

Der Seele ein Zuhause

Foufouway, das heißt so viel wie „**kleiner verrückter Weg.**“
Ein Bericht über das was Theater in der Psychiatrie bewirken kann.

„Meine Seele findet wieder Ihr zu Hause, ihren Platz im Leben.“ „Humor, es ist der Humor der verbindet. Das ist das einzig ansteckende an diesen Erkrankungen. Es ist die Kunst zu lachen und es wird viel und laut gelacht bei uns.“

TEXT: REGINE BRÉE · FOTOS: EBS

Seit 5 Jahren leitet Regine Brée die Theatergruppe im Sozial-Psychiatrischen Zentrum Ehrenfeld. Wöchentlich finden dort Proben statt. Die Teilnehmer? Keine vor Lebensfreude strotzenden Theater-Enthusiasten, im Gegenteil: Menschen mit Depressionen, Angst-Neurosen und Psychosen. Ihnen allen fällt es schwer immer wieder schwer Dinge zu stemmen, den Alltag zu gestalten. Das Leben an sich ist für sie schon ein unglaublicher Kraftakt, die immense Gedankenfülle führt zu Konzentrationsstörungen, sie lähmt regelrecht. Ängste, Beklemmungen, Trauer oder Ruhelosigkeit beschweren die Tage. Die Körper fühlen sich bleiern an.

Auf unsere Frage, was Theater für die Menschen hier im SPZ bedeutet, ließ Regine Brée kurzerhand die Teilnehmer selbst zu Worte kommen. Die Antworten waren erstaunlich: „**Theater heißt für mich, eine Aufgabe zu haben, einen Sinn zu spüren. Das tut gerade in schweren Zeiten gut und gibt mir Sicherheit.**“ / „**Ich kann mich lösen und entspannen und sogar Leistung zeigen, auch gegenüber der Gesellschaft. Darauf bin ich stolz.**“ / „**Ich brauche viel Zeit um Texte zu lernen, und ich bekomme hier keinen Druck.**“ / „**Kopf abstellen, ja das tut so gut.**“ / „**Ich habe mehr Selbstvertrauen und fühle mich sicherer und souverän.**“ / „**Ich kann ich selbst sein. Und muss mich nicht verstellen oder verstecken.**“ / „**Ich habe eine posttraumatische Störung und kann keine Emotionen zeigen, im Theater schaffe ich das. Es macht mich sehr froh, mich zu spüren.**“ / „**Ich traue mir mehr zu.**“ / „**Theater ist wie eine seelische Kur, hier lerne ich meiner Seelen wieder Platz und Raum zu geben.**“

Und plötzlich sind sie nicht mehr gelähmt und träge. Plötzlich sind es nicht einfach nur von der Gesellschaft abgestellte Men-

schen mit seelischen Störungen. Menschen mit großartigen Ideen, umfassenden Theorien über den Kosmos, Humanität, Politik oder Gesellschaft. Mathematische Erklärungen der Geschehnisse im Allgemeinen reichen einer unfassbaren Gedankenfülle die Hände. Unglaublich spannende Diskussionen entstehen. Das alles findet nicht in einem Kongresssaal in Straßburg oder Brüssel statt, sondern im schlichten Raucherraum der geschützten Station der Uni Klinik Köln. Das klingt vielleicht ein wenig kitschig oder pathetisch, aber es ist wahr. Wahr ist aber auch, dass es dann wieder Tage gibt, an denen einfach nur die Stille den Raum füllt, als wäre der Kopf-Kosmos leergefegt.

Sarah, die Tochter der Theaterpädagogin leidet seit ihrem 18. Lebensjahr an einer paranoiden, halluzinativen Psychose im schizophrenen Formenkreis, wie es sachlich in der Fachsprache heißt. Sarah selbst umschreibt ihre Situation „Die Sommer im grauen Raum. Die Luft steht vor der Tür, mit Freunden und Familie. Entfernte Worte. Sie teilen sich das Licht, möchten nicht einsehen. Die Gewohnheiten, die Ideen vom Leben, Studium, der Liebe blieben im Vergangenen, die Zukunft lässt auf sich warten. Warten, warten. Die neue Welt ist kleiner, überschaubar. Zusammenhalt, Ehrlichkeit, Bescheidenheit sind

die inneren Bewegungen, die Halt und Raum geben.“

Regine Brée berichtet weiter: „Meiner Tochter bleibt oft nur der Humor. Uns allen bleibt der Humor.“ Paul Watzlawick: „Diagnosen brauchen wir nur für die Krankenkassen, ansonsten engen sie die Wahrnehmung ein und es wird nur noch auf die Defizite gesehen.“

