

"Meine Geschichte ist es wert, auf der Bühne gezeigt zu werden" – Playbacktheater als eine kreative Möglichkeit Resilienz zu stärken

Katharina Witte

Dieser Artikel ist erschienen in der „Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie“

Jahrgang 19/Heft 1 April 2020

Zusammenfassung: In diesem Artikel der *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie* geht es um die Möglichkeiten des Playbacktheaters, geflüchtete Menschen darin zu stärken, mit belastenden Erlebnissen umgehen und diese in ihr Leben integrieren zu können. Es geht um Erinnern, Erzählen, die Widerspiegelung des Erzählten auf der Bühne und um Faktoren, die Resilienz stärken und fördern.

Schlüsselwörter: Psychodrama, Playbacktheater, Geflüchtete, Flüchtlinge, Erinnern, Erzählen, Spielen, Resilienz, Integration

"My story deserves to be brought on stage." – Playback Theatre as a creative way to strengthen resilience

Abstract: This article in the journal *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie* deals with Playback Theatre as a possibility helping refugees to cope with burdening experience and integrate them into their lives. It is about remembering, story telling and enacting the stories, including the factors to strengthen resilience.

Keywords: Psychodrama, Playback Theatre, Refugees, Remembering, Story Telling, Performing, Resilience, Integration

„Ich habe das noch nie erzählt“, so beginnt die junge Frau aus Syrien, als sie nach vorne zum Stehtisch kommt, der als Ort des Erzählens vor der Bühne steht. Die Moderatorin neben ihr blickt sie aufmunternd an. „Aber jetzt muss ich das erzählen“, sagt die junge Frau und berichtet vom chaotischen Aufbruch ihrer Familie zu Beginn ihrer Flucht.

Warum verspüren Menschen den Drang zu erzählen? Es ist ein Grundbedürfnis des Menschen, durch Erzählen die Vielfalt des Erlebten zu ordnen, zu erklären und sinnhaft zu machen, sich der eigenen Identität zu vergewissern oder sich mit anderen Menschen zu verbinden.

Einen wunderbaren Ort dafür bietet das Playbacktheater – ein interaktives Theater, bei dem die Zuschauenden persönliche Erlebnisse, Träume, Wünsche und Gedanken erzählen, die spontan von den SchauspielerInnen auf der Bühne in Szenen wiedergegeben werden (play back). Die Erzählenden bekommen ihre Geschichten „zurückgespielt“, oft mit einer neuen Sicht auf das Erzählte. Einer Sicht auf die Stärken der ErzählerInnen, auf die Lust, freudig Erlebtes mit anderen zu teilen, auf den Gedanken, sich zu versöhnen mit dem Geschehenen: Z. B. durch ein Widerspiegeln von Scham oder Peinlichkeit, durch die distanziertere Sicht auf ein schmerzvolles Geschehen, durch die Verschiebung des Fokus auf positive Details ...

Am Ende der Szene ist den Erzählenden in der Regel anzusehen, ob sie diese Sicht annehmen und in ihr Selbst integrieren können. Verbunden oft mit einem Staunen, dass das eigene Erleben zu einer Szene auf der Bühne geworden ist.

Alle Geschichten, die Menschen erleben, sind es wert, auf der Bühne gezeigt zu werden: Das ist ein Kernsatz des Playbacktheaters, der alle Menschen würdigt und der damit

auch aussagt: "ICH bin es wert, dass meine Geschichte auf der Bühne gezeigt wird." Oft höre ich vom Publikum, man müsse selbst eine Geschichte erzählt und diese auf der Bühne gesehen haben, um die Bedeutung des Playbacktheaters erfassen zu können.

In diesem Artikel geht es um die Möglichkeiten des Playbacktheaters, Menschen darin zu stärken, mit belastenden Erlebnissen umzugehen und diese in ihr Leben zu integrieren. Es geht um Erinnern, Erzählen und Spielen und um die Faktoren, die Resilienz fördern und stärken. Die Beispiele kommen überwiegend aus Theaterauftritten für geflüchtete Menschen, aber nicht nur, denn es ist eine wichtige Erfahrung des Playbacktheaters, wie sehr die unterschiedlichsten Erlebnisse und unterschiedlichsten Menschen einander inspirieren können, wie das folgende Beispiel zeigt.

Bei einem Auftritt für Geflüchtete, bei dem viele Frauen von ihrer Sehnsucht nach Frieden und dem Wunsch nach Rückkehr in die alte Heimat erzählen, kommt als letzte Erzählerin eine 70-jährige deutschstämmige Frau zum Erzählstisch und berichtet, dass sie in Danzig geboren und als Kleinkind mit ihrer Familie nach Deutschland geflohen sei. Ihr Leben lang habe sie wieder einmal nach Danzig reisen wollen. Jetzt haben ihr ihre Freundinnen zum 70. Geburtstag eine Reise nach Danzig geschenkt, und sie erzählt sehr berührt von dieser Reise. Die Reaktion der geflüchteten Frauen im Saal ist von starken Gefühlen geprägt: Es kann also Wirklichkeit werden, irgendwann in die alte Heimat zurückzukehren.

Das Playbacktheater

Das Playbacktheater wurde von Jonathan Fox und Jo Salas in den USA seit 1975 entwickelt und wird inzwischen in über 60 Ländern gespielt und weiter geformt. Inspiriert wurde es von einem zweijährigen Aufenthalt von Jonathan Fox in Nepal, wo er erzählendes, nicht schriftlich fixiertes Theater erlebte im Rahmen von dörflichen Zusammentreffen unter Bäumen.

