

"Social Dreaming" – die Gruppe weiß mehr als das Individuum
Ein Gruppenverfahren zur Reflexion von Institutionen und Gruppenkultur

Kathrin Albert und Dr. Kurt Husemann
Berliner Institut für Gruppenanalyse e.V. (BJG)

Auf Einladung von Frau Dr. Jutta Hundertmark-Mayser von der Nationalen Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) in der 38. Jahrestagung 2016

"Von gestern nach morgen, von hier nach dort",
Selbsthilfeunterstützung im demografischen Wandel

wurde zum ersten Mal ein neues Gruppenverfahren zur Reflexion von Institutionen und Gruppenkultur vorgestellt: das Social Dreaming (SO).

Einführung:

Neben der Entwicklung der Gruppensettings in der Klein- und Großgruppenarbeit in der Gruppenanalyse seit den 1950-er Jahren ist die Methode des Social Dreaming (SD) eine revolutionäre neue Gruppenmethode, um den Teilnehmern einen Zugang zu den sozialen und historischen Aspekten des Unbewussten zu verschaffen.

Das SD wurde seit 1982 von dem britischen Psychoanalytiker Gordon Lawrence von der Tavistockklinik (London) entwickelt.

Zentrales Moment des SD ist die Arbeit mit Träumen.

In dem Moment, wo ein Traum vom Träumer erzählt wird, wird er ein eigenes Objekt in der Matrix in der Gruppe. Anders als in der Einzel- oder Gruppenpsychotherapie ist nicht das Verstehen oder eine Einigung über die Bedeutung des Traumes für den Träumer das Ziel, sondern die Förderung des Denkens der gesamten Gruppe in der Matrix. Interpretationen im klassischen Sinne gehören nicht zur Aufgabe der Gruppenarbeit. Interpretationen sind ideal für die dyadische Beziehung in der klassischen Psychoanalyse. Insofern werden Interpretationen eher wie eine Arbeitshypothese verstanden, die immer durch eine andere ersetzt werden kann, wenn die Teilnehmer versuchen, über das Potenzial des Traumes, indem sie frei assoziieren, zu einer neuen Art von Wahrheit zu gelangen. Sobald ein Traum in der Matrix geäußert wird, ist es die Aufgabe von allen Anwesenden, frei zu diesem Traum zu assoziieren. Es ergibt sich so die Möglichkeit, dass unbewusste Thematiken sich in dem gemeinsamen kulturellen Milieu in seiner Gegenwärtigkeit und Vergangenheit entfalten. Die freien Assoziationen zu den Träumen ergeben die Möglichkeit, das "ungenannte Bekannte" des Systems zu erkennen.

In dem psychotherapeutisch ausgerichteten gruppenanalytischen Arbeiten verstehen wir die Träume in Bezug auf die individuelle Geschichte des Träumers. Wir bekommen einen Zugang zu den Konflikten des Träumers. Im SD haben wir aber einen Zugang über die Träume auf Gruppenebene, die unbewussten Problematiken der Gesamtgruppe wahrzunehmen und zu bearbeiten. Im SD stehen die Träume und die Assoziationen im Mittelpunkt, nicht das Individuum. Folglich muss auch keiner der Teilnehmer/innen befürchten, dass zu sehr Persönliches preisgegeben wird.

Aufgabe der Gruppenleiter, die im SD "Hosts" heißen, also Gastgeber sind, ist es, diesen Schutz zu gewährleisten.

Das SD setzt sich aus zwei unterschiedlichen Gruppenformen zusammen.

Erstens: die Social Dreaming Matrix (SMD)

und Zweitens: Dream Reflection Dialogue (DRB)

Zu eins: Im SD müssen die Teilnehmer vorübergehend verlernen, was sie schon bislang über die Kleingruppenarbeit wissen. Um dies zu erleichtern, wird mit einer anderen Sitzordnung gearbeitet. Die Stühle sind nicht in konzentrischen Kreisen aufgestellt, sondern wie in einer Schnecke, einer Spirale, so dass die Gruppenteilnehmer/innen Rücken gegen Rücken sitzen. Der Face to Face-Kontakt wird erschwert. Wir sind es gewohnt, uns in unserem sozialen Umgang mit anderen Menschen zu adressieren, um Kontakt aufzunehmen, in Gruppen suchen wir eher Untergruppen, die eine gewisse Gemeinsamkeit haben, es entstehen sehr schnell Hierarchien und Rivalitäten. Alles dieses wird durch das Setting des SD unterlaufen, es wird damit eine Möglichkeit geschaffen, eine völlig neue Form der Gruppeninteraktionen zu lernen. Die Assoziationen erweitern die Erzählungen zu den Träumen, ohne vorzeitig einen Sinn suchen, erschließen, erfassen zu wollen. Die Matrix kann also ein Behälter sein und Raum für multiple Bedeutungen werden, die nebeneinander stehen bleiben können, im Unterschied zu einer kleinen Gruppe, in der es um Eindeutigkeiten geht.

Zu zwei: Dream Reflection Dialogue: Auf die 90 Minuten dauernde Matrix folgt der DRD über 30 Minuten. Die Stühle werden wieder in konzentrischen Kreisen aufgestellt.

Dort wird dann über den Prozess, über die Inhalte der Matrix nachgedacht.

Ziel des Dialoges ist es, die Wahrheit von Aussagen ohne Rückgriff auf einen Gruppenkonflikt aufzugreifen, mehrere nebeneinander stehende Bedeutungen können erhalten bleiben. Ein erfolgreicher Dialog führt zur "Entrümpelung unseres Denkens" auf der Suche danach, was eine Aussage einheitlich bedeuten soll. Die im Dialog identifizierbaren Träume und Themen sind die Grundlage für Arbeitshypothesen über den unbewussten Zustand, die Potenz und die latenten Konflikte innerhalb des Systems. Die Träume eröffnen ein Zugang zu dem, was der britische Psychoanalytiker Christopher Bollas mit dem Begriff des "ungedachten Wissens" benannt hat. Dieses latente Wissen kann uns in den Träumen und den Assoziationen bewusst werden. Dieses latente Wissen liegt dem gewöhnlichen Bewusstsein zugrunde. Die Teilnehmer können auf diese Weise unmittelbar über das eigene Erleben in der Gruppe erfahren, dass die Gruppe als Ganzes mit dem Unbewussten in Kontakt ist und eine Kommunikation auf diese Weise auch in der Gruppe möglich wird.

Das SD hat keine Gruppenleitung, wie wir sie von der analytischen Therapie, der Gruppenanalyse her kennen. Der Gruppenleiter ist ein "Host", seine Aufgabe ist, die Sitzordnung, den Ort und die Zeit der Veranstaltung festzulegen, er erinnert zu Beginn der Sitzung an die Aufgabe, Träume zu äußern und hat die Aufgabe, Verbindung herzustellen in Form von Arbeitshypothesen.