

Werkstuk psychodrama

Gebruik en inzet van psychodrama en psychodramatechnieken
in een niet-therapeutische setting

een praktijk onderzoek

Ronald Bremer

Houten

Juni 2008

Tweedejaarswerkstuk Psychodrama NVGP

Beoordelaar mevrouw Edith Wegman, opleider NVGP

Aanleiding en inleiding

Directe aanleiding voor dit werkstuk is de opleiding psychodrama van de sectie psychodrama van de Nederlandse Vereniging voor GroepsPsychotherapie (NVGP).

Voor de onderzoeker, tweedejaars student, werkend in een niet-therapeutische setting, maar in een setting van coaching, loopbaanadvies en training in de non-profit en profit sector, wordt de vraag actueel hoe ik mijn opgedane vaardigheden en kennis in de psychodrama opleiding straks na afronding van de opleiding ga inzetten in mijn beroepswerkveld.

Een voor de hand liggend gebruik van het geleerde, is te gaan werken in een psychotherapeutische setting, waar psychodrama al ingebed is als groepstherapeutisch instrumentarium. Voor mij is het een grote uitdaging om het geleerde in een niet therapeutische setting te gaan incorporeren. Ik ervaar deze uitdaging ook als een dilemma. Een dilemma omdat mijn persoonlijke ervaring is dat in de niet psychotherapeutische setting psychodrama erg onbekend is en zoals het spreekwoord zegt, onbekend maakt onbemind.

Bij toeval kwam ik zeven jaar geleden zélf op het spoor van psychodrama, omdat ik een groepstherapie ben gaan volgen. Bij twee therapeuten die psychodrama gebruikten. Daarvoor had ik nooit gehoord van psychodrama. En dat hoewel ik als HBO-verpleegkundige ben opgeleid en heb gewerkt binnen jeugdhulpverlening, wijkverpleging, ziekenhuiszorg en verstandelijk gehandicaptenzorg. Verder heb ik gezondheidswetenschappen gestudeerd en ben ik toch redelijk belezen. Naast het feit dat psychodrama mij onbekend was, blijkt dat de meeste mensen in mijn omgeving ook geen idee hebben wat psychodrama is. Psychodrama lijkt (in mijn omgeving) een lage naamsbekendheid te hebben.

Vanwege de onbekendheid van deze wereld heeft de auteur een onderzoeksopzet gemaakt (bijlage 1), vervolgens is een vragenlijst ontwikkeld (bijlage 2).

Hieronder wordt kort eerst een definitie gegeven van psychodrama. Vervolgens worden de oorspronkelijke probleemstelling en de doelstelling voor het onderzoek beschreven. In de pagina's daarna worden de resultaten van het onderzoek weergegeven.

De doelgroep voor dit werkstuk zijn allereerst de opleiders NVGP opleiding, vervolgens de collega studenten maar ook de respondenten van dit onderzoek. Voor diegene echter die minder bekend zijn met psychodrama hieronder een definitie van psychodrama op zijn plaats. De definitie is een vertaalde variant.

Psychodrama is een psychotherapeutische methodiek, waarin cliënten uitgenodigd worden om met hetgeen zij doen door te gaan, via drama, rollenspel en gedramatiseerde zelfrepresentaties. Het doel is hun gedrag anders te doen aflopen dan zij gewoon zijn. Hierbij wordt zowel verbaal als non-verbale communicatie gebruikt. Verschillende situaties kunnen in scène gezet worden. Bijvoorbeeld: specifieke situaties uit het verleden, zoals die herinnerd worden door de cliënt. Onafgeronde zaken, innerlijke conflicten, fantasieën, dromen en ook voorbereiding op spannende situaties in de toekomst of onvoorbereide uitingen van actuele gevoelens en gedachten. Deze scènes betreffen ofwel een benadering van reële situaties, ofwel een representaties van innerlijke mentale processen. De voor het drama benodigde rollen kunnen naar wens of door medegroepsleden, of met behulp van objecten gespeeld wordt. Er worden verscheidene technieken toegepast zoals: rolwisseling, dubbelen, spiegelen, concretisering, vergroten en alleenspraak (Kellermann, P.F. , Focus on Psychodrama, 1992, p. 19).

Probleemstelling

Is er een mogelijkheid voor mij psychodrama in groepen te benutten en te verkopen voor persoonlijke- en teamontwikkeling. Hoe ziet deze markt er globaal uit in Nederland. Is psychodrama in marketingtermen kansrijk of niet. Hoe en waar is het eventueel kansrijk te maken.

Doelstellingen

- Na een verkennend onderzoek bij een veertigtal psychodramatherapeuten is mij eind juni 2008 duidelijk geworden of en hoe psychodrama is te benutten en te 'verkopen' voor persoonlijke- en teamontwikkeling in niet-therapeutische settingen.
- Verder is mij duidelijk geworden- na dit verkennend onderzoek- of er sprake is van een zogenaamde markt voor psychodramatechnieken in de niet-therapeutische settingen.
- En ook is mij duidelijk geworden of psychodrama en psychodramatechnieken kansrijk zijn of niet.
- Tevens kan ik aan ander vertellen onder welke benamingen psychodrama wordt beoefend zonder dat het psychodrama wordt genoemd.
- Voor mij als onderzoeker en voor de lezer wordt duidelijk of er een dilemma is voor een niet-therapeutische cursist van de psychodrama opleiding wanneer het gaat om het benutten van de opgedane kennis en het bijhouden van deze kennis door het werken met psychodrama in een niet-therapeutische setting.

Methode en respondentenprofiel

Voorafgaande aan de ontwikkelingen van de vragenlijst is in april 2008 door de onderzoeker een projectvoorstel gemaakt met een aanleiding voor dit onderzoek, een eerste probleemverkenning, een formulering van doelstellingen voor het onderzoek en onderzoeksvragen en onderzoeksopzet. Zie bijlage 1.

Vervolgens is een vragenlijst ontwikkeld, zie bijlage 2. Met een aantal gesloten vragen en vooral open vragen. Voor een kleine groep niet Nederlandstalige is een identieke Engelstalige vragenlijst gemaakt.

Een belangrijk deel van de respondenten (60 %) is deelnemer geweest van de Elefthery conferentie begin mei 2008 te Heeze. Ongeveer 10 % van de respondenten is deelnemer van de tweedejaars groep van de psychodrama opleiding van de NVGP. De respondenten zijn verder verkregen door het bellen naar de verschillende psychodrama-opleidingen die er zijn in Nederland. Tevens zijn er een diversiteit van Belgische respondenten.