Das Playbacktheater ist ein „armes Theater“ (Grotowski 1994)¹, es braucht keine Texte, keine Bühnenbilder und Kostüme, sondern es genügen die teilhabenden ZuschauerInnen, die SpielerInnen (in der Regel vier), MusikerIn und ModeratorIn, der/die zugleich BegleiterIn/InterviewerIn der ErzählerInnen ist und die Brücke zwischen Bühne und Publikum bildet. Dazu kommen Wasserkisten für die Spielenden zum Sitzen und als Requisiten und ein paar farbige Tücher. Der Gedanke hinter dieser spartanischen Ausstattung ist der, an jedem Ort und in jeder Situation spontan Playbacktheater inszenieren zu können.

Bei jeder Playbacktheateraufführung gibt es einen spannenden Moment: Werden nach einer kurzen Einführung Menschen bereit sein, ihre Geschichten zu erzählen? Und was wählen sie aus? Es braucht eine Atmosphäre von Respekt für die Erlebnisse von Menschen und der Art, wie sie davon erzählen. Wenn es funktioniert, entsteht durch die erzählten Geschichten eine Verbindung, eine Gemeinschaft auf Zeit unter den Zuschauenden, die eine zunehmend wärmende Erzählatmosphäre kreiert.

Während eines Theaterprojekts nach der Erdbebenkatastrophe in Nepal erzählt eine Teilnehmerin: „After participating the playback theatre, I realized, that such painful incidents happened in other peoples lives also. Before that I used to feel that I was the only one with such a painful past.“ (Enacting Dialogue 2017, S. 32)

Wenn einzelne ErzählerInnen sich sehr gezeigt haben mit ihrer Geschichte, vielleicht eine Situation von Scham oder Scheitern erzählt haben, dann ist es üblich, dass die Moderation das Publikum fragt: "Wer kennt das auch?" Und die aufzeigenden Hände geben

¹ "Wir stellten fest, dass Theater ohne Schminke existieren kann, ohne eigenständiges Kostüm und Bühnenbild, ... ohne Beleuchtung und Geräuscheffekte. Es kann aber nicht ohne die auf Wahrnehmung und direkter ‚lebendiger‘ Gemeinschaft beruhende Beziehung zwischen Darstellern und Zuschauern existieren." (Grotowski 1994, zitiert in Witte 2014)

den ErzählerInnen das Gefühl, wieder in die Gemeinschaft integriert zu sein. Oder wenn jemand eine Geschichte erzählt, die andere Menschen diskriminiert, dann kann der/die ModeratorIn meist darauf vertrauen (oder erfragt es), dass die folgende Geschichte die Diskriminierung aufhebt. Oft ergibt sich eine Geschichte aus der vorherigen, und es ist ein roter Faden zu beobachten, weil durch eine Geschichte die nächste erinnert wird.

Erinnern – ein komplexer Vorgang

Erinnerungen sind das mentale Wiedererleben vergangener Ereignisse. Aber unsere Erinnerung ist ein Konstrukt. Mit dem wiederholten Abrufen von Erinnerung verändert sich ihr Inhalt, denn unser Gedächtnis ist mehr auf Anpassung an veränderte Umwelt als auf exakte Speicherung ausgerichtet (Schüle 2011). Es behält das, was wir gebrauchen können. Denn wir brauchen Erinnerungen, mit denen wir leben können.

Es gibt das aktive Erinnern, bei dem wir mental versuchen, uns möglichst genau an bestimmte Vorfälle zu erinnern, und es gibt das spontane Erinnern, bei dem durch bestimmte Reize (Geräusche, Bilder, Gerüche, Atmosphären ...) überraschend Erinnerungen hochsteigen. Denn Erinnern hat multimediale Möglichkeiten zur Verfügung: Es setzt sich zusammen aus Bildern, filmartigen Szenen, Geräuschen, Farben, Gerüchen und vor allem Gefühlen. Und es ist kontextabhängig: Je nach Situation, beteiligten Personen oder Stimmung tauchen unterschiedliche Erinnerungen auf, treten bestimmte Episoden stärker in den Vordergrund, während andere verblassen. „Unsere erzählte Lebensgeschichte ist immer subjektiv und etwas ganz anderes als der objektive Lebenslauf und erfüllt ganz andere Aufgaben als dieser: Sie ist die Grundlage unseres Lebensgefühls, sie formt unsere Identität.“ (Roming 2016) Beim Playbacktheater ist es faszinierend, wenn zwei Personen von demselben Erlebnis erzählen: Das Erinnern ist oft so unterschiedlich, als wären es verschiedene Erlebnisse, Personen und Orte, von denen erzählt wird. Alle sind ihre eigenen RegisseurInnen bei Auswahl und Wiedergabe von Erinnerungen.

Dies gilt auch für eine Methode, die Erinnerung hervorlockt, auch wenn es scheinbar keine gibt: Wenn bei einem Auftritt der Erzählfluss stockt und es keine Geschichte gibt, ermuntere ich als Moderatorin eineN der ZuschauerInnen, auch ohne Erinnerung an ein Erleben nach vorne zu kommen und frage z. B.: "Wie alt möchtest Du in der Geschichte sein, die Du gleich erinnerst?" Wenn sie oder er dann ein Alter nennt, taucht in der Regel sofort anschließend eine Geschichte auf. Für mich ein Zeichen, wie voll unser Erinnerungsspeicher ist, wenn wir zulassen, ihn zu öffnen.

