

Spielen Sie mit Ihren Talenten

Provokative Szenenarbeit schafft neue Sichtweisen

Die beiden Autor:innen arbeiten seit Jahren mit dem Provokativen Ansatz im Coaching und stehen genauso lange gemeinsam auf der Improbühne. Sie haben aus diesen beiden Bereichen die Provokative Szenenarbeit entwickelt, die sie hier vorstellen.

Charlotte Cordes und Florian Schwartz

«Wir sehen das Thema mal aus der Perspektive der Zimmerpflanze.»

«Was wäre, wenn sich Ihr Herz und Ihr Hirn über das Thema unterhalten würden?»

«Was passiert in 30 Jahren, wenn Sie das Thema immer noch mit sich rumschleppen?»

Diese und viele andere Sätze können in einer Coaching-Sitzung mit Provokativer Szenenarbeit fallen. Dabei werden die Probleme oder Themen der Klient:innen – unter Verwendung szenischer oder musikalischer Elemente – von allen Seiten humorvoll «bespielt» und in Szene gesetzt. Dabei geht es nicht um das Nachspielen, sondern um eine möglichst absurde Überzeichnung der Problematik. Ziel ist es, Klient:innen in die Lage zu versetzen, über ihre eigenen Stolpersteine

zu lachen und dadurch ein festgefahrenes System wieder in Bewegung zu bringen.

Die Verbindung zum Improvisationstheater

Es gibt viele Parallelen zwischen dem Provokativen Ansatz und dem Improvisationstheater, einer Theaterform, bei der alles frei aus dem Stegreif erfunden und gespielt wird. Die Akteur:innen wissen zu Beginn einer Szene nicht, wie sich diese inhaltlich entwickeln wird. Damit das Zusammenspiel gelingt, dürfen sie nicht vorausplanen, sondern müssen in jedem Moment wachsam sein, einander zuhören und aufeinander eingehen. Sie sollten die szenischen Angebote der Mitspielenden annehmen und nicht abblocken. Beim Provokativen Ansatz ist es ähnlich: Auch dort wird prozessorientiert gearbeitet und inhaltlich nichts geplant. Stattdessen stehen alle Antennen des Beratenden auf Empfang. Jede

Regung der Klient:innen dient als Inspiration, provokativ zu intervenieren.

Die Provokative Szenenarbeit

Die Provokative Szenenarbeit ist eine Mischung aus Provokativem Ansatz und Improtheater. Die Sitzungen starten provokativ und werden mit spielerischen Mitteln um improvisierte Szenen ergänzt. Wir haben in den letzten Jahren einige Schwerpunkte herausgefiltert, die wir bei der Provokativen Szenenarbeit einsetzen. Neben den folgenden Bausteinen ist die Musik immer gegenwärtig. Florian Schwartz begleitet die Coachings musikalisch am Klavier und erfindet Songs aus dem Stegreif.

Die folgenden Schwerpunkte sind der Versuch, diese komplexe Vorgehensweise ein wenig zu strukturieren. Sie haben keinen Anspruch auf Vollständigkeit und dürfen gerne erweitert werden. Sie müssen in den Coachings auch nicht zu zweit sein (es ist die Luxusvariante). Alle Elemente der Provokativen Szenenarbeit können Sie auch alleine anwenden, indem Sie z.B. beim Spielen selbst die Rollen wechseln.

1. Perspektivwechsel

Überlegen Sie sich, aus welchen Perspektiven das Thema der Klient:innen betrachtet werden kann (aus Sicht der Eltern, der Körperzellen, der Mitarbeitenden, der Haustiere, der Kaffeetasse usw.). Schlüpfen Sie als Coach in die Rolle des jeweiligen Blickwinkels und geben Sie aus dieser Position eine überzeichnete Sicht auf die Situation oder das Problem wieder.

Beispiel: Ein Paarcoaching. Er ist unordentlich. Sie ist ordnungsliebend. Das gibt Konflikte. Im Laufe der Sitzung legten wir uns als zwei dreckige Unterhosen übereinander auf den Boden und unterhielten uns darüber, wie lange wir hier wohl noch liegen müssten, bis wir von der Dame des Hauses aufgeräumt würden. Ergebnis: Durch das humorvolle Bild der Unterhosen wurde den beiden das Absurde ihrer Streitigkeiten bewusst. Sie lachten sich kaputt und entspannten sich sichtlich.

2. Scene Paintings

Malen Sie szenische Bilder, indem Sie über die wortreiche Ausschmückung die Fantasie der Klient:innen anregen. Beschreiben Sie als Coach bis ins Detail völlig überzeichnete Situationen, Visionen, Szenarien und Räume, integrieren Sie Farben, Gerüche und Geräusche sowie sämtliche Sinneswahrnehmungen und Gefühle, um so den inneren Blick des Zuschauers, der Zuschauerin (Klient:innen) wie beim Heranzoomen in einem Kinofilm zu lenken.