Uiteindelijk zijn 106 vragenlijsten (n=106) verstuurd en zijn er 68 vragenlijsten retour ontvangen, een response van 64%. 6 van de 68 ontvangen vragenlijsten (9%) is afkomstig van niet Nederlandstaligen, uit Spanje, Zweden, Noorwegen, Engeland en Zwitserland.

De antwoorden worden natuurlijk altijd beïnvloed door de selectie van de deelnemers. Mogelijk had een andere, zwaardere vertegenwoordiging van één van de andere opleidingen op gebied van psychodrama ten dele tot andere resultaten geleid. Echter, gezien het grote aantal retour ontvangen vragenlijsten is het vermoeden dat er een aardig representatief beeld is ontstaan van psychodrama, zoals dat wordt ingezet in Nederland en België.

De oudste respondent bleek 84 jaar en de jongste 19 jaar. De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 44 jaar. 50 % van de respondenten is onder de 44 jaar en de andere 50 % is ouder dan 44 jaar.

De respondenten vervullen diverse beroeps- en functierollen. 32 % geeft aan (ook) trainer te zijn. 30 % geeft aan (ook) coach te zijn. 32 % van de respondenten geeft aan (ook) psychodramatherapeut te zijn. 10 % van de respondenten geeft aan (ook) psychiater te zijn en 9 % geeft aan ook dramatherapeut te zijn. Verder is 6 % (ook) verpleegkundige en 6% is (ook) maatschappelijk werker. Daarnaast zijn er 6 % van de respondenten tevens manager. Andere combinaties zijn theoloog, docent, loopbaanadviseur, beeldendtherapeut en hoogleraar. Deze opsomming geeft hopelijk een beeld van de groep respondenten.

Tijdens het onderzoek is tevens geprobeerd een beeld te krijgen van de opleidingen in Nederland en de invloed die deze opleidingen / opleiders hebben gehad op het werk van anderen. Om recht te doen aan de vele mensen die psychodrama een warm hart toedragen en anderen hierin hebben opgeleid, worden hieronder diverse namen van psychodramaopleiders genoemd.

Onderzoeksresultaten

In dit hoofdstuk zijn de resultaten van het onderzoek samengevat en per thema weergegeven. Steeds wordt onder een kopje de samenvatting gegeven van de resultaten uit het onderzoek.

Opleiders en beïnvloeders op gebied van psychodrama

De al in de vragenlijst genoemde opleiders zijn:

F. Cuvelier, Peter John Schouten, Dean en Doreen Elefthery, Leni Verhofstadt-Denève, Lex Mulder, A. Salomé-Finkelstein, J. L. en Z. Moreno, P. De Laat, M. Arendsen Hein, P. Van Dun, E. Wegman, H. Gilhuis, Hanna Salomé, Mark de Jonge, Renée Oudijk, Jan Lap, Majorie Lap - Streur, Anita Naus.

'Nieuwe' namen van opleiders zijn: Frans Scheerder, mw. Houben, Joke Meillo, Loek Portier, Marianne Mostert, Pierre Fontaine, Karel Bontekoe, Vic van der Staay, Herman Engelhart, Pim Eygenstein, Monica Westberg, Ingrid Gransson, Peter Kellermann, M. Haskell, L. Fine, G. Norris, Northern School of psychodrama (Engeland), Anne Ancelin Schützenberger, Max Clayton Marcia Karp, Leif-Dag Blomqvist, Dalmiro Bustos, Roberto de Inocencio.

De groep respondenten noemt als grote beïnvloeders op gebied van psychodrama - in volgorde van aantal keer genoemd door respondenten -:

D. Elefthery, NVGP opleiders P. de Laat, M. Arendsen Hein, E. Wegman, P. van Dun, R. Oudijk, L. Mulder, A. Salomé, F. Cuvelier, J. Lap, M. Lap-Streur, L. Verhofstadt-Denève, P. J. Schouten, A. Naus, H. Salomé, M. de Jonge, Peter Kellerman en Roberto de Inocencio.

Aandeel van psychodrama in werkprocessen

U hebt kunnen lezen dat een belangrijk deel van de respondenten werkt als trainer of coach. Hier in dit onderzoek aangeduid als het niet-therapeutische werkveld. Een ander belangrijk deel werkt in een therapeutische setting.

Uit de resultaten van het onderzoek blijkt dan dat psychodrama in de klinische settingen gemiddeld genomen rond de 5 % van de tijd psychodrama wordt ingezet. Overigens is er een redelijke diversiteit van de inzet van psychodrama. Er zijn dus ook instellingen waar dit 2 of 3 % is, maar ook instellingen waar dit percentage oploopt tot zelfs 45 %.

Inzet van psychodrama in de niet-therapeutische setting varieert ook. Hier ligt de variatie van inzet van psychodrama gemiddeld veel hoger, namelijk 50 %. Met afwijkingen van dit gemiddelde naar beneden met 3 % inzet van psychodrama tot en met 100 % inzet van psychodrama bij een training of andersoortige begeleiding.

De lage score inzet van psychodrama is onder andere te verklaren door de multidisciplinaire aanpak in klinische settingen. Waardoor er een diversiteit van vaktherapieën is.

In bijlage 3 volgt een opsomming van plekken, instellingen en namen van programma's waar psychodrama wordt ingezet. Psychodrama blijkt te worden ingezet in allerhande therapeutische programma's, maar ook in reguliere HBO- en Masteropleidingen, trainingen, intervisie en allerlei vormen van individuele begeleiding.

Psychodramadirectors blijken diverse beroeps- en functierollen te vervullen. Dus naast therapeut, ook opleider. Of naast trainer, ook coach en therapeut. Of naast manager ook coach en trainer.

Naamsbekendheid van psychodrama

Hierover kunnen we kort zijn. De naamsbekendheid van psychodrama is laag tot zeer laag.

Voor de mensen in de wereld van de geestelijke gezondheidszorg ligt dit anders, maar voor de grote groep potentiële psychodrama-gebruikers is dit ronduit laag.

Hoe kom je in contact met psychodrama? Is het vrij verkrijgbaar?

Naast klinische programma's, die natuurlijk ook een vorm van open inschrijving zijn maar dan met een zeer hoge drempel, zijn er ook een diversiteit van mogelijkheden 'gevonden' om Psychodrama via een openinschrijving te kunnen beoefenen.

De respondenten geven aan dat 40% van het psychodrama-aanbod niet open is voor iedereen. 21% geeft aan dat er een open aanbod is. Bij 23% is er tussenvorm, een uitgebreidere intake. 8% heeft geen keuze gemaakt.

Vaak zijn vormen van psychodrama in één of tweedaagse training opgenomen. Dat betekent dat diegene die voor zichzelf psychodrama willen doen - met wat zoekwerk - zich kunnen inschrijven voor psychodrama! Zie verder bijlage 4, voor een aantal namen en adressen. Er zijn vast nog meer mogelijkheden, deze zijn echter niet uit dit onderzoek naar voren gekomen.