Geschichten erzählen – Nahrung für die Seele²

„Die Rolle des Geschichtenerzählers ist gerade heute so wichtig: Geschichten zu erzählen ist eine zutiefst menschliche und würdevolle Art, schwierigen Situationen Sinn zu verleihen.“ (Simon Stephens, SZ, 13.7.2017)

Gerade bei geflüchteten Menschen, die oft nichts haben als ihre Erinnerung, ist es hilfreich, diese durch Erzählen zu unterstützen. Wenn sie zum Erzähltisch kommen und aus ihrem Leben erzählen, verändert sich sichtbar etwas an ihnen. Sie wählen aus, was sie erzählen, sie erleben sich als einen handelnden Menschen, der Teil einer kreativen Gestaltung wird. Andere hören zu, werden zu mitfühlenden Zeugen ihres Erzählens. Und sie erzählen die Geschichte so, dass sie mit ihr leben können. Das ist ein ganz anderes Erzählen als das Erzählen beim Asylverfahren, wo Angst und Unsicherheit das Erzählen bestimmen, wo wahrheitsgetreue und lückenlose Berichte gefordert werden, was für

² Ich möchte auf das Buch "Reinventing Organizations" von Frederic Laloux (2015) hinweisen, in dem er von vielen Organisationen berichtet, die zur Entwicklung des Gemeinschaftsgefühls als ein Ritual in ihren Teams das gegenseitige Erzählen von Geschichten eingeführt haben.

traumatisierte Menschen unmöglich ist. Im Playbacktheater bekommen ihre Wahrheiten in all ihrer Brüchigkeit einen Raum von Akzeptanz (siehe auch Cyrulnik 2014).

Eine Kurdin, die schon als Kind geflüchtet ist, erzählt von ihrer Flucht. Sie berichtet, dass kurz vor Aufbruch ihr Bruder verhaftet wurde, und dass dadurch die Flucht sehr chaotisch abgelaufen sei.³ Später bei einer Begegnung berichtet sie mir, dass ihr das Spiel auf der Bühne immer noch sehr präsent sei, aber: „Ich habe damals nicht erzählt, dass meine Mutter auch kurzzeitig verhaftet wurde. Ich wollte nicht von ihren Schreien erzählen vor allen Leuten. Aber Dir kann ich es jetzt erzählen.“

Die Entscheidung, was erzählt wird, betrifft nicht nur Geflüchtete, bei allen Menschen läuft dieser Auswahlprozess ab, wenn sie sich dem Erzählen öffnen.

Der Ablauf des Playbacktheaters

Folgende Ebenen durchlaufen Erinnerung und Erzählen beim Playbacktheater:

Erste Ebene: EinE ErzählerIn kommt nach vorn mit der Erinnerung an ein Erlebnis. Dieses Erlebnis ist wahrscheinlich im Laufe der Zeit durch die biografische Entwicklung verändert und geschliffen worden.

Zweite Ebene: Im Austausch mit dem/der ModeratorIn und im Spüren der Stimmung im Saal wählt er/sie aus, was von der Erinnerung er/sie jetzt preisgeben möchte und in welcher Form und mit welchem Fokus er/sie das Erlebte neu beschreibt.

Dritte Ebene: Der/Die ModeratorIn gibt der Geschichte einen Titel (und damit einen Fokus) oder fragt den/die ErzählerIn nach einem Titel. Dann wählt der/die ModeratorIn eine Spielform aus⁴ und gibt damit das Erzählte an die Bühne ab. ErzählerIn und ModeratorIn werden jetzt zu Zuschauenden und greifen nicht mehr ein. Denn jetzt wird im Spiel die Erzählung geformt, Dinge werden durch die Darstellung aus der vertrauten, gewohnten Wirklichkeit in eine imaginäre, theatrale Wirklichkeit transformiert. Die Erzählung und die Erinnerung werden hierdurch einer erneuten Beobachtung und Erklärung unterzogen, oder die biografische Erfahrung wird aus der zeitlichen und örtlichen Distanz neu bewertet. Die Darstellung kann ein Glücksgefühl auslösen, verstanden worden zu sein oder Erstaunen hervorrufen über die stimmige Darstellung von nicht erwähnten Details. Sie kann Verwirrung schaffen durch neue Blickwinkel und neue Darstellungen oder Ärger über nicht Stimmiges. Ebenso Gelassenheit, weil trotz aller Gefühle das Bühnengeschehen auch Distanz erlaubt. Diese Empfindungen tragen bei den Erzählenden zu einer Neubestimmung, Neugestaltung oder Neubewusstheit der Wirklichkeit bei.

Als ich bei einem Auftritt in einem Übergangwohnheim einen Jungen nach guten Erfahrungen auf der Flucht frage (viele Jugendliche erleben neben all dem Bedrohlichen auch Freundschaften oder empfinden Erlebnisse als Abenteuer ...), sagt dieser Jugendliche: „Da war nichts, gar nichts. Absolut nichts Gutes.“ „Aber Du hast es geschafft in Bremen anzukommen.“ „Auch das war nicht gut“, sagt der Junge.

³ Sie mögen sich als LeserInnen fragen, wie denn auf der Bühne die Verhaftung dargestellt wurde, ohne zu wissen, wie die Realität der Erzählerin war: Wir arbeiten mit abstrahierenden Bildern, hier z. B. hielt eine Spielerin als Polizei dem Bruder mit harter Geste einen Stock quer vor die Brust. Solch ein Bild, gerade weil es abstrahiert ist, ermöglicht, alle damaligen Gefühle wieder abzurufen.

⁴ Die Spielform ist der jeweilige Regelrahmen für das Spiel auf der Bühne und gibt der Improvisation der SpielerInnen eine Form, innerhalb dessen sie sich bewegen. Es gibt sehr unterschiedliche Spielformen, z. B. solche

- die eher sprach-, körper- oder gesangsorientiert sind.
- die eine erzählte Geschichte im Verlauf spielen (wichtig für Kinder) oder sie fragmentieren.
- die nur die Essenz zeigen oder das Erzählte in mehreren kurzen Szenen wiedergeben.