Mir wurde einmal von einem Fachmann gesagt: „Theater ist gut, du arbeitest ja auch



nicht defizitär.“ Nun, warum sollte ich auch? Als betroffene Mutter und gleichzeitig freischaffende Theater- und Zirkuspädagogin liegt es nahe, dass ich meine Idee von einer Theatergruppe im SPZ vorstellte. Das Konzept wurde positiv angenommen, mit der Einschränkung, dass es wahrscheinlich nicht möglich wäre, eine kontinuierliche Probe zu etablieren. Ein Versuch war es wert und die Räume wurden uns gerne zur Verfügung gestellt, als auch Gespräche, bei Bedarf. Die Offenheit war ein klares Signal und jetzt sind es mittlerweile 5 Jahre.

„Ich bin frei,
auch Fehler zu machen,
und es ist o.k für mich.“

geben...



Theaterstücken für angedachte Auftritte. Text, Improvisationen, Kontakt Impro, Choreographien und Stimmtraining nutzen wir zur Gestaltung. So reicht unser Repertoire von Becket, Büchner, Loriot, Champell, Shakespeare, bis zu eigenen Theatertexten und Szenen.

Im Grunde verwirklichen wir nichts Geringeres als Achtsamkeit und Respekt.

Regine führt weiter aus: **Nach einem Auftritt wurden wir anschließend zaghaft gefragt, wer denn von den Spielern überhaupt erkrankt sei? Niemand hatte das Gefühl, es hier mit Psychiatrie Erfahrenen Menschen zu tun zu haben. Ich liebe es mit der Gruppe zu arbeiten, denn auch ich bin vom Druck befreit. Nur so, mit diesem Freiraum kann eine Arbeit möglich sein.** Die wohltuende Langsamkeit lässt Raum für die Zeit der Entwicklung von Worten und Bewegungen. Ich habe selbst weder Druck innerhalb der Gruppe, noch von den Förderern. Das ist im Grunde die Voraussetzung für eine gesunde Entwicklung und heilende Kraft. So ist Leistung ein individueller Prozess und die Motivation geht vom eigenen Willen aus. Im Grunde verwirklichen wir nichts Geringeres als Achtsamkeit und Respekt. Ein schönes und wunderbares Ziel. Theater kann wahrscheinlich nicht die Welt verändern, aber vielleicht die Seelen der Menschen öffnen...

Förderer waren die „Aktion Mensch“ und die Kämpgen Stiftung. Die Eckhard Busch Stiftung ermöglicht uns eine fortlaufende Arbeit. **Frau Busch besucht unsere Auftritte und jedes Mal ist die Aufregung genauso groß wie der Stolz. Da können wir nur immer wieder DANKE sagen.**

Wir wollten wissen, wie denn konkret eine Theaterstunde im SPZ abläuft. Regine gewährt uns Einblicke. Wir beginnen mit der Befindlichkeitsrunde, so wie wir es nennen. Schwere, Angst,

Trauer, gut, so ist es jetzt. Wir bewegen uns, die Musik erreicht alle direkt. Unmerklich endet das Gedankenkarussell, die Bewegungen werden rund, ausgelassen, Entspannung, Ruhe. Von einem zum anderen Moment sind alle aufgeweckt, die Gesichter entspannen, die Stimme klingt. Ich nehme gerne Themen der Anfangsrunde auf. Nein sagen, sich Raum nehmen, der Wut eine Stimme geben, der Zartheit eine Bühne des Staunens. Das Theaterspiel steht im Vordergrund, das hat eine befreiende Wirkung. Wir arbeiten an

Tätig sein, also in Freiheit gut denken und handeln, so wie es dem eigenen Wesen entspricht. Die Freude geistiger Beglückung. Platon ●

Weitere Informationen über die Theatergruppe + Projekte unter **PURPUR-KULTUR.EV CINEPHILES KÖLN**

Ein Projekt in Förderung der Eckhard Busch Stiftung, Lindenallee 24, 50968 Köln, www.eckhard-busch-stiftung.de