

Was ist Dramatherapie?

Dramatherapie ist in vielen Ländern bereits fester Bestandteil der Arbeit in Schulen, Heimen, Spitälern, psychiatrischen Kliniken und anderen sozialen Institutionen. Sie ist vielseitig anwendbar in allen Arbeitsfeldern der sozialen Arbeit, Pädagogik und Therapie (z.B. Prävention, Persönlichkeitsentwicklung, Rehabilitation) – überall dort, wo Veränderungsprozesse angeregt und begleitet werden.

Dramatherapie basiert auf der Prämisse, dass Menschen dramatische Wesen sind. Das Wort Drama stammt aus dem Griechischen und bedeutet Handlung, Aktion. Dramatherapie ist aktiv, experimentell und reflexiv. Sie integriert Denken, Fühlen und Handeln. Dies hilft Menschen, ihre emotionalen, kognitiven und physischen Erfahrungsebenen zu integrieren.

Dramatherapie nutzt eine Vielzahl von Elementen aus Theater, Puppenspiel, Soziodrama, Rituale, Kunst, Geschichten-Machen, Mimik, Stimme, Masken, etc. Im Unterschied zum klassischen helfenden Gespräch, das sich in der Alltagsrealität bewegt, regt die Dramatherapie über das spielerische Handeln Veränderungsprozesse an.

Für einmal die Alltagswelt verlassen, in neue Rollen schlüpfen, um Dinge zu wagen, die wir im realen Leben nicht tun würden – das kann bisher verborgene Ressourcen erfahrbar machen, Perspektiven eröffnen und ungeahnte Lösungsmöglichkeiten zu Tage fördern.



Der Leitgedanke ist: In Aktion treten und handelnd neue Wege entdecken.

Dramatherapie ist niemals wertend, weder ent- noch bewertend, es muss nichts Perfektes entstehen. Es bleibt das Gefühl, die eigenen Ressourcen genutzt zu haben, was das Selbstvertrauen jedes einzelnen stärkt.

Dramatherapie ist eine Fachrichtung der Kunsttherapie. Das Bildungsinstitut 'Dramatherapie' mit Sitz in St.Gallen ist die erste und schweizweit einzige Schule für Kunsttherapie mit der Spezialisierung in Dramatherapie. Das Bildungsinstitut bietet eine fundierte Ausbildung zur Dramatherapeut*in an, sowie diverse Weiterbildungen mit internationalen Dozent*innen.

Weiter Information finden Sie unter:
www.dramatherapie.ch