Solch eine Aussage müssen der/die ModeratorIn und alle im Saal aushalten können. Aber dann kommt: „Jetzt kann ich zur Schule gehen, zum ersten Mal in meinem Leben.“ Das wird dann zum Fokus für das Spiel. Eine Darstellerin geht in die Rolle der guten Erfahrung, die auf der Flucht nie dort ist, wo der Junge sich gerade befindet, aber in der Schule setzt sie sich dann neben den Darsteller des Jungen, legt einen Arm um ihn und schafft so ein Bild, das er mitnimmt: Schule als wichtiger Anker in seinem derzeitigen Leben.

Vierte Ebene: Die vierte Ebene ist die der rezipierenden ZuschauerInnen, bei denen das Erzählte auch die je eigene Biografie berührt. Die Zuschauenden haben die Geschichte gehört, haben wahrgenommen, wie der/die ErzählerIn sie erzählt und wie der/die ModeratorIn darauf eingegangen ist und haben mit Spannung erwartet, was die SchauspielerInnen daraus machen. Dieses Geschehen verknüpft sich mit ihrer eigenen Lebensgeschichte und mit der Situation, in der sie hier sitzen: Gibt es ein Wiedererkennen ihrer eigenen Situation, warten sie ungeduldig auf eine Gelegenheit, selbst zu erzählen, trauen sie sich nicht oder warten sie gelassen ab, ob die erzählte Geschichte bei ihnen einen eigenen Impuls auslöst?

Jeder Zuschauende ist Teil eines Netzes, das die Veranstaltung trägt und das den Boden bildet für das Gemeinschaftsgefühl, das so oft in Playback-Theaterveranstaltungen entsteht und die Zuschauenden, die Erzählenden und die Menschen auf der Bühne miteinander verbindet. Bei Aufführungen für geflüchtete Menschen ist das besonders spürbar. Was erzählt wird, das kennen viele in sehr ähnlicher Weise und das schafft ein Gemeinschaftsgefühl, das ihnen im Alltag oft fehlt.

Ein Leben im Dazwischen

Zwei starke Sehnsüchte werden von geflüchteten Menschen bei fast jedem Playbacktheaterauftritt erzählt: Die Sehnsucht nach Rückkehr in die Heimat und die nach Integration in die deutsche Gesellschaft. Die scheinbare Unvereinbarkeit dieser beiden Wünsche zeugt von der Zerrissenheit und der Situation des Abwartens, in welche Richtung sich ihr Leben entwickeln wird.

Schritte in die Integration können überhaupt erst dann gegangen werden, wenn der Aufenthaltsstatus gesichert ist. Integration bedeutet, zu einem Gleichgewicht von Fühlen, Denken und Handeln zu kommen:

- auf der seelisch-emotionalen Ebene (Geborgenheit und Sicherheit, Anerkennung, gefühlte Nähe zur Aufnahmegesellschaft, positive Gefühle sich selbst gegenüber, Erfahrung von Respekt und Akzeptanz)
 - auf der kognitiv-kulturellen Ebene (ausreichende deutsche Sprachkenntnisse, Orientierungswissen für ein selbstständiges Leben, Kenntnisse über Normen und Werte in der Aufnahmegesellschaft)
 - auf der sozial-strukturellen Ebene (angemessener Wohnraum, Zugang zu Erwerbstätigkeit, finanzielle Unabhängigkeit, Partizipation an gesellschaftlichen Aktivitäten, Zugang zu gesellschaftlichen Einrichtungen).
- (nach Han-Broich 2015, zitiert in Witte 2018)

Dieser Weg ist behindert durch die Unsicherheit, das Abwarten, den Stempel der „Duldung“⁵ im Ausweis. Durch das Leben im Dazwischen, zwischen dem Dort und dem Hier, zwischen der Trauer um das Verlorene und dem Wunsch neu zu beginnen. Sowohl für geflüchtete Menschen als auch deren UnterstützerInnen ist das schwer auszuhalten. Da sind sie vereint in Ohnmacht, Wut, Aufregung und dem Gefühl, nur ein winziges, unwirksames Rad im Getriebe der Bürokratie zu sein, abhängig von Undurchschaubarem. „Ich möchte für mich ja gar nichts Besonderes! Ich wünsche mir für mich nur das, was mir als Mensch

⁵ Duldung bedeutet „eine vorübergehende Aussetzung der Abschiebung“ (deutsches Aufenthaltsrecht)

zusteht!“, sagt eine Frau, die bei Refugio⁶ Zuflucht gefunden hat (Refugio 2016, S. 5). Dabei ist gerade die Sicherheit des Aufenthaltes eine der Grundvoraussetzungen für Heilung, für Bewältigung von posttraumatischen Belastungsstörungen, für eine aktive Hinwendung zu unserer Kultur, für gelingenden Spracherwerb und so letztlich für Integration. Das Erleben, nicht selbstverständlich dazuzugehören, macht verletzlich. Bertolt Brecht trifft den Kern der Gefühle in Situationen des Abwartens, wenn er 1944 schreibt: „Nehme ich Flüchtling meine schwere Arbeit wieder auf: Hoffen!“

Es ist meine Überzeugung, dass Playbacktheater einen Teil zur Förderung von psychischer Widerstandskraft bei geflüchteten Menschen beitragen kann. Eine Widerstandskraft, die zwischen den Mühlsteinen der Hindernisse (gesicherter Aufenthalt usw.) schnell zerrieben werden kann. Und man könnte fordern, dass erst die Hindernisse beseitigt werden müssen, bevor die Kräftigung der Psyche beginnen kann. Doch das entspricht nicht meiner Erfahrung. Das Playbacktheater bietet die Chance, Gedanken, Ideen und Träume auszusprechen, ihnen auf kreative Weise eine Form zu geben und sie sichtbar zu machen. Sich selbst als in der Gesellschaft handelnden, selbstbestimmten, ganzen Menschen zu erleben. Das kann darin stärken, den sozialen, kulturellen und emotionalen Herausforderungen des Lebens zu begegnen. Eine vielleicht hilfreiche Metapher dazu ist die, schmerzliche Ereignisse nicht als tödlich anzusehen, sondern als einen Sturm, der von totem Laub befreit, aber die Bäume stehen lässt (Martens und Begus 2016).

