

## **Trans-disciplinaire Opleiding Psychodrama**

Basisopleiding één jaar

2023-2024

### **Een positief spoor naar de toekomst**

In psychodrama wordt een vrije ruimte voor mensen gecreëerd, waar door authentieke rollenspelen en gesprekken, verhalen in en tussen mensen tot leven komen. Hierbij kunnen antwoorden op vragen en oplossingen op problemen gevonden worden. Creatieve ontmoetingen met andere mensen vinden plaats. Andere perspectieven en nieuwe mogelijkheden ontstaan in mensen en organisaties. Innovatie in actie!

### **In psychodrama help je elkaar het beste uit je leven en je werk te halen.**

In psychodrama ontwikkelen deelnemers een grote actiebereidheid. Psychodrama heeft dan ook veel toepassingsmogelijkheden zoals in het theater, onderwijs, gezondheidszorg en bedrijfsleven. Psychodrama is tevens een gedegen en effectieve methodiek voor coaching en psychotherapie.

### **Een schatkist van diverse disciplines**

Psychodrama is door Moreno van origine als een trans-disciplinaire benadering ontwikkeld. Het ligt in de kern – creativiteit en spontaniteit - van het psychodrama besloten. Moreno was vanaf begin gericht op dialoog met de diverse disciplines die zich in de vorige eeuw ontwikkelden. Wanneer je psychodrama bestudeert en toepast dan zie je dat het in zich lichaamsgerichte, narratieve en cognitieve therapie verenigt en in haar kern ook positieve en spirituele psychologie bevat. Samen met de gezinstherapie van Nagy, de gestalttherapie vormt psychodrama de basis van de huidige systemische benadering. Psychodrama als trans-disciplinaire benadering omarmt diversiteit, flexibiliteit, en innovatie, en biedt tegelijkertijd een gevoel van autonomie, inclusie en samenwerking in het veld. De kunst van samenbrengen, het overbruggen van, en /of het integreren van verschillende perspectieven van de diverse psychotherapeutische disciplines, waardoor er een nieuw geheel ontstaat. Er ontstaan nieuwe antwoorden, inzichten en werkwijzen.

### **Wat zeggen deelnemers na de basisopleiding**

Ze voelen zich toegerust om psychodrama technieken in hun werkcontext toe te passen. Ze hebben een mooi instrumentarium gekregen voor coaching. Ze hebben zichzelf als professional beter leren kennen. Ze hebben zich ontwikkeld in communiceren, ze zijn vaardiger in het omgaan met verschillende belangen en creatiever in conflicten oplossen. Deelnemers hebben geleerd beter regie nemen in diverse leef- en werksituaties. Onderwijzers zijn spontaner geworden in hun wijze van lesgeven. Managers zijn beter in staat in de schoenen van de werknemers te staan en kunnen daardoor beter zowel resultaatgericht als mensgericht leiding geven. Hulpverleners zijn in staat deze methodiek te integreren in hun eigen werkwijze.

## Mensen leven in rollen

*An actor must work all his life, cultivate his mind, train his talents systematically, develop his character; he may never despair and never relinquish this main purpose – to love his art with all his strenght hand love it unselfishly. Constatin Stanislavski*

De eerste van de twee modules van de basisopleiding bestaat uit vijf blokken van twee dagen. In ieder blok wordt geoefend met de diverse technieken van psychodrama. Je leert de technieken als vanzelfsprekend toepassen zodat je als begeleider steeds beter kan focussen op het inhoudelijk proces. Naarmate je meer ervaring opdoet en je basis beter wordt kun je meer opgeleid worden in de complexere werkvormen van het psychodrama. Zo kan iedere student op het eigen niveau oefenen en trainen. Er wordt daarnaast een goede en diverse theoretische achtergrond (methodisch en themagericht) geboden.

Je leert hoe je mensen therapeutisch en als coach kunt begeleiden in hun verhaal. Oude verhalen kunnen herbeleefd worden en veranderen. En nieuwe verhalen ontstaan. Er wordt lesgegeven door de opleiders in de verschillende soorten rollen die er zijn. Er worden handvatten geboden en inzicht gegeven hoe en in welke leef- en werksituaties deze verschillende rollen en technieken toegepast en getraind kunnen worden. Tevens wordt geleerd hoe er procesmatig en psychotherapeutisch met roltechnieken gewerkt, maar ook bijvoorbeeld pedagogisch en didactisch getraind kan worden. De opleiders geven demonstraties van de diverse technieken, waarna er in twee- en drietalen mee geoefend wordt. De opleiders begeleiden de groepsgesprekken, en de gesprekken over de theorie.

Na voltooiing van deze module zijn deelnemers in staat het geleerde toe te passen in hun eigen werkcontext. Ze hebben casuïstiek uit hun eigen werk kunnen inbrengen.

## Mensen wonen in verhalen

In deze tweede module wordt een grondige theoretische en praktische basis gelegd voor het leren begeleiden van 'het volledige psychodrama' in de groep. Centraal staat het leren werken met 'Surplus Reality'. Deze 'vermeerderde werkelijkheid' is een unieke methode die door Moreno is ontwikkeld, gericht op het creatieve samenspel van fantasie en werkelijkheid.

