

»Wir sind eine Gruppe, die viel lacht«

Die kunsttherapeutische Männergruppe im Therapiezentrum für Folteropfer

Von **Renée Bertrams**

Das Therapiezentrum für Folteropfer in Köln (TZFO), getragen vom Caritasverband, hilft seit über 20 Jahren Menschen, die sich aus Kriegs- und Krisengebieten nach Deutschland retten konnten und nun ohne festen Aufenthaltsstatus in einem Wartestand mit ungewissem Ausgang verharren.

Die meisten von ihnen haben unausdenkbare Schrecken und eine gefährliche Flucht überlebt. Auch die Umstände ihres Exils gestalten sich schwierig. In der Folge leiden sie zumeist unter den vielfältigen körperlichen und seelischen Symptomen, die für eine posttraumatische Belastungsstörung typisch sind, wie Schmerzen, Muskelverspannungen, Übererregbarkeit oder im Gegenteil Gefühlstauheit, Nervosität, Niedergeschlagenheit, Hoffnungslosigkeit, Passivität, Ängsten, überwältigenden Erinnerungen, Schlafstörungen, auch Bluthochdruck, Diabetes und gynäkologischen Erkrankungen. Wenn diese Menschen keine Hilfe erfahren würden, wüchse die Gefahr einer Chronifizierung und zugleich die der Weitergabe ihres Traumas an die nächsten Generationen.

Das Ziel: innere Stabilität

Die Beratung und Behandlung im Therapiezentrum konzentriert sich zuallererst darauf, den Flüchtlingen dabei zu helfen, trotz ihrer äußerlich instabilen Umstände zu mehr innerer Stabilität zu finden. Dabei arbeiten Sozialarbeiter und Therapeuten ausgehend von einer Zusammenschau der sozialen, medizinischen und psychologischen Aspekte Hand in Hand.

Kunsttherapeutische Gruppen mit unterschiedlichen Settings haben einen hohen Stellenwert. Ihre stabilisierenden Methoden bieten sich zur Traumatherapie an. So können z. B. Erinnerungen an das Traumageschehen bildnerisch-symbolisch auf Distanz gehalten werden, ohne sie verleugnen zu müssen. Es darf aber auch im Malen einfach Ablenkung gesucht werden, auch nährenden Erfahrungen von Gehaltensein, Gelingen, Freude, Kontakt und Austausch dienen der Stärkung von Menschen, denen die Gewalterfahrung den

Boden unter den Füßen buchstäblich weggezogen hat.

Angebot für Männer

Eine der kunsttherapeutischen Gruppen ist die Männergruppe, das einzige Angebot im TZFO, das sich ausschließlich an Männer richtet. Ihre etwa fünf bis sieben Teilnehmer stammen aus Osteuropa, Afrika, Asien und dem Nahen Osten. Die Unterschiede, aber auch die Gemeinsamkeiten von Herkunft, Kultur, Alter, Biografie und heutiger Situation zeigen sich in den künstlerischen Gestaltungen und werden konstruktiv aufgegriffen. Neben künstlerischem Arbeiten sind Gespräche und gesellige Aktivitäten wesentliche Bestandteile des Settings. Jens Hölmer, Heilpädagoge, Kunsttherapeut und Künstler, leitet die Gruppe auf der Grundlage eines Konzepts der »Zwischenräume«, das er in Anlehnung an Winnicott und Foucault für die Kunsttherapie abgewandelt hat. Gesprächsraum, Aktivitätsraum, Imaginationsraum, Kreativitätsraum, Bewegungsraum, Rückzugsraum, geschützter Raum, Raum der Ruhe nennt er Elemente seiner Methodik, die allesamt dem Wachstum von Selbstwirksamkeit, Zufriedenheit und Beweglichkeit dienen. Gegen die Gefahr bleibender (Schreck-)Starre wird die Entfaltung der eigenen Möglichkeiten in einer haltgebenden Umgebung gefördert.