Ein syrischer Musiker erzählt von seiner Flucht über das Meer und von dem Glück, dass er sein Instrument, eine Oud, nach Deutschland retten konnte. Beim Spiel legt die Moderatorin den Fokus auf das Wunder, wie er es geschafft hat, sein geliebtes Instrument durch alle Fluchtwirren zu bewahren. Sie lässt den Erzähler SchauspielerInnen für sich und für das Instrument auswählen. Für das Instrument wählt er eine ganz zarte Spielerin und diese, mit einem silbernen Tuch bedeckt, schmiegt sich während der ganzen Szene eng an den Darsteller des Erzählers. Ein wunderschönes Bild, ästhetisch und berührend.

Im Anschluss an die Vorstellung kommt er zu mir, mit Übersetzer⁷, um mir zu sagen, wie wichtig ihm das erlebte Bild mit dem Instrument sei. Ein innerer Schatz. Und er schließt mit: „Das habe ich geschafft.“

Die Poesie des vermeintlich Unwichtigen

Bei einem Auftritt für Geflüchtete fragt die Moderatorin nach positiven Momenten im jetzigen Leben der Geflüchteten in Bremen. Eine Frau beschreibt als positiv, nachts mit ihrer Familie in Ruhe durchschlafen zu können.

In der dann folgenden Szene deuten die DarstellerInnen auf der Bühne in einem kurzen Vorspiel die Situation des Zubettgehens an.⁸

Dann schläft die Familie, Erwachsene und Kinder (alle vier DarstellerInnen spielen das Schlafen senkrecht an die Rückwand der Bühne gelehnt, damit es für alle gut sichtbar ist), dazu spielt die Musikerin eine sanfte Musik. Die SpielerInnen halten das Schlafen (mit sparsamen Schlafbewegungen) eine ungewöhnlich lange Zeit durch, es ist still im Saal.

Anschließend ist die Erzählerin ganz glücklich und mit ihr viele andere, denn das ist die Geschichte fast aller: „Das ist gut, das zu sehen!“ „Ich habe das gefühlt beim Zuschauen!“ „Ich hätte noch eine ganze Stunde zugucken können!“

⁶ Refugio: Psychosoziales Zentrum für Flüchtlinge und Folterüberlebende in Bremen

⁷ Bis jetzt machen wir alle Auftritte mit Geflüchteten mit ÜbersetzerInnen. Zum Teil fehlt noch die sprachliche Fähigkeit, zum Teil fehlt der Mut, öffentlich auf deutsch zu erzählen. Das Benennen von Gefühlen geht sowieso besser in der Herkunftssprache.

⁸ Oft ist es wichtig, in ernstesten Geschichten Momente wie diese einzubauen: Kinder, die spielen wollen und sich Blödsinn ausdenken, um nicht ins Bett zu müssen: Lachen über gemeinsam Erkanntes.

Ganz wenig ist hier nur passiert, und doch war es für die Erzählerin ganz viel. Ihr wurde ihr Erleben in einem Bild präsentiert, das ihr nach Jahren der Unsicherheit ein Gefühl von Frieden, Sicherheit und Schutz vermittelt. Gefühle in Bilder zu fassen, darum geht es beim Playbacktheater häufig. In den Szenen, die wir für Geflüchtete spielen, überziehen wir die Geschichten oft mit wärmeren Farben, legen die Aufmerksamkeit auf stärkende Momente, wie im folgenden Beispiel.

Einen Auftritt für Geflüchtete beginne ich häufig mit der Frage nach dem Leben hier in Bremen. Eine syrische Frau ruft sehr schnell: „Hier bin ich sicher als Frau. Hier haben die Frauen und Kinder Rechte! Und ich habe sie auch!“ Dieses Gefühl von Stärke bei der Erzählerin möchte ich unterstützen.

Ich wähle eine Spielform mit Namen ‚Diashow‘, eine Bilderfolge aus Körperhaltungen und Gesten. Ich formuliere Sätze, die ich aus der erzählten Geschichte wähle und zu jedem Satz macht jedeR der vier SpielerInnen, von der Musikerin begleitet, ein Körperbild, das in der Zusammenschau aller vier DarstellerInnen eine starke Aussage bildet. Den Fokus lege ich auf die Stärke der Erzählerin und wiederhole mehrfach den Satz „Ich als Frau habe Rechte“, belebt jeweils durch unterschiedliche Körperbilder. Und was passiert? Einige Frauen im Saal sprechen diesen Satz bei den Wiederholungen plötzlich mit.

Das geschieht häufig: Beim öffentlichen oder halböffentlichen Erzählen entsteht eine besondere Atmosphäre. Die Zuschauenden werden zu wohlwollenden ZeugInnen – Leid und Unrecht, aber auch Freude und Erfolg werden anerkannt – das hat für die Erzählenden eine stärkende Bedeutung, macht sie sichtbar stolz.

Bei einem Auftritt zum Jubiläum einer großen Stadtteileinrichtung, die unter ihrem Dach auch eine WG für junge Behinderte beherbergt, möchte eine schwerstbehinderte junge Frau erzählen. Sie hat große sprachliche Schwierigkeiten, braucht mehrere Anläufe und viel Zeit, vor allen ZuschauerInnen von den z. T. dramatischen Stationen ihres Lebensweges zu erzählen, bis sie schließlich in dieser WG eine Heimat gefunden hat.

