

**Flüchtlingstheater:
Zur Situation von Flüchtlingen und zu Chancen und Risiken des Theaters
als Hilfe zur Traumabewältigung**

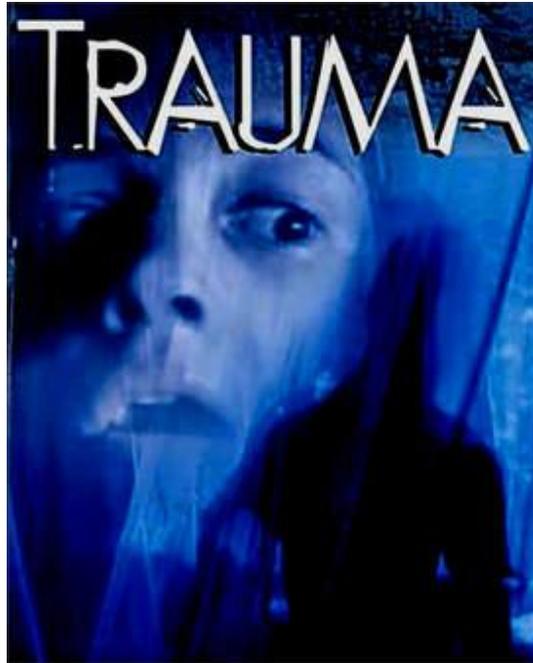


Bild: www.occhirossi.it

1. Analyse der Situation von Flüchtlingen

Ein Projekt, das sich zum Ziel setzt, zur besseren Integration von Flüchtlingen beizutragen, kommt nicht ohne Analyse von deren Situation aus.

Hunderttausende von Flüchtlingen, die in diesen Tagen ihre letzte Hoffnung auf Europa setzen, um Todesgefahren und Erniedrigungen zu entkommen, erwarten zunächst vor allem eines: Zeichen von Menschlichkeit.

Zum Glück haben Tausende von Landsleuten dies verstanden! Aber es gibt auch andere, die solche Empathie verweigern und ihre eigenen "Ängste" - berechtigt oder nicht - wie eine Monstranz vor sich hertragen.

Dieser Gegensatz beweist, dass die Gründe für humanitäres Engagement der einen, Ablehnung durch andere zuerst in uns selbst liegen: in unserer eigenen Selbst- und Fremdwahrnehmung.

Die Verweigerung von Empathie zeigt zunächst einen Mangel an Selbstvertrauen und an Respekt vor anderen auf. Dies hat zur Folge, die Präsenz anderer - vor allem Fremder - nur unter dem negativen Aspekt einer Gefahr für sich selbst wahrnehmen zu können. Dieser - in der Regel unbewusste - Reflex, vor allem von Nationalisten, ist psychologisch gut erforscht: seine eigenen "Ängste" auf andere Personen zu projizieren, die nicht deren Grund sind, sondern lediglich, durch ihre bloße Anwesenheit, Abwehrreaktionen auslösen. Dies charakterisiert den "autoritären Charakter", der sich Autoritäten unterwirft und Menschen, die er unterlegen glaubt, mit Füßen tritt.

Man muss dennoch bedenken, dass Reserviertheit gegenüber anderen bis zu einem gewissen Grad "normal" ist: zumindest im Sinne der Verhaltensbiologie, die nachgewiesen hat, dass Menschen - wie auch viele Tiere - eines gewissen Abstands bedürfen, um die Integrität ihrer Person zu bewahren. (Man kann dies bei Vögeln an Telegrafendrähten beobachten, die immer einen Minimalabstand zu anderen einhalten.)

Dieses Bedürfnis nach "Individualabstand" ohne negative Folgen zu ignorieren, das ist nur in gegenseitigem Einvernehmen möglich. Man muss damit rechnen, bei Situationen, wo Massen aufeinandertreffen, was nach den Umständen nicht zu vermeiden ist (z.B. in einem überfüllten Bus oder unerwartet in einer Menge) auf Menschen zu treffen, die sich "bedroht" fühlen und glauben, sich durch spontanen Ausbruch von Aggressivität "verteidigen" zu müssen. Dies ist auf eine dem entsprechende verinnerlichte Form der Wahrnehmung zurückzuführen.

Demagogische Strategien von "Populisten" beruhen gerade auf diesem psychologischen Phänomen: diffuse "Ängste" zu schüren, sie als Werk dunkler und gefährlicher Mächte darzustellen, die durch den symbolisiert werden, der uns fremd erscheint, um so die Bedingungen erst zu schaffen, welche diese "Ängste" berechtigt erscheinen lassen.