Psychodrama als naam van de techniek, benoemen of toch maar niet?

In de praktijk blijken psychodramadirectors, vooral in de wereld van training en coaching, niet altijd te benoemen dat ze psychodrama doen. Op de vraag: 'wat vindt u van het gebruik van psychodrama zonder dat dit aan de klant te benoemen' geeft 20 % aan dat dit níet goed is. 15 % zegt: 'dat is mij om het even'. 35 % zegt: 'dat is prima wanneer dat beter zou werken'. Niemand zegt dat is heel goed. 10 % maakt geen keuze hierin. 20 % maakt een andere keuze.

50 % van de respondenten (15 plus 35) vindt het prima of het is ze om het even wanneer een andere naam wordt gebruikt als psychodrama of wanneer de methodiek zelfs niet wordt genoemd.

Veel therapeuten onder de respondenten geven aan dat dit niet goed is. De doelgroep waarmee gewerkt wordt, lijkt dus belangrijk wanneer het gaat om al of niet de techniek benoemen waarmee wordt gewerkt. Naast de doelgroep zijn het soort professionals (therapeuten) bepalend in de keuze voor het al of niet noemen van de naam van de techniek.

Heel vaak wordt genoemd dat het bovenal belangrijk is dat de psychodramatechnieken worden ingezet door een goed opgeleid iemand. Die het werk in de diepte bij mensen kan opvangen en (bij)sturen. Wat de benaming is van de interventie is voor de meesten zoals gezegd minder interessant.

Psychodrama als werktitel, of toch liever een andere naamgeving?

Voor de meeste respondenten blijkt dat psychodrama bij veel klanten vaak zware- en therapeutische associaties oproep te roepen. Om die reden zijn er velen die andere benamingen gebruiken in het werken met groepen, wanneer zij psychodramatechnieken of psychodrama inzetten. Iemand schrijft:

"Ik gebruik (te) in al mijn trainingen psychodrama alsof het heel vanzelfsprekend was. Ik legde niets uit, bouwde altijd gewoon een scene op en iedereen "loved it". Ik zei niet eerder wat het was totdat mensen mijn bijna "smeekten" om erover te vertellen. Psychodrama is echter voor mij niet de focus, de groei of verandering wel.

Een ander: "Ik noem het beestje gewoon bij de naam, dus gewoon psychodrama".

In de bijlage is een reeks van suggesties opgenomen voor alternatieve namen voor het werken met psychodrama. Tijdens gesprekken naar aanleiding van dit onderzoek op de Elefthery Conferentie in Heeze, bleek er behoefte te bestaan een meer bij de tijd en werkvorm passende naam te kiezen.

Indicatiegebieden voor psychodrama in een niet-therapeutische setting

Een eerste indicatie is de keuze voor een verbale- of meer non-verbale techniek. Psychodrama is één vele non-verbale technieken. Psychodrama kan een goede indicatie zijn voor mensen die 'vastzitten' in hun hoofd, of anderszins zeer geneigd zijn te praten en niet zozeer te voelen. Psychodrama kan ook goed geïndiceerd zijn voor mensen die het leuk vinden om spelend te leren. Het is een techniek die in hoge mate aansluit bij de intuïtie en het gevoel van mensen.

De verschillende indicatiegebied de respondenten hebben genoemd zijn hieronder geordend in een vijftal clusters, die oplopen in 'zwaarte'.

Nieuwe wegen

- vraagstukken voor mensen of groepen die hun dromen beter willen begrijpen
- voor mensen of groepen die fantasiebeelden of - vraagstukken willen uitwerken.
- voor mensen of groepen die eens in de toekomst willen kijken. Het kan gaan over beleidsontwikkeling, menselijke relaties, loopbaanvraagstukken, marktverkenningen en dergelijke.

Persoonlijke effectiviteit en passie

- psychodrama kan helpend zijn voor mensen of groepen die positieve ervaringen willen opdoen
- voor mensen of groepen met gebrek aan passie, vreugde of bezieling
- voor mensen of groepen die effectiever willen zijn in hun werk
- voor mensen die meer invalshoeken rond een onderwerp willen krijgen
- voor mensen of groepen die gebrek hebben aan zelfvertrouwen
- voor mensen of groepen die behoefte hebben om (nieuw) gedrag te oefenen
- voor mensen of groepen waarbij het een noodzaak is of een wens tot gedragsverandering te komen
- voor mensen of groepen die willen omgaan met veranderingen in hun leven, o.a. op gebied van relaties, of werk.

Problemen en dilemma's in relaties of met zichzelf

- voor mensen die een dilemma ervaren of een conflict in relatie tot: delen van zichzelf, hun partner, vrienden, collega's, inhoudelijke thema's, de wereld en God.

Begrenzingvragen, identiteits- en zinsgevingsvragen

- voor mensen met vraagstukken rond begrenzing, afstand en nabijheid
- voor mensen met vraagstukken rond: wat is mijn verantwoordelijkheid en wat van de ander. Waar houd ik op en waar begint de ander.
- wie ben ik, wat kan ik, wat is mijn bestemming, mijn talent?

Conflicten in mensen zelf (intra psychisch)

- psychodrama kan veel betekenen voor mensen met psychische- of lichamelijke pijn
- ook is het een geschikte techniek voor mensen met vraagstukken op gebied van loslaten en verwerking. Denk aan verbroken vriendschappen, ontstane beperkingen in fysieke of geestelijke mogelijkheden, verlies van werk of status, verliezen van collega's door bijvoorbeeld reorganisaties, verliezen van een partner et cetera
- voor mensen met trauma's en andere dieperliggende kwetsuren die hen belemmeren in hun functioneren.
- stemmingsvraagstukken zoals angst en somberheid.

Contra indicaties voor psychodrama in een niet-therapeutische setting

De belangrijkste contra indicatie is een onvoldoende opgeleide en ervaren begeleider. Dit wordt meerdere keren door respondenten genoemd. Diverse respondenten geven ook aan dat er voor een ervaren psychodramabegeleider, eigenlijk geen contra indicaties zijn. Dit omdat een ervaren begeleider zeer gevoelig is voor dat wat er in de groep gebeurt en dat wat er met mensen gebeurt. Dus de diepgang van de interventie zal de begeleider altijd aanpassen aan de protagonist en de situatie. Bekend is dat het voor alles gaat om de protagonist.