Die SchauspielerInnen spielen in mehreren kurzen Szenen Stationen ihres schweren Lebens. Anschließend sprudelt sie vor Glück, ihr Leben auf der Bühne gesehen zu haben und erzählt den ganzen Abend über immer wieder davon („... und alle haben mir zugehört“). Ihre Mitbewohnerinnen erzählen mir ihre Geschichten und verabschieden sich mit: „Das nächste Mal traue ich mich auch.“

Das Unvorhersehbare begrüßen

Es gibt beim Erzählen und Zuschauen die Herausforderung, mit Unvorhersehbarem angemessen umzugehen. Bei einer Psychodrama-Tagung in Russland, auf der ich ein Playbackseminar gegeben habe, sagte eine Teilnehmerin, sie möge das Erzählen beim Playbacktheater nicht, denn beim Spiel der Bühnenszene hätte sie ja keine Kontrolle mehr über ihre Geschichte (im Gegensatz zum Psychodrama, wo der/die ProtagonistIn durchgehend der/die Regisseurin seines bzw. ihres Spiels bleibt). Das ist wahr, zu dem Mut, als Erzählerin nach vorne zu kommen und im Blickfeld der Aufmerksamkeit zu stehen, braucht es den Mut, sich auf das einzulassen, was die SpielerInnen auf der Bühne damit machen. Das hält einige ZuschauerInnen vielleicht zurück, zum Erzähltisch zu kommen. Die meisten ErzählerInnen aber sind neugierig und manchmal etwas aufgeregt, ihre Geschichte auf der Bühne zu sehen und haben nicht das Bedürfnis nach Kontrolle. „Es ist sinnvoll, dass wir Menschen uns klar machen, dass im Leben sehr vieles ungewiss ist und dass es Sinn machen würde, diese Ungewissheit als zum menschlichen Leben gehörend – auch als Voraussetzung für schöpferische Prozesse – zu akzeptieren.“ (Kast 2014, S. 137)

Die Aktivität im öffentlichen Raum wirkt dem beobachtbaren Rückzug der Geflüchteten aus der Gesellschaft entgegen. Ein kleiner, aber wichtiger Schritt für viele zu gesellschaftlicher Teilhabe.

Drei Tage nach einem Auftritt berichtet mir die Deutschlehrerin der Sprachkurse für Geflüchtete, für die wir gespielt haben, wie viele der Frauen noch ganz erfüllt seien von dem Theater, und einige hätten von ihrem Stolz erzählt, dass sie sich zum allerersten Mal in ihrem Leben getraut hätten, nach vorne zu kommen und so eine exponierte Rolle einzunehmen.

Das Playbacktheater ist ein „Theater der Nachbarn statt der Fremden“ (Jonathan Fox) und lebt von Zuwendung, gegenseitiger Wertschätzung und dem Austausch als einem Teil menschlichen Lebens.⁹ Es ist ein Theater des Unerwarteten, durch die Improvisation werden jede Erzählung und jede Szene zu einer kleinen Uraufführung. „Es gilt, das Unvorhersehbare nicht als Gefahr einzuschätzen, sondern als Anreiz. Es kann nicht darum gehen, Kontrolle zu behalten, die Situation in den Griff bekommen zu wollen, sondern Kontrolle abzugeben, loszulassen.“ (Wendlandt 2018) Keiner weiß, was als nächstes passiert: Wird eine Folgegeschichte erzählt oder etwas ganz anderes, bleibt das Publikum stumm, welche Spielform wird gewählt, was wird von der Bühne zurück gespielt? Das Unerwartete gehört zur Dynamik des Playbacktheaters. Vielleicht schafft das auch eine Nähe zu geflüchteten Menschen, die ja ständig im Unerwarteten leben und damit umgehen müssen.

Eine Erzählerin berichtet von ihrer Mutter, die mit sechs Jahren aus Ostpreußen geflohen ist, aber nicht darüber sprechen kann. Sie würde die alte Frau so gerne zum Reden bringen und ist verzweifelt: „Wir haben nicht mehr lange Zeit. Sie, um sich durch Erzählen zu entlasten, ich, um ihre Geschichte zu halten und zu erinnern.“

Die Moderatorin wählt eine Spielform, in der die Geschichte zweimal gespielt wird: Einmal so, wie die Erzählerin es kennt, vorsichtig drängendes Nachfragen der Tochter und Ausweichen der Mutter.

In der zweiten Szene fordert, völlig unerwartet, die Darstellerin der Erzählerin die Mutter zum Tanz auf, und sie tanzen zusammen eine Polka, so wie die Mutter es früher gerne gemacht hat. Beide strahlen dabei.

Und die Erzählerin strahlt auch: „Jetzt geht mir ein Licht auf, wie ich das Zusammensein mit meiner Mutter genießen kann und nicht immer einen heimlichen Auftrag im Kopf haben muss.“

Das Playbacktheater kann die Möglichkeit eröffnen, sich aus der Zwangsläufigkeit einer Geschichte oder eines Gedankenlaufs zu befreien und ihnen eine neue Richtung zu geben und die Erfahrungen neu zu bewerten – das kann durch das Spiel auf der Bühne geschehen, durch die Musik, durch die Annahme und Integration des Gesehenen durch den/die ErzählerIn oder durch die Reaktion des Publikums, das eventuell mit ganz anderen Erfahrungen auf das Erzählte reagiert.