Man nennt dies in der Psychologie "self-fulfilling prophecy" - "sich selbst erfüllende Prophezie", welche Ursache und Wirkung vertauscht, um so das gewünschte Ergebnis herbeizuführen.

2. Traumata: Merkmale und Folgen

Die Kenntnis solcher Mechanismen ist wichtig für alle, die mit traumatisierten Menschen arbeiten - wie dies in der Regel auf Flüchtlinge zutrifft.

Bei Wikipedia (deutsche Fassung) wird das Trauma wie folgt beschrieben:

"Traumatisierende Ereignisse können beispielsweise Naturkatastrophen, Geiselnahmen, Vergewaltigungen oder Unfälle mit drohenden ernsthaften Verletzungen sein. Sowie außerdem zum Beispiel Kriegserlebnisse, Entführungen, Terroranschläge, Folter, Lagerhaft, politische Haft oder gewalttätige Angriffe auf die eigene Person. Diese Ereignisse können in einem Menschen extremen Stress auslösen und Gefühle der Hilflosigkeit oder des Entsetzens erzeugen. Die hierdurch im Menschen hervorgerufene Angst- und Stressspannung kann bei der Mehrzahl der Betroffenen wieder von alleine abklingen, wobei sich auch bei diesen Menschen das Verhalten ändert. (...) In besonderen Fällen jedoch, wenn diese erhöhte Stressspannung über längere Zeit bestehen bleibt und es keine Möglichkeit gibt, die Erlebnisse adäquat zu verarbeiten, kann es zur Ausbildung von teils intensiven psychischen Symptomen kommen. Bei etwa einem Drittel der Betroffenen kommt somit zu der schmerzlichen Erinnerung noch ein psychisches Krankheitsbild hinzu, welches zusätzliches Leid verursacht. Das bekannteste dieser Krankheitsbilder ist die sogenannte posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)."

Langfristig beruht die Problematik auf folgenden Sachverhalten:

(1) Das Trauma ist eng verknüpft mit Umständen, die - zufällig - im Moment seiner Verursachung anwesend waren: Dinge, Töne, Gerüche (besonders stark damit verknüpft) usw. Es kann also jederzeit wieder ausbrechen, wenn sich einer dieser Umstände wieder zeigt und so unvorhersehbare Reaktionen auslöst.

(2) Ein Trauma wird nie vergessen. Es kann auch Jahrzehnte nach dem auslösenden Ereignis wieder reaktiviert werden. Nur durch lang anhaltende Psychotherapie können seine Wirkungen im Wesentlichen beseitigt werden.

Strategien und Beispiele:

Zu (1)

Die von einem Trauma geprägte Person kann in der Regel lernen, mit ihrer Situation umzugehen, vor allem durch Vermeidung der Umstände, dessen Folgen sie kennt, oder durch Veränderung des Kontextes, in dem es auftrat.

Bei mir selbst löste der Geruch von Tee - verknüpft mit einer Gewalterfahrung der Kindheit - lange Zeit spontan Erstickungsgefühle aus. Um mit dieser Situation zurecht zu kommen, musste der Geschmack des Tees verändert werden, z.B. durch viel Zitronensaft.

Neben dieser Strategie gibt es auch die "Verdrängung", eine - psychologisch notwendige - Überlebensstrategie einer ganzen Kriegs- und Nachkriegsgeneration (bedingt durch Schuldgefühle oder Erfahrungen als Opfer): jede Erwähnung, jede Diskussion zu vermeiden, die an die eigene Vergangenheit erinnern könnte.

Es ist offensichtlich, dass mit solchen Strategien nicht alle denkbaren Konflikte vermieden werden können. Bezogen auf das zweite Beispiel trug dies, besonders in Deutschland, erheblich zum Generationenkonflikt bei.

Zu (2)

Bei einem "Kriegskinderkongress" 2005 wurde festgestellt, dass rund 25 % der betroffenen Generation Phänomene psychischer Erkrankung aufwies, bedingt durch traumatisierende Erlebnisse der Kriegs- oder Nachkriegszeit (also 60 Jahre davor!), die man während eines aktiven Lebens längst "vergessen" glaubte. Bei Veränderung der persönlichen Situation (hier: Eintritt in die Rente) traten sie aber wieder auf. Man stellte sogar fest, dass durch bloße Erzählungen, z.B. von Großvätern, in Kindern Traumata gezeugt werden konnten, die dies nie selbst erlebt hatten.

3. Theater als Form der Therapie: Chancen

Traumata rufen aufgrund ihres Charakters widersprüchliche Verhaltensweisen betroffener Personen hervor: Einerseits neigen sie dazu, bedrückende Erinnerungen "vergessen" zu wollen. Andererseits ist dies aber nicht möglich, ohne dass diese zuvor aus dem Unbewussten hervorgeholt und, mit all den damit verbundenen Schmerzen, ins Bewusstsein gerückt werden - ein schmerzhafter und langwieriger Prozess, der bei einer Psychotherapie durchlaufen wird.