Toch wordt er een diversiteit aan aandachtspunten of contra indicaties voor psychodrama genoemd, zoals:

- ernstige psychopathologie (hard drugsverslaving, (rand) psychose, persoonlijkheidsstoornis)
- geen vraag of contract.
- in contract zeer expliciet benoemd dat diepgraven niet gewenst is
- geen mogelijkheid voor follow-up / nazorg
- wanneer de vraag simpeler kan worden beantwoord door bijvoorbeeld een schrijf- of een huiswerkopdracht
- wanneer er weinig tijd is
- wanneer de opdrachtgever /leidinggevende echtheid niet kunnen verdragen
- wanneer de persoonlijke verhalen van deelnemers de deelnemers zouden kunnen schaden, denk aan deelnemers van een school of een bepaald bedrijf
- wanneer er in de groep grote emotionele processen spelen
- wanneer er acuut iets gedaan moet worden, omdat er crisis is
- wanneer er een ongezonde gezagsverhouding is bijvoorbeeld tussen de baas en medewerkers die allen in de groep zijn
- wanneer er grote onderlinge belangen zijn tussen de deelnemers
- wanneer er geen spelbereidheid is
- wanneer er veel weerstand is.

Meerwaarde van psychodrama

Bij de respondenten is het enthousiasme over de methode groot. Heel vaak wordt genoemd: "het is een bijzonder krachtige en effectieve methode". Voor mij als onderzoeker blijft een beetje in de lucht hangen waarom het nu zo krachtig en zo effectief is. Gelukkig wordt ook daar ruimschoots antwoord op gegeven door de respondenten.

Welke factoren bepalen (mede) de meerwaarde, effectiviteit en kracht van psychodrama

Psychodrama blijkt op een bijzonder effectieve wijze het leren van mensen te bevorderen. Integratie (van delen van mensen) neemt toe, mensen blijken persoonlijke te groeien en het zelfhelend vermogen van mensen wordt op gang gebracht. Een respondent noemt dat psychodrama, homeostase op gang brengt. Waarbij homeostase wel wordt gedefinieerd als een toestand van welbevinden en een natuurlijk evenwicht in ons lichaam, zodat de verschillende onderdelen van ons lichaam kunnen functioneren ten dienste van het gehele 'systeem'.

Psychodrama is een dergelijk krachtig instrument omdat het een diversiteit aan 'geheugen' oproept. Onder andere door de mogelijkheid van het gebruik van alle menselijke zintuigen. De hele mens, als psycho – socio – somatische eenheid lijkt te worden geprikkeld. Een aantal respondenten benoemen dat de techniek; het hoofd, het hart, en de handen weet te stimuleren en te activeren. Andere respondenten zeggen het weer net iets anders: "het raakt het denken, het voelen en het handelen". Weer anderen zeggen: "het is een techniek die het gevoel, het verstand en de vormgeving door actie laten integreren". Vervolgens wordt aangegeven dat de techniek - onder voorwaarden van een goed opgeleide psychodrama begeleider - ook heden, verleden en toekomst weet te verbinden.

Een ander noemt "het is ervaringsleren en sociaalleren, waardoor deze techniek zo krachtig is". Een psychodramadirecteur schrijft: "het leren wordt op gang gebracht omdat in de techniek steeds een drieslag van leermomenten is opgenomen. Bij een psychodrama zijn er globaal drie fasen te onderscheiden: warming-up, actiefase en sharing. Echter óók per fase, bijvoorbeeld, de warming-up fase, is er weer sprake van een drieslag; een kleine warming-up inleiding, warming-up actie en sharing van de warming-up."

Naast *interactie* tussen protagonist en antagonist vindt er meestal interactie (gesprek) plaats tussen diverse delen / stemmen / energieën van de protagonist. Door het doen, wordt meestal duidelijk welke beelden van de werkelijkheid (denkmodellen / concepten) een protagonist heeft.

Door psychodramatechnieken (o.a. dubbelen, spiegelen etc.) kunnen inzichten op deze concepten worden vergroot. "Door psychodrama worden eigen concepten geactualiseerd". In een mooi woord *conceptualisatie*. Bijvoorbeeld: door het uitvergroten van 'delen' van een persoon en nieuwe delen toe te voegen (zoals naast onzekerheid is er ook creativiteit). Zo ontstaan ook nieuwe concepten bij de protagonist. Iemand kan ontdekken: "Ik ben meer dan mijn onzekerheid, ik ben onzeker, maar ook creatief. Ik kan in gesprek met deze delen van mezelf."

Een respondent schrijft: de 'centrale' stoel voorkomt vereenzelving met een deel van een persoon, "Ik ben onzeker". Het werken met tegenpolen (bijvoorbeeld: onzekerheid en creativiteit) blijkt zeer verhelderend te werken. Soms door iemand te laten ervaren hoe het is wanneer er aan twee kanten fysiek aan iemand wordt getrokken.

Reflectie komt als vanzelf op gang door de diverse dubbels van de co-director, groepsleden en vragen van de director. De warming-up en sharing zijn ook sterk op reflectiegerichte acties. Interactie, reflectie en conceptualisatie blijken – volgens een redelijk recent promotieonderzoek - leren in hoge mate op gang te brengen (Ruijters, M., *Liefde voor Leren*, 2006).

De nawerking van een psychodrama blijkt ook groot. Er komt een (leer)proces op gang bij mensen en soms uit onverwachte hoek (een dubbel, een woord, een lied) blijkt dat er ook nog na een psychodrama, 'kwartjes en guldens' te vallen.

De techniek vraagt creativiteit en spontaniteit. Het meeleven en doen van de groepsleden brengt nog eens extra invalshoeken in beeld. Dit levert een krachtige leeromgeving op.

Het doen, het ervaren, blijkt bovenstaande nog eens extra te onderstrepen. Veel mensen weten na jaren nog haarfijn te vertellen wat er tijdens een psychodrama is gebeurd! Dat ligt (meestal) anders bij een erg goed gesprek.

Voorwaarde is een deskundig psychodrama director die kan bij oordelen over met psychodrama gewerkt kan worden en een belangrijke voorwaarde tijdens het werk is altijd dat er voldoende veiligheid is voor de protagonist en voor de andere deelnemers. Dus veiligheid is een heel belangrijke randvoorwaarden.

In bijlage 4 zijn nog een diversiteit aan andere meerwaarden opgenomen.

Is er werk te vinden met psychodrama in een niet-therapeutische setting?

De vraag stellen, doet al vermoeden dat de onderzoeker hier lage verwachtingen bij had. Uit dit onderzoek blijkt dat een grote groep trainers, coaches en opleiders aangeven dat er zeker werk is voor mensen die willen werken met psychodrama in een niet-therapeutische setting. Vijf procent van de respondenten denkt dat er geen werk te vinden is met psychodrama. Veel reacties zijn er in de lijn van: "het ligt geheel bij jou!" Een ander zegt: "even fantaseren: met een goede marketing en passende integriteit zou het (instrument) een wereldverbeteraar kunnen zijn".