De Surplus Reality is een werkelijkheid vol verrassingen en creatieve mogelijkheden, en nauw verbonden met het belangrijk begrip 'spontaniteit' van Moreno. Gezamenlijk leren, problemen oplossen en antwoorden vinden. Samenleven en samenwerken zijn gegrond in plezier en speelsheid. Het woord spontaniteit komt van 'sua sponte' en betekent 'vanzelf' en 'van binnen uit'.

Spontaniteit is zeker geen impulsiviteit, integendeel, ze omvat weliswaar emoties en speelsheid maar ook reflectie, bewuste controle, empathie, morele en ethische overwegingen. Er is een gevoel van innerlijke vrijheid om zowel afgestemd op nieuwe situaties als ook creatief te reageren. De kracht van het werken met spontaniteit tijdens psychodrama is dat het niet blijft steken in de analyse, maar kiest voor bewuste – tegelijkertijd naar binnen en naar buiten - afgestemde actiegerichtheid. Spontaniteit en surplus reality vormen samen een rijke bron voor de narratieve werkwijze van psychodrama.

## Leven om te vertellen in een gedeelde werkelijkheid

Volgens ons is de kern van een werkelijke narratieve werkwijze dat zowel de protagonist, de medespelers als ook de director 'in het verhaal' stappen. Je laat het verhaal ontstaan en je beleeft het mee. De vormgeving ontstaat van binnenuit. Het is een bijzondere vorm van kunst. Opvallend is het, hoe snel door deze werkwijze binnen korte tijd een hartelijke sfeer ontstaat in de groep. De verhalen worden vaak op zeer creatieve en levendige wijze uitgespeeld. De intensiteit van de persoonlijke verhalen wordt heel tastbaar voor de groepsleden. Groepsleden kunnen ervaren wat ze als mensen voor elkaar kunnen betekenen in de verschillende rollen, die ze met en voor elkaar vervullen. In de psychodramagroep worden vele aangrijpende, verrassende, vrolijke, onverwachtse, lange en korte verhalen uitgespeeld.

## Algemene en praktische informatie basisopleiding psychodrama.

Organisatie: Academie voor psychodrama en Groepsprocessen;  
Janspoort 1-4 hoog; 6811 GE Arnhem  
[www.academiepsychodrama.com](http://www.academiepsychodrama.com)  
[info@academiepsychodrama.com](mailto:info@academiepsychodrama.com)  
T: Mark de Jonge 06-51577129  
T: Hannah Salomé 06-15966207

### Opbouw bijeenkomsten basisopleiding 2023

De opleiding bestaat uit 20 live bijeenkomsten (locatie Arnhem), waar de nadruk ligt op groepsontwikkeling en praktisch oefenen met psychodrama en al haar technieken.

Online bijeenkomsten: 9 bijeenkomsten van twee uur waar de nadruk ligt op reflectie, relatie eigen werkveld en bespreking van de literatuur.

#### Vorbereiding en eigen studie:

- Van elke bijeenkomst maakt u een reflectie verslag (a.d.h.v. een format);
- Bestuderen van de literatuur ( deze wordt besproken tijdens de online bijeenkomsten en naar verwezen in de live bijeenkomsten);
- Een eindopdracht bestaande uit vragen die de integratie benadrukken van theorie en vaardigheden met terugkoppeling naar eigen werkveld)

#### Certificaat:

Deze ontvangt u als voldaan is aan de voorwaarden.

#### Docenten:

Mark de Jonge (TEP), Hannah Salomé (TEP)

### Data en tijden live en online bijeenkomsten 2023

Live bijeenkomsten vinden plaats in een locatie te Arnhem

#### 1<sup>e</sup> gedeelte Mensen leven in rollen live

**Live bijeenkomsten:** vrijdag 14.00 – 21.00

uur; zaterdag 10.00 – 16.00 uur

30 juni & 1 juli, 14 & 15 juli, 25 & 26 augustus, 8 & 9 september, 29 & 30 september

#### Online bijeenkomsten:

dinsdag avond 19.00 – 21.00 uur

227 juni, 11 juli, 22 augustus, 5 september, 26 september

#### 2<sup>e</sup> gedeelte Mensen wonen in Verhalen

**Live bijeenkomsten:** vrijdag 14.00 – 21.00

uur; zaterdag 10.00 – 16.00 uur

20 & 21 oktober, 10 & 11 november, 1 & 2 december, 15 en 16 december, 12 & 13 januari 2024.

#### Online bijeenkomsten:

dinsdag avond 19.00 – 21.00 uur

17 oktober, 7 november, 28 november, 12 december, 9 januari 2024.

#### Afsluiting en evaluatie

3 februari 2024 (locatie Arnhem)

### Kosten

De kosten voor de basisopleiding bedragen € 2.450,- , dit houdt in € 1.00,- per live bijeenkomst en € 50,- per online bijeenkomst. Dit bedrag is incl. koffie & thee, men dient zelf voor lunch of avondeten te zorgen. Kosten zelf aan te schaffen literatuur € 100,- maximaal.

**Aanmelden en inschrijven via mail:** [info@academiepsychodrama.com](mailto:info@academiepsychodrama.com);

Wilt u een opleider spreken neem telefonisch contact op met één van de opleiders.

Na aanmelding wordt u uitgenodigd voor een persoonlijk gesprek.