

**Für Menschen aus Zivilgesellschaft, Pädagogik, Politik, sowie Berater:innen, die die sozialökologische Transformation unterstützen wollen.**

## Was sagen Absolvent:innen?

*„Einfühlsam – ermutigend – professionell. Danke für eine wunderbare psychodramatische Weiterbildungserfahrung zu den dringlichen Fragen und Themen unserer Zeit.“*

Maria Dabringer, Sozialwissenschaftlerin, Universitätslektorin, Organisationsberaterin, Trainerin

*„Der Lehrgang gab mir wichtiges Handwerkzeug, um mit den Methoden des Psychodramas Menschen zu berühren und in einer Gruppe etwas zu bewegen.“*

Ingeborg Gredler, Erwachsenenbildnerin, Mediatorin, Leiterin f. Jeux Dramatiques

## ZIELE:

- Psychodramatische Auseinandersetzung mit den je eigenen und gemeinsamen Visionen und Ressourcen für eine ökologisch und sozial nachhaltigere Welt
- Ermutigung und Stärkung der eigenen Handlungsfähigkeit als Changemaker – gegenseitige Inspiration in der Gruppe, wertschätzende Leitung
- Erfahren und Erlernen von Techniken und Arrangements zur partizipativen und ermutigenden Gestaltung von Prozessen

## WER?

### Die Lehrgangsführung

**Orsolya Lelkes, MSc PhD**, ist Psychodramaleiterin und Psychodramatische Organisationsaufstellerin. Sie ist Lebens- und Sozialberaterin und als Coach tätig. Sie forscht zu Sozialökologischer Transformation und hat in ihrem Buch „Nachhaltiger Hedonismus“ psychologische, philosophische, sozialwissenschaftliche und psychodramatische Perspektiven verknüpft.

**Mag.a Dr.in Katharina Novy** geht als Soziologin und Historikerin aktuellen gesellschaftlichen Fragen – z.B. Demokratie, Zukunftsvisionen, Transformation - via Psychodrama und Soziodrama nach. Sie tut dies seit vielen Jahren in den Formaten politischer Erwachsenenbildung, Prozessberatung, Coaching, Supervision.



## WOZU?

### Was bringt Ihnen die Teilnahme am Kurzlehrgang?

- **Erweiterung der beruflichen oder ehrenamtlichen Rolle, berufliche Neuorientierung:** Berater:innen, Pädagog:innen, Führungskräfte, Aktivist:innen, Politiker:innen u.v.a. können mehr Klarheit über ihre Position, Verantwortung, und Herausforderungen als potenzielle „Changemaker“ erlangen.
- **Erkennen und Gestalten von Handlungsspielräumen:** Mit systemischem Blick werden Optionen und Verbündete erkannt, im Spiel wird Handeln erprobt.
- **Ermutigung für den Wandel:** Die großen gesellschaftlichen Krisen machen vielfach Angst, erzeugen Ohnmachtsgefühle, Trauer. Sich diesen Erfahrungen gemeinsam zu stellen, stärkt für das Engagement.
- **Methodenkompetenz:** Sie erfahren, reflektieren und lernen psychodramatische Techniken und Arrangements zur partizipativen und ermutigenden Gestaltung von Prozessen.
- **Community:** Sie machen sich gemeinsam mit anderen, denen die Gesellschaft am Herzen liegt auf den Weg. Sie bekommen Unterstützung und Inspiration.

## WIE?

### Wie findet das Lernen statt?

- **Erlebnis Lernen:** Im gemeinsamen psychodramatischen Erleben lernen Sie gleichzeitig über die Thematik und die Methode. Das bringt (Selbst-)Erfahrung, Lebendigkeit und macht Spaß.
- **Sozialwissenschaftlich fundiert:** Die Expertise der Leiterinnen u.a. zu sozialökologischer Transformation, systemischem Denken und politischem Handeln prägt Ausrichtung und Gestaltung der Fortbildung
- **Gemeinschaftlich:** Sich mit der herausfordernden Gegenwart nicht vereinzelt sondern gemeinsam auseinanderzusetzen, stärkt und macht Mut.
- **Abwechslungsreich und variantenreich:** Aus der Fülle des Psychodramas erleben Sie unterschiedliche, je dem Kontext entsprechende und gestaltbare Arrangements, reflektieren diese und vergrößern Ihre Toolbox.
- **Handlungs- und ressourcenorientiert:** Entsprechend Ihren Vorerfahrungen werden Sie dabei begleitet, Psychodrama in einem Praxisfeld einzusetzen, um den Wandel hin zu einer sozial und ökologisch nachhaltigeren Welt zu unterstützen.

## WAS?

### Inhalte der einzelnen Module:

#### MODUL 1

##### **VISION – PSYCHODRAMA ALS LABOR FÜR TRANSFORMATION**

- Ich als Changemaker - wir als Changemaker
- Positive Zukunftsvisionen soziodramatisch erkunden.

*Sozialwissenschaftliche Grundlagen:* Change und Changemaker.

Utopien/Heterotopien - das Gute Leben für Alle.

*Einführung in die Psychodramatheorie:* Instrumente, Handlungstechniken und Arrangements im Psychodrama und Soziodrama (Überblick)

#### MODUL 2

##### **RESSOURCEN, HANDLUNGSSPIELRÄUME**

- Glücksforschung: Sustainable Hedonism und blühendes Leben
- Erforschen von inneren und äußeren Ressourcen und Verbündeten
- Gegenseitige Stärkung
- Psychodramatische Handlungstechniken in Kleingruppen

*Psychodramatheorie:* Phasen des Psychodramaprozesses, Vertiefung zu erlebten Instrumenten, Handlungstechniken und Arrangements

#### MODUL 3

##### **PSYCHODRAMA IN DER PRAXIS: ZEICHEN DER VERÄNDERUNG**

- Psychodramatische Präsentation der Praxisarbeiten
- Vertiefende Bearbeitung ausgewählter Theorie- und Praxisfragen
- Ernte – psychodramatischer Rückblick auf den Lehrgang
- Abschluss und gemeinsames Feiern

#### PRAXIS

- Selbständige Durchführung einer psychodramatischen Aktivität im eigenen Feld
- Kurze Schriftliche Reflexion

### **Umfang – 80 Arbeitseinheiten (AE) á 45 Min:**

- 3\*2 Tage, 60 AE Gruppenarbeit in Präsenz
- 20 AE Selbststudium: Peergruppe und Praxis

### **Daten, Kosten, Fördermöglichkeiten, Anmeldung**

- siehe Website und Lehrgangsfolder: <https://www.psychodrama-austria.at/termine/kurzlehrgang-psychodrama-changemaker/>

### **Nachfragen an**

- Katharina Novy [info@katharinanovy.at](mailto:info@katharinanovy.at)
- Orsolya Lelkes [orsolya@lelkes.at](mailto:orsolya@lelkes.at)