Hoe kan psychodrama worden ingezet in een niet-therapeutische setting?

Psychodrama als wereldverbeteraar is reeds genoemd. Verder wordt genoemd dat psychodrama heel geschikt is bij bezinningsvraagstukken. Eigenlijk overal waar professionals werken is psychodrama zeer geschikt. Denk aan de doelgroepen: docenten, politiemannen, bestuurders, managers, docenten, huisartsen, medisch specialisten, managers, fysiotherapeuten, maatschappelijk werkers, advocaten, loopbaanadviseurs, sociaal pedagogische werkers, sociaal psychiatrisch verpleegkundigen, psychiaters, mediators en ga zo maar door.

Uit de antwoorden van de respondenten blijkt dat er veel energie is om psychodrama te behouden voor de toekomst. Maar wat belangrijker is, er lijkt energie om psychodrama uit te dragen in Nederland!

De kracht van psychodramatherapeuten, psychodramadirectors is hun inhoudelijkheid, hun integriteit en authenticiteit. Het lijkt erop dat er weinig liefde is geweest voor marketing en PR.

Er worden suggesties gedaan om vanuit de verschillende opleiders, bestuurders te komen tot een gemeenschappelijke aanpak. Uit de wereld van winkeliers blijkt het zo te zijn dat een grote woonboulevard meer bezoekers trekt voor de verschillende woningenwinkels, dan dat de winkels afzonderlijk ergens in een woonplaats zouden gesitueerd zijn.

Samenwerking wordt gesuggereerd door respondenten die synergie kan opleveren binnen de groep van opleiders en bestuurders op gebied van psychodrama in Nederland. Het aantal mogelijkheden en doelgroepen is eigenlijk oneindig. De nood in de wereld is ook groot. In Nederland is er vooralsnog ook nog ruim voldoende geld voor trainingen, coaching en dergelijke op gebied van persoonlijke groei. Het zoeken van een niche (oorspronkelijk: ideale plek voor een plantje om helemaal tot zijn recht te komen) is een mooie uitdaging.

Conclusies

Beantwoording van gestelde onderzoeksvragen

Na een verkennend onderzoek bij een veertigtal psychodramatherapeuten is mij eind juni 2008 duidelijk geworden of en hoe psychodrama is te benutten en te 'verkopen' voor persoonlijke en teamontwikkeling in niet-therapeutische settingen.

Allereerst blijken er 68 respondenten te hebben gereageerd, wat het beeld zuiverder maakt. Uit dit beeld is mij voor eind juni 2008 gebleken dat er zeker werk te vinden is met psychodrama(technieken).

Verder is mij duidelijk geworden- na dit verkennend onderzoek- of er sprake is van een zogenaamde markt voor psychodramatechnieken in de niet-therapeutische settingen.

Ja, er is zoiets als een markt voor psychodrama in niet-therapeutische settingen. Deze is zelfs redelijk overzichtelijk, in bijlage 3 wordt hiervan een beeld van gegeven.

En ook is mij duidelijk geworden of psychodrama en psychodramatechnieken kansrijk zijn of niet.

Ja, voor mij is psychodrama kansrijk. Marketing en het vinden van mijn niche is wel nodig.

Tevens kan ik aan ander vertellen onder welke benamingen psychodrama wordt beoefend zonder dat het psychodrama wordt genoemd.

In bijlage 4 is een forse lijst met alternatieve namen opgenomen.

Voor mij als onderzoeker en voor de lezer wordt duidelijk of er een dilemma is voor een cursist van de psychodrama opleiding NVGP, wanneer het gaat om het benutten van de opgedane kennis en het bijhouden van deze kennis door het werken met psychodrama in een niet-therapeutische setting.

Nee, er is geen dilemma. Als er een dilemma is dan zit deze in mijn hoofd.

Projectvoorstel werkstuk psychodrama opleiding, tweede jaar, 2008

Titel

Gebruik en inzet van psychodrama en psychodramatechnieken in een niet-therapeutische setting.

Aanleiding en inleiding

Directe aanleiding voor dit werkstuk is de opleiding psychodrama van de sectie psychodrama van de Nederlandse Vereniging voor GroepsPsychotherapie. Thema en doel van het werkstuk dient te gaan over een dilemma binnen de psychodrama.

Voor mij als tweedejaars student, werkend in een niet-therapeutische setting, maar in een setting van coaching, loopbaanadvies en training in de non-profit en profit sector, wordt de vraag actueel hoe ik mijn opgedane vaardigheden en kennis in de psychodrama opleiding straks na afronding van de opleiding ga inzetten in mijn beroepswerkveld.

Een voor de hand liggende benutting van het geleerde, is te gaan werken in een psychotherapeutische setting, waar psychodrama reeds ingebed is als groepstherapeutisch instrumentarium. Voor mij is het een grote uitdaging om het geleerde in deze niet-therapeutische setting te gaan incorporeren. Ik ervaar de uitdaging ook als een dilemma. Een dilemma omdat mijn persoonlijke ervaring is dat in de niet psychotherapeutische setting psychodrama erg onbekend is en zoals het spreekwoord zegt, onbekend maakt onbemind.

Bij toeval kwam ik zeven jaar geleden zélf op het spoor van psychodrama, omdat ik een groepstherapie ben gaan volgen. Bij twee therapeuten die psychodrama gebruikten. Daarvoor had ik nooit gehoord van psychodrama. En dat hoewel ik als hbo verpleegkundige ben opgeleid en heb gewerkt binnen jeugdhulpverlening, wijkverpleging, ziekenhuiszorg en verstandelijk gehandicaptenzorg. Verder heb ik gezondheidswetenschappen gestudeerd en toch redelijk wat het gelezen en ben ik redelijk algemene ontwikkeld. Naast het feit dat psychodrama mij onbekend was, blijkt nu dat de meeste mensen in mijn omgeving ook geen idee hebben wat psychodrama is. De psychodrama lijkt (in mijn omgeving) een lage naamsbekendheid te hebben.

Psychodrama is volgens mijn huidige inzichten niet makkelijk 'los' verkrijgbaar (een middag, dag, of tweedaagse). Wel is het verkrijgbaar binnen veel klinische of ambulante setting en. Er zijn wel settings (instelling of organisatie) waar psychodrama te doen is via een dag of via een weekend. Doorgaans is het ingebed in een therapeutische omgeving. Mijn vermoeden is dat zeker 95 procent van de psychodrama in groepsverband en therapeutisch wordt ingezet.

Graag onderzoek ik de vermoedelijke vijf procent van de inzet van psychodramatechnieken in de genoemde niet-therapeutische setting gen.