Auch das Erzählen vor „ZeugInnen“ kann schon eine Veränderung bewirken. Dabei sehen wir das Theater nicht als therapeutische Methode. Es geht darum Geschichten zu erzählen, wertzuschätzen und sichtbar zu machen. Allerdings gibt es durchaus therapeutische Auswirkungen – durch neue Perspektiven oder durch die Wahrnehmung eines bisher vernachlässigten Gefühls oder Details. Die Moderation sollte erspüren können, wie es den Erzählenden nach der Szene geht und was er/sie noch braucht. Das ist manchmal schwierig und ein Schwachpunkt des Playbacktheaters: Die Erzählenden sind

⁹ In Bremen läuft zur Zeit im Theater eine spannende Inszenierung der Regisseurin Alize Zandwijk, die unterschiedlichste Bremer Mütter, alles Laien, zusammen geholt hat und die in komponierter Form auf der Bühne Szenen aus ihrem Leben erzählen. „Eine Stadt voller Geschichten unserer Nachbarinnen, die wir nicht kennen. Sie werden für uns erzählt, damit wir jedes Mal neu lernen können, was leben heißt. Die Bremer Mütter erzählen von Stolz und Scham, von Lebenslust und Angst, von Geburt und Tod. Damit entsteht eine starke Gemeinschaft, ein berührender Abend mit Geschichten, der eine wohltuende Erfahrung für alle ist.“ („Mütter“, Theater Bremen 2019)

nach der Szene oft noch so gebannt und ohne Distanz, dass sie die Frage der Moderation, ob das Wesentliche getroffen sei, einfach bejahen. Erst im Austausch nach dem Auftritt, den wir immer anbieten, kommen dann differenziertere Rückmeldungen.

Eine unverzichtbare Rolle spielt auch die Musik, denn sie öffnet die Tür zu Gefühlen und deshalb steht sie am Anfang jeder Szene. „Sie erzeugt eine bestimmte Stimmung, strukturiert die Szene und treibt die emotionale Entwicklung der Geschichte voran.“ (Salas 1999, S. 268). Sie hat eine aktive Aufgabe, ist gestaltender Teil der Aussage, MitspielerIn statt Hintergrundmusik.

Zwischen Lachen und Spielen werden die Seelen gesund (arab. Sprichwort)

Ein neunjähriges Mädchen erzählt von ihrem Kinderzimmer in Ägypten, nach dem sie so große Sehnsucht hat. „Was war daran so schön?“ fragt die Moderatorin. „Es hatte einen ganz großen Spiegel und zwei Betten, auf denen ich mit meiner Freundin geschlafen habe. Und beim Hüpfen konnten wir uns im Spiegel sehen.“ Das Mädchen weint beim Erzählen. „Wer soll Dich spielen?“ fragt die Moderatorin. Die Darstellerin des Mädchens richtet die Bühne ein und trennt sie durch ein Seil in zwei Räume, in das „Jetzt“ und das „Damals“. Im kleineren, dem hiesigen Zuhause, spielt sie ein Hüpfspiel. Aus dem größeren rufen das Bett und der Spiegel (von zwei Spielerinnen dargestellt) nach ihr. „Nesrin, komm her, hier ist es schöner.“ Nesrin versucht die Grenze zwischen den beiden Räumen zu überwinden, mehrfach, mit Anlauf. Es gelingt nicht. Dann legt sie sich enttäuscht auf den Boden. Da machen sich Bett und Spiegel auf, zu ihr zu kommen – im Traum. „Du kannst uns rufen, so oft du willst, wir kommen zu dir.“ Und die drei tanzen einen komischen Tanz miteinander.

Das Weinen von Nesrin, der Erzählerin, geht unmittelbar in ein befreites Lachen über. „Jetzt tanze ich immer solch einen witzigen Tanz mit meinem alten Zimmer!“, sagt sie zu ihrer Mutter, zu der sie vom Erzähltisch wieder zurückkehrt.

Natürlich wird das Mädchen wieder und wieder den Verlust der Heimat betrauern, so wie alle Geflüchteten es tun und noch viele Jahre tun werden, aber es ist ein kleiner, wichtiger Schritt der Trauerarbeit geleistet. „Die Rückkehr in den Alltag war, als hätte sich eine Zwiebel. Schicht um Schicht wurde ich langsam wieder empfänglicher für meine Umwelt.“ (Thimm 2019) Oder wie ein Teilnehmer des schon erwähnten Nepalprojektes es ausgedrückt hat: „Of course, telling my story could not have changed my situation. But I felt lighter. I felt relieved. That is also a support for me.“ (Enacting Dialogue 2017, S. 15)

Schwimmen lernen im reißenden Fluss des Lebens

Aaron Antonovsky hat mit dieser Metapher die Salutogenese (die Lehre der Entstehung und Erhaltung von Gesundheit) beschrieben: Das Leben sei ein reißender Fluss und niemand gehe ruhig am Ufer entlang. Deshalb sei es die Aufgabe der Menschen, gute SchwimmerInnen zu werden, um angemessen mit Stromschnellen umgehen zu können.¹⁰ Niemand sei entweder nur gesund oder nur krank, weder sozial noch körperlich noch seelisch. Wir bewegen uns, so Antonovsky, zeitlebens auf einem Kontinuum zwischen Gesundheit und Krankheit, und die Einschätzung, was gesund und was krank ist, wird sehr individuell getroffen, ist aber immer auch gesellschaftlich bzw. medizinisch determiniert (Antonovsky 1997). Antonovsky plädiert dafür, sich die Entscheidung über die eigene Gesundheit zurückzuholen.

Die Beiträge, die das Playbacktheater für die Geflüchteten zum *Schwimmen lernen* leistet, lassen sich aus dem bisher Gesagten ableiten:

- Durch das Erzählen werden Realitäten von ZeugInnen gehört und gewürdigt.