Beispiel: Sie sitzen auf einer Parkbank mit Blick auf einen See, auf dem Schwäne schwimmen und über den ein Regenbogen gespannt ist, die Sonne scheint, alles fühlt sich leicht und beschwingt an, Einhörner tummeln sich hinten links auf einer Wiese usw.

3. Zeitsprünge

Springen Sie in den Zeitachsen vor und zurück. Entwerfen Sie absurde Szenarien in der Vergangenheit oder in der Zukunft: Wann nahm das Problem seinen Anfang? Was ist mit dem Thema in 50, 100 oder sogar



in 1000 Jahren? Wie war es vor 40 Jahren oder sogar vor der Geburt?

Beispiel: Eine Klientin, die sich beruflich nicht entscheiden konnte, wohin sie im nächsten Schritt gehen könnte. Wir spielten eine Szene, in der sie 50 Jahre später immer noch zu Hause sitzt und überlegt, was das Richtige sein könnte. Sie ist stark gealtert und grübelt und grübelt. Auch diese Klientin musste lachen und sagte: «Nein, ich muss das schneller entscheiden. So will ich nicht enden.»

4. Was-wäre-wenn-Szenarien

Eine Variation aus Perspektivwechsel und Zeitsprüngen sind improvisierte «Was-wäre-wenn-Szenen». Für die Überzeichnung helfen häufig Worst- oder Best-Case-Szenarien.

Beispiel: Eine Klientin mit Angst vor geschlossenen Räumen. Wir malten ihr im ersten Schritt ein Horror-szenario aus, was in geschlossenen Räumen Schreckliches passieren kann, mit allen sinnlichen Empfindungen, die dabei auftreten. Direkt danach beschrieben wir ein kitschiges Zukunftsszenario, in dem Klientin sich völlig angstfrei und entspannt in engen Räumen bewegte. Die Klientin war anschliessend verwirrt und durchgerüttelt. Ein Zustand, der sich häufig nach einer provokativen Sitzung einstellt. Die provokative Vorgehensweise entfaltet wie eine Depotpille erst nach und nach ihre Wirkung. Diese Klientin schrieb uns ein paar Tage später per E-Mail, dass sie jetzt viel entspannter wäre und zum ersten Mal seit Jahren wieder angstfrei Aufzug gefahren sei.

5. Monologe und Dialoge

Greifen Sie die Gefühle und Gedanken der Klienten auf und fassen Sie diese in Worte. Szenisch bieten sich innere Monologe oder auch Dialoge (beispielsweise Pro- und Contra-Selbstgespräche) an, in denen alle erdenklichen Ängste, Erwartungen, Befürchtungen oder Sorgen unzensiert ausgesprochen und emotional überzeichnet werden.

Beispiel: Ein Klient hatte Prüfungsangst. In einem Monolog haben wir die denkbar schlimmsten Befürchtungen ausgesprochen, wenn er sich während der Prüfung einkotet, den Prüfungssaal vollstinkt und bei jeder Frage oder Aufgabe erst einmal eine Schrei- oder Panikattacke bekommt. Der Klient lachte herzlich über unseren Monolog.

Wir möchten Sie ermutigen, immer wieder Neues in Ihre Coachings zu integrieren. Nutzen Sie all Ihre Talente und Fähigkeiten (Singen, Malen, Tanzen, Sport, Clownerie usw.) und bauen Sie diese ein. Wenn etwas funktioniert, machen Sie weiter. Wenn nicht, probieren Sie etwas Neues aus.



Charlotte Cordes hat in München Kommunikationswissenschaft studiert und leitet zusammen mit ihrer Mutter Noni Höfner das Deutsche Institut für Provokative Therapie. Sie führt seit fast 20 Jahren Seminare zum Provokativen Ansatz sowie Einzel- und Gruppencoachings, Paarberatungen und Teamsupervisionen durch. Sie steht genauso lange mit Improtheater auf diversen Bühnen (www.lifestories.de).

Florian Schwartz hat in München Theater- und Musikwissenschaften studiert. Er ist provokativer Coach, Trainer, Autor, Regisseur, Komponist, Referent beim Deutschen Institut für Provokative Therapie und Impromusiker für diverse Improgruppen. Zudem ist er Musikastrologe und hat das «MusikSystemische Coaching (MuSyCo)» entwickelt. www.improscario.de

LITERATUR

- Cordes, C. & Schwartz, F. (2022). Wir spielen mit eurem Leben: Provokative Szenearbeit in Coaching und Therapie: Knoll & Patze Verlag.
- Cordes, C. (2018): Sie lachen das schon. Einführung in die Provokative Systemarbeit. Knoll & Patze Verlag.
- Cordes, C. (2006): Mut zur Improvisation. Ungewöhnliche Tools für Beratung und Coaching. Knoll & Patze Verlag.
- Höfner, E. und Cordes, C. (2018): Einführung in den Provokativen Ansatz. Carl Auer Verlag.