Mijn dilemma en vraag is hoe deze markt er uitziet en ook of er sprake is van een dergelijke markt. Om vervolgens met deze nieuwe kennis te ontdekken en waar ik mij op deze markt wil en kan begeven. Mijn vermoeden is verder dat psychodramatechnieken in groepen, ook onder andere namen worden ingezet en 'verkocht'. Via de diverse opleiders van psychodrama opleidingen en via de bezoekers van het psychodrama congres aanstaande mei verwacht ik veel nieuwe inzichten op dit kleine psychodrama veld te verkrijgen.

Probleem

Is er een mogelijkheid voor mij psychodrama in groepen te benutten en te verkopen voor persoonlijke- en teamontwikkeling.

Hoe ziet deze markt er globaal uit in Nederland.

Is psychodrama in marketingtermen kansrijk of niet.

Hoe en waar is het eventueel kansrijk te maken.

Doelstelling

- Na een verkennend onderzoek bij een veertigtal psychodramatherapeuten is mij eind juni 2008 duidelijk geworden of en hoe psychodrama is te benutten en te 'verkopen' voor persoonlijke- en teamontwikkeling in niet-therapeutische settingen.
- Verder is mij duidelijk geworden- na dit verkennend onderzoek- of er sprake is van een zogenaamde markt voor psychodramatechnieken in de niet-therapeutische settingen.
- En ook is mij duidelijk geworden of psychodrama en psychodramatechnieken kansrijk zijn of niet.
- Tevens kan ik aan ander vertellen onder welke benamingen psychodrama wordt beoefend zonder dat het psychodrama wordt genoemd.
- Voor mij als onderzoeker en voor de lezer wordt duidelijk of er een dilemma is voor een niet-therapeutische cursist van de psychodrama opleiding wanneer het gaat om het benutten van de opgedane kennis en het bijhouden van deze kennis door het werken met psychodrama in een niet-therapeutische setting.

Onderzoeksvragen

1. Man of vrouw
2. Leeftijd
3. Beroepen
 - psycholoog / psychotherapeut, psychiater, maatschappelijk werker, verpleegkundige, dramatherapeut, psychodramatherapeut, coach, trainer,
4. Opgeleid in psychodrama ja nee
5. Bij wie de 'hoofdopleiding' op gebied van psychodrama
6. Nadere scholing bij wie o.g.v. psychodrama
7. Hoe vaak doe je zelf psychodrama in groepen per jaar
 - 0 - 5 dagen\
 - 6- 10 dagen
 - 11-20 dagen per jaar
 - 21- 30 dagen
 - 31 -40 dagen per jaar
 - 41 en meer dagen
8. In wat voor zettingen doe je groeps psychodrama
 - Geef dit in % aan.
 - Bijvoorbeeld 10% niet psychotherapeutische zetting
 - 90 % groepstherapie
9. Hoeveel dagen per jaar geef je groepspsychodrama in een niet-therapeutische zettingen
10. Gaat het om open inschrijvingen voor de psychodrama ja nee
 - Of maakte het deel uit van een vast programma, Ja nee
 - Bij ja, Hoe heet het programma, de naam van de training.....
 - Welk % maakt psychodrama uit van het totale programma:
11. Kent U plaatsen / bedrijven / instellingen waar psychodrama wordt ingezet in niet-therapeutische zettingen gericht op groepen?
 - Wilt U ze hier noemen.
 -
12. Soms wordt psychodrama ingezet onder andere benamingen in een niet-therapeutische zetting, kent u dergelijke andere benamingen noemen.
 - Bijvoorbeeld rollenspel, of dramatechnieken
 -
13. Wat is de waardering van klanten van de inzet van de psychodramatechnieken in niet-therapeutische zettingen wanneer u dit zou omzetten in een cijfer tussen 0 en 10.
 - 0 is erg laag en 10 is een zeer hoge waardering.
 - Cijfer
 - Wordt de psychodrama schriftelijk geëvalueerd ?
 - Nee nooit - - ja altijd

14. Wat zijn volgens U individuele indicatie- en contra indicaties om psychodrama in te zetten
 - Indicaties voor psychodrama
 - Contra indicaties
15. Welke meerwaarde kunt U verwoorden van psychodrama in niet-therapeutische zettingen
 -
16. In welke mate heeft psychodrama naamsbekendheid bij potentiële gebruikers in niet-therapeutische zettingen
 - Geen - - grote naamsbekendheid
17. In welke mate ziet U kansen voor psychodrama buiten de traditionele therapeutische settingen
 - Geen kans – grote kans
18. Hoe zou u zelf psychodrama inzetten?
 - Aan welke doelgroepen denkt u dan?
 - Aan wat voor vraagstellingen denkt U dan
 - Zou U het psychodrama noemen of anders
19. is er volgens U brood te verdienen als psychodramatherapeut in een niet-therapeutische setting?
 - nee
 - ja voor 1 dag per week
 - ja voor 2 dagen per week
 - ja voor 3 dagen per week
 - ja voor 4 dagen per week
 - ja voor 5 dagen per week
20. Welke concrete mogelijkheden ziet u om psychodramatechnieken in te zetten naast de traditionele indicatiegebieden.
 - Wilt u hier voorbeelden van noemen, liefst zo concreet mogelijk
 -
21. Wat is Uw inschatting van het huidige marktaandeel van de inzet van groepspsychodrama in de niet-therapeutische setting op het totaal van psychodrama in Nederland
 - % psychodrama in niet-therapeutische zettingen
 - % % psychodrama in therapeutische zettingen
 - % anders

Onderzoeksopzet

Via het congres in mei hoop ik suggesties te krijgen van de deelnemers van het Congres voor literatuur of publicaties over de inzet van psychodramatechnieken in een niet-therapeutische setting.

Om bovenstaande vragen te kunnen beantwoorden lijkt het mij gewenst om een redelijk grote groep psychodramaturgen te bevragen. Een gestructureerde vragenlijst lijkt mij hiervoor het meest geschikt. Door deze werkwijze kan ook in kwantitatieve zin een beeld worden verkregen van de markt van psychodrama in een niet psychotherapeutische setting.

De vier of vijf psychodrama opleidingen die er in Nederland zijn zal ik benaderen met de vraag om een aantal mailadressen van psychodramaturgen. Vervolgens zal ik tijdens het congres in mei zoveel mogelijk deelnemers van het Congres vragen de vragenlijst in te vullen. Mijn verwachting is dat het moet lukken een veertigtal ingevulde vragenlijsten te verzamelen.

Er zijn een aantal Trainingsbureaus die werken met psychodrama en ook deze trainingsbureaus zal ik benaderen om de trainers die werken met psychodrama technieken zover te krijgen de vragenlijst in te vullen of wel de vragen telefonisch met hen door te nemen zodat de vragenlijst wordt ingevuld.