¹⁰ Während die Pathogenese (die Lehre von der Entwicklung und Entstehung von Krankheit) Menschen vom Ufer aus aus dem reißenden Strom zu retten versuche (Antonovsky 1997).

- Selbstbewusstsein und Persönlichkeit werden entwickelt.
- Für belastendes Erleben wird eine erweiterte Sicht angeboten.
- Durch das Spiel werden neue Perspektiven angeboten, wodurch die eigene Geschichte in ein größeres Ganzes eingeordnet werden kann.
- Die ErzählerInnen werden zu AkteurInnen ihres Lebens, verabschieden sich aus der Opferrolle.
- Die ErzählerInnen erleben sich in einer sozialen Gemeinschaft und entwickeln Mut, sich zu zeigen.
- Das Nachfragen und Fokussieren des/der ModeratorIn fördert das Reflektieren des eigenen Erlebten.
- Die ErzählerInnen bekommen durch das Spiel neue Blickwinkel angeboten und können dadurch ihre Geschichte einordnen in ein größeres Ganzes
- Die ErzählerInnen leisten die ersten Schritte zum Entwickeln neuer Ideen.
- Trauerarbeit findet statt.
- Lachen und Humor werden erlebt und geteilt.

Das eigene Drama einordnen können, sich mit der Welt verbinden

Zum Abschluss möchte ich noch auf einen Aspekt hinweisen, der mir besonders wichtig erscheint, sowohl für Geflüchtete als auch für alle anderen Playbacktheater-TeilnehmerInnen: Das Erlebte und die damit verbundenen Gefühle sind erst einmal mein individuelles Erleben. Doch wenn ich es – Zeiten und Räume überspringend – einordnen kann in ein größeres Geschehen und mich wiedererkenne in dem Erleben und Fühlen anderer, dann verbindet es mich mit den anderen, mit der Geschichte, mit der Welt und festigt meine Position da, wo ich stehe.

Bei einem Auftritt in einer Kirchengemeinde spielten wir zum Thema "Flucht damals und heute". Es wurden Geschichten zu Flucht nach dem zweiten Weltkrieg, Flucht aus der DDR und aktuelle Fluchten von Jugendlichen aus Afghanistan und Iran erzählt. Die erzählten Geschichten waren zwar sehr unterschiedlich in ihren Ursachen und Verläufen, aber hatten doch etwas Gemeinsames durch die vermittelten Gefühle. Durch das Spielen auf der Bühne entstand ein dichtes Netz, ein gemeinsames Erleben im Publikum.

Literatur

- Antonovsky, A. (1997). *Zur Entmystifizierung der Gesundheit*. Tübingen: dgvt Verlag.
- Brecht, B. (2000). *Flüchtlingsgespräche*. Frankfurt: Suhrkamp
- Cyrułnik, B. (2014). *Rette Dich, das Leben ruft*. Berlin: Ullstein Verlag
- Enacting Dialogue*. Searching for peace through storytelling. HRG: Forum for Protection of Public Interest, Kathmandu und Berlin Center for Integrative Mediation, Berlin. 2017
- Grotowski, J. (1994). *Für ein armes Theater*. Berlin: Alexander Verlag
- Han-Broich, M. (2015). Ehrenamt und Migration. Präsentation für BBE (Bundesverband Bürgerschaftliches Engagement). Zugegriffen am 20.2.2015
- Kast, V. (2011). *Lebenskrisen werden Lebenschancen*. Freiburg: Verlag Herder
- Laloux, F. (2015). *Reinventing Organizations*. München: Verlag Franz Vahlen.
- Martens, J.-U. & Begus, B. (2016). *Das Geheimnis seelischer Kraft*. Stuttgart: Kohlhammer
- Refugio Bremen. *Von Kartoffeln und Aprikosen*. Arbeiten aus der Kunsttherapie mit Flüchtlingen. Bremen 2014
- Roming, A. (2016). Sieh's doch mal so! *Psychologie Heute, Heft 11/2016*. S. 19
- Salas, J. (1999). Musik im Playbacktheater. *Zeitschrift Musiktherapeutische Umschau*. 3/99. Band 20, 266-274
- Schüle, C. (2011). Im Bann der Erinnerung. *Die Zeit*, 8.2.2011
- Stephens, S. (2017). *Süddeutsche Zeitung*, 13.7.2017
- Thimm, K. (2019). Die Kraft in mir. *Spiegel, Heft 11/2019*. S. 43-51

- Wendlandt, W. Heilsame Kräfte der Improvisation. *Vortrag 12.12.2018 in Aarau/Schweiz* (nicht veröffentlicht)
- Witte, K. (2018). *Versteh mich nicht zu schnell – achtsames Arbeiten mit geflüchteten Menschen*. Wiesbaden: Springer
- Witte, K. (2014). Wenn der Wind der Veränderung weht ... Playbacktheater als Unterstützung von Veränderungsprozessen. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie, Heft 2/2014*, S. 323-342

Weiterführende Literatur

Zandwijk, A. (2019). *Mütter. Programmheft der Inszenierung am Goethe theater Bremen*.

Witte, Katharina, Praxis für Supervision (DGSv), Weiterbildung, Organisationsberatung. Ich bin überzeugte Psychodramatikerin und leidenschaftliche Spielerin und Vermittlerin von Playbacktheater. Ich leite das Playbacktheater Bremen, das seit 21 Jahren zu aktuellen Themen öffentlich auftritt und auf Tagungen, in Unternehmen und sozialen Einrichtungen zum Gelingen von Veranstaltungen beiträgt.

Witte, K.
Fehrfeld 10
28203 Bremen
witte@fehrfeld.de