Literatur, Theater im Besonderen, bietet eine weitere Möglichkeit.

Die Generation der "Kriegskinder" hat es bewiesen: Um 2005 konnte man, vor allem in Deutschland, einen wahren Boom an Literatur feststellen, die, oft in sehr persönlicher Form, Kriegs- und Nachkriegserlebnisse thematisierte. Ein leicht erklärbares Phänomen: Schreiben, bedrückende Erlebnisse anderen anzuvertrauen, ist eine Form, sich von deren bedrohlichen Wirkungen zu befreien.

Theater bietet darüber hinaus eine weitere Chance: Indem man in eine "Rolle" hineinschlüpft, hat man die Chance, seinen ganzen Schmerz, seine Schamgefühle, seine Aggressionen auf eine andere Person zu übertragen und sich so selbst zu befreien. Die Tatsache, dass diese "Rolle" nur eine fiktive Person repräsentiert, ist in diesem Zusammenhang ohne Bedeutung. Dies erleichtert vielmehr die Sache: Unter der Maske meiner "Rolle" bin ich für nichts verantwortlich, für keine Bosheit, die aus meinem Munde dringt, und ich kenne keine Scham: Nicht ich spreche, sondern meine "Rolle" spricht. Eine enorm wichtige Erkenntnis vor allem für Fälle, wo vor allem Scham mitspielt, wie z.B. im Falle von Vergewaltigungen.

Und es gibt noch eine dritte Chance beim Theater: die Arbeit in einer Gruppe. Die Erfahrung, von einer Gruppe mit dem gleichen Ziel akzeptiert zu werden, mit anderen Gefühle und Verantwortlichkeiten zu teilen. Es dürfte kaum eine Aktivität geben, die mehr motiviert und bei Menschen, die bedrückende Situationen von Diktatur, Krieg oder Flucht kennengelernt haben, den Wunsch nach positiver Integration mehr verstärken.

4. Methoden und Risiken des Theaters

Das höchste Ziel eines Schauspielers ist "Präsenz" auf der Bühne: d.h. die Fähigkeit, so in seine "Rolle" zu schlüpfen, dass sie nicht nur "real" und glaubwürdig erscheint, sondern auch Emotionen zu vermitteln und zu "rühren" vermag.

Voraussetzung hierfür ist eine tiefgehende, auch Emotionen umfassende Arbeit, die Hemmungen abbaut: sich selbst, seinem eigenen Körper gegenüber wie auch gegenüber anderen. Körpersprache, in ihrer ganzen Komplexität, kann nur "natürlich" wirken, wenn sie nicht "angelernt" erscheint, wenn sie spontan von innen herauskommt. Man kann mit Worten lügen, nicht aber mit seinen Gesten und seinem Körper.

Eben darin besteht die Faszination des Theaters, seines Erfolges etwa bei geistig oder körperlich Behinderten. Theater lässt sie den Reichtum ihres Körpers erfahren, trotz ihrer Behinderung.

Dennoch sollten die Risiken nicht ignoriert oder unterschätzt werden.

Bedingung für erfolgreiche Theaterarbeit ist der Wille und die Fähigkeit, sich in einer vertrauensvollen Atmosphäre anderen gegenüber zu öffnen. Das schließt die Fähigkeit ein, Körperkontakt mit anderen als "natürlich" zu erfahren.

Das freilich ist bei weitem nicht für alle eine Selbstverständlichkeit, insbesondere nicht für Menschen, die einem Kulturkreis entstammen, der durch - meist religiös geprägte - künstliche und inhumane Restriktionen bestimmt ist, im Besonderen im Umgang der Geschlechter miteinander.

Dies kann für den Leiter einer Theatergruppe zu ernsthaften Problemen führen. So eindeutig es ist, dass er sich bei seiner Arbeit nicht durch fundamentalistische Ideologien bestimmen lassen darf, so sehr muss er dennoch im konkreten Fall Sensibilität beweisen, sich in andere hineinversetzen können und flexibel zeigen, um Konfliktlösungen zu finden.

Um mit einem Beispiel zu enden:

Während der Proben für die zweisprachige Inszenierung der "Vögel" von Aristophanes musste ich feststellen, dass ein Mädchen, zu deren Rolle gehörte, sich von der Szene wegtragen zu lassen, den Körperkontakt mit anderen, sogar Klassenkameradinnen, nicht ertrug. Die Lösung des Problems war eine Umverteilung der Rollen derart, dass sie von ihrer eigenen Schwester weggetragen wurde.