Planning

April ontwikkeling van de vragenlijst

Bellen naar psychodramaopleidingen en trainingsbureaus die psychodrama inzetten.

Verzamelen van e-mailadressen.

Eind april proefmeting met vragenlijsten.

Aanpassing van de vragenlijsten indien nodig.

Vertaling van de vragenlijst in het Engels (in verband met Engelstalige respondenten)

Maken van een aanbevelingsbrief van de opleiders van de psychodrama opleiding voor de onderzoeker ten behoeven van de respondenten (in verband met verhoging van de respons en beeld van betrouwbaarheid en serieuze intentie van de onderzoeker)

Uitzoeken van mogelijkheden van antwoord enveloppen voor het geval dat ik geen mailadres kan verkrijgen, maar alleen postadressen. Half mei zijn waarschijnlijk de meeste vragenlijsten retour. Verwerking van de gegevens en maken van het onderzoeksverslag loopt tot en met eind juni.

Opdrachtgever

sectie psychodrama van de Nederlandse vereniging voor psychotherapie, meer specifiek de opleiders van de psychodrama opleiding.

Opdrachtnemer

Ronald Bremer tweedejaars student opleiding tot psychodramaturg.

Onderzoeksvragen

22. Man of vrouw
23. Leeftijd
24. Beroepen
 - psycholoog / psychotheapeut, psychiater, maatschappelijk werker, verpleegkundige, dramatherapeut, psychodramatherapeut, coach, trainer,
25. Opgeleid in psychodrama ja nee
26. Bij wie de 'hoofdopleiding' op gebied van psychodrama
27. Nadere scholing bij wie o.g.v. psychodrama
28. Hoe vaak doe je zelf psychodrama in groepen per jaar
 - 0 - 5 dagen\
 - 6- 10 dagen
 - 11-20 dagen per jaar
 - 21- 30 dagen
 - 31 -40 dagen per jaar
 - 41 en meer dagen
29. In wat voor zettingen doe je groepspsychodrama
 - Geef dit in % aan.
 - Bijvoorbeeld 10% niet psychotherapeutische zetting
 - 90 % groepstherapie
30. Hoeveel dagen per jaar geef je groepspsychodrama in een niet-therapeutische zettingen
31. Gaat het om open inschrijvingen voor de psychodrama ja nee
 - Of maakte het deel uit van een vast programma, Ja nee
 - Bij ja, Hoe heet het programma, de naam van de training.....
 - Welk % maakt psychodrama uit van het totale programma:
32. Kent U plaatsen / bedrijven / instellingen waar psychodrama wordt ingezet in niet-therapeutische zettingen gericht op groepen?
 - Wilt U ze hier noemen.
 -
33. Soms wordt psychodrama ingezet onder andere benamingen in een niet-therapeutische zetting, kent u dergelijke andere benamingen noemen.
 - Bijvoorbeeld rollenspel, of dramatechnieken
 -
34. Wat is de waardering van klanten van de inzet van de psychodramatechnieken in niet-therapeutische zettingen wanneer u dit zou omzetten in een cijfer tussen 0 en 10.
 - 0 is erg laag en 10 is een zeer hoge waardering.
 - Cijfer
 - Wordt de psychodrama schriftelijk geëvalueerd ?
 - Nee nooit - - ja altijd
35. Wat zijn volgens U individuele indicatie- en contra indicaties om psychodrama in te zetten
 - Indicaties voor psychodrama
 - Contra indicaties
36. Welke meerwaarde kunt U verwoorden van psychodrama in niet-therapeutische zettingen
 -
37. In welke mate heeft psychodrama naamsbekendheid bij potentiële gebruikers in niet-therapeutische zettingen
 - Geen - - grote naamsbekendheid
38. In welke mate ziet U kansen voor psychodrama buiten de traditionele therapeutische settingen
 - Geen kans – grote kans
39. Hoe zou u zelf psychodrama inzetten?
 - Aan welke doelgroepen denkt u dan?
 - Aan wat voor vraagstellingen denkt U dan
 - Zou U het psychodrama noemen of anders
 -

40. is er volgens U brood te verdienen als psychodramatherapeut in een niet-therapeutische setting?
- nee
 - ja voor 1 dag per week
 - ja voor 2 dagen per week
 - ja voor 3 dagen per week
 - ja voor 4 dagen per week
 - ja voor 5 dagen per week
41. Welke concrete mogelijkheden ziet u om psychodramatechnieken in te zetten naast de traditionele indicatiegebieden.
- Wilt u hier voorbeelden van noemen, liefst zo concreet mogelijk
 -
42. Wat is Uw inschatting van het huidige marktaandeel van de inzet van groepspsychodrama in de niet-therapeutische setting op het totaal van psychodrama in Nederland
- % psychodrama in niet-therapeutische zettingen
 - % % psychodrama in therapeutische zettingen
 - % anders

Bijlage 3

Opleidingen

Adoption Agency

Animera in Stockholm. Leader: Marianne Victorin and Jan Platander

Basisopleidingsgroep school voor psychodrama (2-jarig).

Eenjarige basisopleiding in de Experimentele en Ontwikkelingsgerichte Kinder- en Jeugdpsychotherapie (als niet verplichte voorbereiding tot de vierjarige opleiding)

Faculteit Creatieve Therapie en kenniskring KENVAK (Jaap Welten) beide van de Hogeschool Zuyd

Faculteit Sociale Studies (Aris Zeilstra)

Groepssupervisie HSAO

Groepssupervisie in vervolgopleiding en learning circle School voor Psychodrama

I have a course that student can choose, when they are 18 -19 years old. They have to choose a certain number of courses.

Keuze module psychodrama in HSAO

Klinisch Pastorale Vorming van Universiteit van Utrecht

Opleiding LapStreur Social Engineering

Participate as teacher(trainer) in basic and advanced training groups inside Stockholm Institute of

Psychodrama.Postacademische opleiding pastoraal gesprek

Psychodrama Opleiding NVGP

Psychodrama training for professionals

Soms ook onderdeel van "vast" curriculum (deeltijdsonderwijs SPH)

TA (Trans Actionele Analyse) opleiding in het kader van ANITA

TA opleidingen in het buitenland.

The International Institute of Human Relations " Dean and Doreen Elefthery"

Vierjarige Postgraduaat in de Experimenteel en Ontwikkelingsgerichte Kinder- en Jeugdpsychotherapie.

Trainingen en workshops

Bibliodrama

Bij intervisie

Bij supervisie

Cursus "gelukkiger worden met psychodrama".

Feldhenler gebruikt intensief PD voor het aanleren van vreemde talen (Frans) aan de Universiteit Frankfurt.

Het is een onderdeel van loopbaantrajecten.

