METHODE

Diagnose HIV-positiv – Gefühlsdusche

GIB AIDS KEINE CHANCE
BZgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Kurzbeschreibung
Unterschiedliche Gefühle wie Trauer, Wut und Liebe werden vorgegeben. Die Gruppenmitglieder sollen „ihren“ Gefühlszustand ohne Worte ausdrücken.

Themen
Solidarität — Pubertät — Emotionen zeigen und erkennen

Methode
Rollenspiel

Alter
ab 14 Jahren

Zielgruppe
gemischtgeschlechtlich

Zeit
15 Minuten

Gruppengröße
ab 10 Personen

Setting
geschlossene Gruppe

Materialien
Requisiten:
- Stühle (in Teilnehmendenzahl)
- Garderobenständer
- Mullbinden
- Pflaster
- Unterarmgehstützen
- Hüte
- Taschen
- Handy
- Zeitung

Ziele
- Auseinandersetzung mit Gefühlen
- Wahrnehmung und Empathie

Ablauf
Bauen Sie mit der Gruppe anhand der Requisiten das Wartezimmer einer Arztpraxis nach. Suchen Sie aus der Gruppe eine/n Freiwillige/n für die Rolle der Person mit der HIV-Diagnose und nach Bedarf Freiwillige für die Rollen der anderen wartenden Patienten. Verteilen Sie die Requisiten (oder bitten Sie die Teilnehmenden, ihre eigenen Taschen, Handys etc. zu nehmen).

Bitten Sie die Teilnehmenden, sich folgende Situation vorzustellen:
Im Wartezimmer einer Arztpraxis sitzen oder gehen wartende Patienten durch den Raum. Eine Person kommt aus dem Sprechzimmer ins Wartezimmer – sie hat soeben die Diagnose „HIV-positiv " erhalten. Sie nimmt die Jacke von der Garderobe, zieht sich an und will hinausgehen.

Überlegen Sie kurz gemeinsam mit den Teilnehmenden: Welche Gedanken gehen der Person durch den Kopf, nachdem sie von der Diagnose erfahren hat? Wie fühlt sich die Person, während sie durch den Raum geht und sich anzieht? Was könnte der Grund für den HIV-Test gewesen sein? Vielleicht eine neue Partnerschaft? Wie kam es zur Infektion? Wie geht die Person mit dem Diagnose-Schock um? Wie reagieren die anderen wartenden Patienten? Merken Sie etwas von dem Gefühlszustand?

Im Anschluss an die gemeinsamen Überlegungen spielen die Gruppenmitglieder die Wartezimmer-Situation. Achten Sie darauf, dass die Spielenden nach Ende des Rollenspiels ihre Rolle durch Schütteln des Körpers abstreifen. Beenden Sie die Übung mit einem reflektierenden Gespräch.

Zur Vorbereitung auf das Rollenspiel können Sie mit den Gruppenmitgliedern die „Gefühlsdusche " durchführen: Alle Gruppenmitglieder gehen durch den Raum. Geben Sie der Gruppe ein Gefühl vor, z. B. Trauer, Wut, Glück, Angst, Schmerz, Liebe, Stolz. Alle gehen in dem jeweiligen Gefühlszustand durch den Raum. Auf Ihr Klatschen hin gehen alle ins „Freeze" (Einfrieren der Bewegung) und schütteln dann das Gefühl aus ihrem Körper.

Geben Sie ein weiteres Gefühl vor. Die Gruppenmitglieder müssen sich jetzt in dem neuen Gefühlszustand durch den Raum bewegen. Auf Ihr Klatschsignal hin schütteln die Gruppenmitglieder das Gefühl wieder aus ihrem Körper aus. Das Spiel beginnt von neuem.

Wichtig: Beenden Sie die Übung mit einem positiven Gefühl. Lassen Sie das positive Gefühl nicht ausschütteln.

Hinweise/Erfahrungen

Lassen Sie die Rolle des HIV-infizierten Menschen von Gruppenmitgliedern mit gutem Gruppenstatus spielen. Achten Sie darauf, dass die Person mit einem Requisit und einem anderen Namen in die Rolle einsteigt. Wenn Sie aus der Rolle aussteigt, legt Sie Namen und Requisit wieder ab. So wird der Rollenausstieg für den Spielenden erleichtert.

Sollten Sie nur wenig Zeit zur Verfügung haben, können Sie die Gefühlsdusche auch ohne das Szenario „Wartezimmer" spielen.

Diese Methode ist der theaterpädagogischen Handreichung „Lebensbotschaften" entnommen. In diesem theaterpädagogischen Projekt der BZgA wird das Thema Solidarität mit HIV-Positiven gestärkt. Sollten Sie mehr Infos dazu lesen oder das ganze Theaterstück umsetzen wollen, können Sie sich die Broschüre Lebensbotschaften bestellen unter www.bzga.de/infomaterialien/aidsaufklaerung.

Reflexion

Folgende Fragen können helfen, ein reflektierendes Gespräch in Gang zu bringen:

Frage an die/den Spielende/n mit frischer HIV-Diagnose:
• Wie hat sich das angefühlt jemanden zu spielen, die/der gerade von ihrer/seiner Infektion erfahren hat?
• Hast du dir in der Rolle eine Reaktion der anderen wartenden Patienten gewünscht?
• Was hätte dir die Situation leichter gemacht? Was hätte dir geholfen?

Frage an die „wartenden Patienten":
• Habt ihr in eurer Rolle gemerkt, wie sich die Person mit frischer HIV-Diagnose gefühlt hat? Wenn ja: Woran habt ihr das gemerkt?

• Wie wirkte die Wartezimmer Situation auf euch?
• Wie habt ihr euch gefühlt?

Frage an die Zuschauenden:
• Wie wirkte die Wartezimmer-Atmosphäre auf euch?
• Welche Dynamik gab es?
• Gab es Zeichen der Kommunikation, der Kontaktaufnahme oder Solidarität/ Hilfsbereitschaft unter den Wartenden?

Fragen für die Übung: Gefühlsdusche
• War es schwierig zwischen den verschiedenen Gefühlen hin und her zu wechseln?
• Wie habt ihr traurige Gefühle dargestellt? Wie glückliche?
• Woran merkt ihr, dass jemand anderes traurig, glücklich oder zornig ist?
• Kennt ihr das aus eurem Leben, dass man im einen Moment glücklich und im nächsten traurig sein kann?