

**Ziel:**

Geleitete Fantasie, um in Kontakt zu kommen mit eigenen Einstellungen einer Autoritätsperson gegenüber. –Klarer werden, wie der einzelne über eine Autoritätsperson denkt und sich ihr gegenüber fühlt. – (*Fernziel: Konstruktive Kommunikation*)

**I Teil = Imagination**

„Zuvor entscheide bitte jeder für sich, mit welcher Autoritätsperson er in der folgenden geleiteten Fantasie in Kontakt kommen will :

z. B. : Chef, Lehrer, Teamleiter, Mutter, Vater, ältere Geschwister, , usw....“

**A. Anleitung zum Entspannen:.....oder :**  
***Jeder findet auf seine Art zur inneren Ruhe.....***

**B. Text: *Geleitete Fantasie* (Langsam sprechen und nach jedem Satz Pause!)**

„Stell Dir vor, Du stehst vor einem großen Haus. Du schaust die Fassade empor und siehst einen großen Balkon. Plötzlich öffnet sich die Tür zum Balkon und die Autoritätsperson tritt heraus. Langsam geht die Person zur Brüstung, um Kontakt mit Dir aufzunehmen. Sie schaut dich zunächst nur an. Wie sieht ihr Gesicht aus? Was drückt es aus?

Nun beginnt die Person zu sprechen. Hörst Du, was sie sagt? Was sagt sie? ...Wie fühlst Du Dich, während sie spricht?...Beginne einen Dialog mit der Person... Was sagst Du zu ihr? ...Wie ist Dir dabei zumute?... Was erwidert sie,...was Du? .....Setz den Dialog eine Weile fort.....“

*2 Minuten*

Ich möchte, dass ihr gleich wieder mit eurer Aufmerksamkeit zu den anderen zurückkehrt, um dann das Gespräch mit der Autoritätsperson zu notieren. Dafür habt ihr circa *10 Minuten*. Zeit.“

**II Teil = Mitteilung als Wechsel - Dialog: „auf dem Stuhl, vor dem Stuhl“** (oder auf dem Stuhl sitzend als Ich und vor Stuhl stehend als Autoritätsperson)

„Sicher sind sehr unterschiedliche Dialoge entstanden. Wer möchte mit seinem Dialog experimentieren? -

Damit die Sache etwas lebendiger wird, möchte ich, dass Du Deinen Text nicht einfach nur vorliest, sondern folgendermaßen bekannt gibst, d.h. folgendermaßen vorgehst. Steig auf den Stuhl (*oder stell dich vor den Stuhl*) und spiele die Autoritätsperson wie sie von dem Balkon herunter spricht. Kopier die Person, so gut es geht, ihre Sprechweise, ihre Körperhaltung, ihre Gesten. Wenn du selber antwortest, steig vom Stuhl herab (oder setzt dich auf den Stuhl), und sprich nach oben. Du spielst also beide Rollen bei der Reproduktion des Dialogs, die Autoritätsperson auf dem Stuhl (*oder vor dem Stuhl stehend*) und dich selbst vor dem Stuhl (*oder auf dem Stuhl sitzend*) mit Sprechrichtung nach oben. Achte dabei darauf, wie du dich fühlst. Nimm Dir dazu genügend Zeit, um nachzuspüren, wie es Dir in Bezug auf die verschiedenen Rollen geht.“

**III Abschlussrunde nach folgenden Auswertungsgesichtspunkte:**

- Wie habe ich mich bei diesem Experiment gefühlt? Wann am wohlsten? Wann am wenigsten behaglich?
- Sehe ich die Autoritätsperson jetzt in irgendeiner Weise anders?
- Über welche Qualitäten verfügt die Autoritätsperson, die mir fehlen?
- Über welche Qualitäten verfüge ich, die der Autoritätsperson fehlen?
- Was wirft die Autoritätsperson mir gelegentlich oder häufig vor?
- Was werfe ich dieser Person gelegentlich/häufig vor?
- Was könnte ich im Umgang mit der Autoritätsperson anders machen, um konstruktiver mit ihr zu kooperieren?