I work with parents who try to adopt children.

Onderdeel van coaching

P.S.E= profetie of the shamanic eye

Training: 'de eigenzinnige kracht van verhalen en verbeelden'

Training: De nieuwe manier van werken.

Training: De trainer als regisseur

Training: Management van Mensen

Training: Muze de Kern voor directeuren

Training: Muze de kern voor projectleiders.

Training: Muze in Leiderschap

Training: Omgaan met lastig gedrag

Training: Patiëntvriendelijk Bejegenen.

Training: Starten met leidingeven

Workshop kennismaking met de Stad van Axen en teamsamenwerking op basis van de Stad van Axen

Workshop: Organiatiedoos van Pandora

Behandeling

Aanbod van begeleid toneel en beeldend werk bij private therapiegroep

Als onderdeel van een (leer)therapiegroep

Behandelprogramma voor traumagerelateerde problematiek binnen een reguliere GGZ instelling.

Bij de GGZ, afd. AFPN is het de Hands Off groep

Binnen de dramatherapie

Centrum voor persoonlijkheidsstoornissen de Enk

CLINICAL OR DAYTIME TREATMENT PROGRAMS FOR PEOPLE WITH PERSONALITY DISORDERS.

Clinical psychodrama groups meet once a week for a three-hour session. Minimum participation time 1 year. Slow open groups.

Cluster persoonlijkheidsstoornissen

De therapeutische wekelijkse groep is een zelfstandig aanbod.

De zwaluw, een bovenregionaal centrum voor specialistische groepspsychotherapie voor persoonlijkheidsstoornissen.

Effectiviteit van Binnenuit (preburnoutgroepen)

Groepstherapie binnen GGZ, psychodrama als werkvorm naast dramatherapie

In gezinstherapie.

Individuele schematherapie

Inzichtgevende groepstherapie voor volwassenen en voor adolescenten

KKP Programma van een kliniek voor kortdurende psychotherapie voor Persoonlijkheidsstoornissen

Klachtgerichte dagbehandeling 5 dagen per week gedurende 16 weken in een PAAZ

Klinische psychotherapie

klinische psychotherapie voor cliënten met persoonlijkheidsstoornissen.

Psychomedische hulp en psycho-oncologische hulp

Teamsamenwerkingsprogramma, (GPS, Gericht Persoonlijk Samenwerken)

Workshops voor mannen met seksueel misbruik ervaringen in hun jeugd programma

Zorgprogramma depressie PsyQ Rijnmond

Bureaus en centra die werken met psychodrama

B. Koldewijn via Het Balkon en Krijger Consultants.

Bureau Schijf

Bureau voor persoonlijke ontwikkeling ITIP

Bureau Zuidema.

Centrum Pantheorai te Schagerbrug

De Rolwissel

Het Balkon, J. Budde

Hoge school der Levenskunst

In arnhem wordt binnen opleidingen ook de link gemaakt met werken met psychodrama binnen management, mediation, scholen en andere werkvelden

Ina Hogenboom, coaching, reïntegratie

KPV HBO: communicatie-opleidingen Drama-opleidingen

L. Mulder, o.a. via L. Mulder, Het Balkon, Krijger Consultants

Loods, R. Bremer

Nestorkring

Opleiding LapStreur Social Engineering

School voor Sjamanisme te Havelte

Schouten & Nelissen

Swiro

Trainingsbureau A. de Haas

www.VerhofstadtDeneve.be

Andere benamingen voor Psychodrama

actief groepswerk.
actiegericht werken
actietherapie
actieve werkvormen,
actie-werkvormen,
action methods
active Techniques
advanced role-play
coachen via beeld en beweging
de namen van de oefeningen zelf: Rollenspel, dubbelen, twee stoelen techniek, parent interview, veilige plek, terzijde, stand-in, magic shop.
dramatische expressie
dramatische werkvormen
effectiviteit van binnen uit..
Gedragsdrama
interactiedrama,
Inzichtdrama
kritische invloedssituatie
mentaliseren
naspelen
oefeningen
ontmoeting door actie,
ontwikkelingsgerichte werkwijze
opdrachten met casuïstiek,
performance support
religiodrama,
rollenspel
roltraining
roltraining,
sociodrama
spel- en dramamethodieken binnen organisaties
spelenderwijs leren,
spelenderwijze ontdekken wat er leeft.
therapeutisch rollenspel
verdiept rollenspel
voice-drama
zelfreflectie- en persoonsontwikkelingsmethode

Bijlage 5

Andere factoren die genoemd zijn als meerwaarde van psychodrama

- er wordt altijd gewerkt met een contract, dus een doelstelling, dus meer kans op resultaat
- visualiseren in het hier en nu brengt protagonist en anderen in de beleving
- met psychodrama kan alles worden onderzocht (verleden, toekomst, dromen, fantasieën..)
- echtheid en authenticiteit maken dat men eerder tot een kern komt
- door psychodrama kan je voelbaar maken wat het effect is van je gedrag
- je kan echt oefenen met nieuwe vaardigheden
- door beweging en enscenering leert men sneller
- je kan je zelf zien door een rolwissel of door te spiegelen.
- iemand kan aan den lijve ervaren hoe het ook anders kan
- door creativiteit, humor en het speelse van de werkwijze worden zware dingen lichter, waardoor mensen spontaan en uit vrije wil makkelijker de diepte ingaan
- de antagonisten en groepsleden kunnen onverwachte ingevingen hebben die schijnbaar toevallig, heel krachtig kunnen werken
- in plaats van praten doen en beleven.
- psychodrama is theorie vrij. Dit is een grote meerwaarde omdat je psychodrama dus heel goed kan combineren
- psychodrama benut de potentie en kennis van de groep
- door de aanpak van psychodrama is een snel een sterke groepscohesie en groepsenergie
- psychodrama kent vele verschijningsvormen. Er zijn heel veel deeltechnieken waardoor zeer veel variatie mogelijk is en er altijd wel een deeltechniek is voor een bepaalde vraag
- deelnemers kunnen leren hun lichaam te gebruiken als signaalinstrument van behoeften en gevoelens
- groepsleden komen snel tot elkaar
- een eigen "veilige"plek ontdekken in jezelf of bij anderen
- uit je comfort-zone stappen
- meer passie, bezieling en koers in het leven
- vaardiger dan voor een psychodrama
- meer handelingsrepetoir
- plezier en diepgang
- zeer afhankelijk van het contract: bijvoorbeeld meer inzicht in een situatie of inzicht in gevoelens. Meer zicht op gedragingen. Meer idee van mogelijke alternatieve gedragingen, een stap(je) in de goede richting
- handvatten voor een vervolg
- hoog leerrendement
- hoge klantwaardering.