint wichtig? Was fehlt? Welche Impulse zur alternativen oder weiterführenden Inszenierungen entstehen? In welche Richtung gehen diese? Welche Inszenierungsideen entstehen spontan? Beziehungsweise umgekehrt: Auf welche Einschätzungen und Lösungsideen lassen Inszenierungseinfälle rückschließen?

4. **3x10 min** B, C und D unterhalten sich untereinander. A darf zuhören ohne einbezogen zu werden. B, C und D stellen einander Eindrücke und Einfälle aus 3. vor. Die anderen fragen klärend nach, versuchen Zusammenhänge und Gestaltungsabsichten zu verstehen. Sie spiegeln auch, was diese Alternativinszenierungen in ihnen konstellierte und welche ergänzenden Impulse sie dazu wiederum haben.
A hört einfach zu, lässt sich inspirieren, wählt freimütig, was irgendwie anspricht und lässt unberücksichtigt, was nicht passend scheint.

5. **5 min** A berichtet nun, was "Wahrgebungen"⁹ und die Lösungsideen von B, C und D bei ihm ausgelöst haben, wo er jetzt steht und in welche Richtungen seine eigenen Weiter- oder Neu-Inszenierungsideen nun gehen. B, C und D hören ohne Diskussion zu.

6. **10 min** A, B, C und D gehen nun auf die Metaebene und tauschen sich über den Übungsablauf und die dabei gemachten Erfahrungen aus.

7. Eventuell: A, B, C und D verabreden, sich gegenseitig mitzuteilen, was im Nachklang zu dieser Übung als innere und äußere Inszenierungen zu beobachten war. Insbesondere interessiert dort, ob Folge-Träume bei A die Arbeit aus dieser Übung aufzunehmen scheinen und wenn ja, in welcher Weise.

Autor: Bernd Schmid
Quelle: isb

⁹ Ein Begriff von Gunther Schmidt

Literatur:

Schmid, B. & P. Boback (2001): *Wirklichkeitskonstruktive Traumarbeit*.

Zeitschrift für systemische Therapie, Heft 1, 2004, S. 15-26.

Schmid, B. (2003): *Systemische Professionalität und Transaktionsanalyse*. Mit einem Gespräch mit Fanita English.

EHP-Handbuch systemische Professionalität und Beratung. Hrsg. von Bernd Schmid. Köln: Edition Humanistische Psychologie.

Schmid, B. (2004): *Sinnstiftende Hintergrundbilder professioneller Szenen*.

In: Coaching Tools. Erfahrene Coaches präsentieren 60 Interventionstechniken aus ihrer Coaching-Praxis. Herausgegeben von Christopher Rauen. Managerseminare Verlag, Bonn 2004.

Schmid, B. (2005): *Träume im Coaching – Ein Beispiel und ein Leitfaden für kollegiale Traumdialoge*.

Organisationsberatung, Supervision, Coaching (OSC) 04/2005. VS-Verlag für Sozialwissenschaft, Wiesbaden. Herausgegeben von Astrid Schreyögg.

LO - Lernende Organisation. Zeitschrift für systemisches Management und Organisation, Nr. 32, Juli/August 2006.

Das gepfefferte Ferkel – Online Journal für systemisches Denken und Handeln. Ausgabe 22/Juni 2007.

Schmid, B. (2006): *Passungsdialog anhand innerer Bilder*.

In: ChangeTools. Herausgegeben von Armin Rohm. Managerseminare Verlag, Oktober 2006.

Schmid, B. (2007): *(Entwicklungs-)Geschichten-Erzählen*.

In: Coaching Tools 2 - Erfolgreiche Coaches präsentieren Interventionstechniken aus ihrer Coaching-Praxis. Herausgegeben von Christopher Rauen, managerSeminare Verlag, Oktober 2007.