

Der Regiestuhl

Was ist das Problem das Du gerne lösen möchtest?

Ungewünschtes Verhalten/Reaktion etc. benennen lassen
und als „Arbeitssatz“ ausformulieren und aufschreiben lassen!

Hast Du ein Beispiel für mich? Wann ist Dir das zuletzt passiert?

Erzählen/beschreiben und eintauchen lassen in die Situation!

Was löst das bei Dir aus?

Welche Gefühle /Gedanken/Bilder/Ableitungen kommen da hoch?

Warum möchtest Du das ändern?

!!! Verstecktes oder neues Ziel? Was will der Klient vermeiden oder erreichen?
Welche Befürchtungen hat er? Was erhofft er sich durch eine Veränderung?

Was hast Du denn schon alles probiert um es zu ändern?

Wie ging es ihm dabei? Was hat funktioniert und bis wohin? Woran ist er gescheitert?



B R E A K T I M E = Aus der emotionalen Betroffenheit herausholen



Einladung zur Lösung der Situation aussprechen und 2 leere Stühle platzieren.

Klient soll einen Regisseur und einen Schauspieler benennen

Z.B: Steven Spielberg und Clint Eastwood oder Woody Allen und Uma Thurman

1. Schritt: Der Klient setzt sich **als Regisseur** auf den Regiestuhl. Er entwickelt und erläutert von da aus dem Schauspieler die Filmszene, die als nächstes gedreht werden soll.
(Entsprechend der Problemsituation des Klienten)

Wichtig! Detaillierte Informationen zu Ort/Raum – andere Darsteller/Rollen – Thema und Inhalt und vor allem!!! ganz klare und detaillierte Anweisungen wie dieser in der kommenden Spielszene zu agieren/reagieren hat und welchen Text er zu sagen hat!!!
(Der Klient entwickelt hier in der Rolle einer neutralen Person eine erste mögliche Lösung)

Stuhlwechsel zum Schauspieler

2. Schritt : Der Klient, **jetzt in der Rolle des Schauspielers !!!!** versucht nun die Szene einmal durchzuspielen.
(Zusätzliches Lösungspotential durch diese 2. Perspektive in der Rolle als Schauspieler)

Wichtig ist dabei für uns:

Wie flüssig gelingt ihm das? Was waren kritische Momente?

Was können wir sehen/hören/spüren und danach auch reflektieren?

Nach der Szene befragen wir den „**Schauspieler**“, wie es ihm in der Rolle ergangen ist.

Wie hat es sich angefühlt? Wo fühlte er Widerstand? Was war schwierig?

Welches Feedback kann er dem Regisseur geben um die Szene zu optimieren? Was genau könnte/sollte noch besser/anders werden?

Stuhlwechsel zum Regisseur

3. Schritt: Als **Regisseur** gegebenenfalls noch mal reflektieren und die Szene entsprechend weiter entwickeln/optimieren oder verändern. Oder auch noch andere denkbare Spielszenen/Lösungen entwickeln.
Optimal ist es bei sehr kritischen Punkten, 3 mögliche Varianten/Lösungen zu entwickeln.

Stuhlwechsel zum Schauspieler

4. Schritt: Verbesserte oder neue Szene **vom Schauspieler** durchspielen lassen und das gesamte Prozedere solange weiter führen, bis der Schauspieler sich in der Szene stabil und souverän fühlt.
Er sollte klar und überzeugt davon sein, dass er SEINE Lösung/en Strategie gefunden hat und diese auch sicher durchführen kann.
Eventuell auch aufschreiben lassen, je nach Fall.

Stuhlwechsel auf den Klientenstuhl

5. Schritt: Zum Abschluss nimmt der Klient nun auf seinem Klientenstuhl Platz.
Wir machen hier nur noch einmal eine kurze Befindlichkeitsabfrage:
Wie fühlt es sich jetzt an? Was hat sich am meisten verändert? Wie sehen die nächsten Schritte konkret aus? Wann beginnt der Klient das neu Entwickelte umzusetzen?