»Wenn ich Blaulicht sehe, bekomme ich Angst«

Herr Ananth (Name geändert), Anfang 20, ist als Jugendlicher aus Asien geflohen. Er lebt eine Stunde von Köln entfernt bei einem Onkel. Weil die Nachfrage die Kapazitäten des Zentrums bei Weitem übersteigt, hat er einige Monate auf einen Platz in der Männergruppe warten müssen, nachdem sein Hausarzt ihn wegen Schlafstörungen an das Therapiezentrum überwiesen hatte.

Herr Ananth erzählt: »Ich bin es nicht gewöhnt, mit vielen Menschen zusammen zu sein, ich gehe nicht viel raus, das fange ich jetzt erst an. Anfangs hat mich

mein Onkel immer herbringen müssen, weil ich Angst hatte. Aber er muss arbeiten und kann mich nicht überall hin begleiten. Also sagt er, versuch es alleine. Und am ersten Tag, als ich allein herkomme, sehe ich hier ein Polizeiauto. Seit meinen Erfahrungen in meiner Heimat habe ich panische Angst vor der Polizei. Deshalb bin ich bei diesem Anblick schnell in eine andere Straße abgelenkt. Und dann habe ich nicht wieder zurückgefunden und bin eine Stunde lang herumgeirrt. Nächstes Mal hat mein Onkel nachgegeben und mich mit dem Auto hergefahren unter der Bedingung, dass ich es danach wieder alleine versuche. Und das habe ich auch getan. Immer noch, wenn ich Blaulicht sehe, gerate ich in Angst, aber nicht mehr in Panik.«

»Ich brauchte so dringend etwas«

Herr Luma (Name geändert), Mitte 30, aus Südosteuropa stammend, sprach so gut wie kein Wort Deutsch, als er in einer »sehr schlechten Phase«, wie er sagt, im Krankenhaus lag. Von dort aus wurde die Verbindung zum Zentrum aufgenommen und schon nach drei oder vier Monaten kam er in die Männergruppe. »Ich hatte keine Ahnung, was für eine Gruppe das ist, aber ich hatte eine Hoffnung. Ich brauchte so dringend etwas. Ich hab mir gedacht, es ist besser, wenn du jemanden hast, mit dem du sprechen kannst, das tut vielleicht gut, dann fühlst du dich vielleicht besser.«

Die Gemeinschaft tut gut

»Jeder hier ist in einer anderen Lage, hat eine andere Meinung, andere Gewohnheiten. Wenn sich unsere Meinungen im Lauf des Gesprächs annähern oder an einem Punkt treffen, dann ist das Thema durch, dann fangen wir eine neue Diskussion an«, sagt Herr Ananth.

»Es tut gut, die Probleme der anderen zu hören. Dann merkst du, dass du nicht allein bist mit deinen Krankheiten und all den Schwierigkeiten«, ergänzt Herr Luma. »Wenn man allein zu Hause ist, kommen sehr schlimme Gedanken. Wenn wir hier zusammen sind, können wir reden und ein bißchen Spaß haben und all die schlimmen Dinge, die wir erlebt haben, vergessen.«

»Wenn ich hier hereinkomme«, sagt Herr Ananth, »dann bin ich mit meinen Gedanken ganz hier. Wenn ich abends nach Hause komme und ins Bett gehe, oder wenn ich unter Stress stehe, dann kommt alles wieder hoch. Aber wenn ich hier he-

reinkomme, dann vergesse ich alles. Allein mache ich mich total verrückt. Dann bin ich katastrophisch, dann denke ich, es ist irgendwas Schlimmes passiert oder ich muss sofort etwas unternehmen. Dann vergrabe ich mich in meinem Zimmer und spreche mit niemandem und wenn jemand mich ruft und sagt, ich soll aufstehen oder ich soll reden dann sage ich Nein, ich will nicht. Dann muss ich erst von der inneren Erregung herunterkommen, bevor ich wieder mit jemandem sprechen kann. Ich kann in der Gruppe nicht über meine Person sprechen. Ich wollte das eigentlich, aber es klappt nicht. Ich denke mir, ich hab zwei Gesichter: ich rede mit jemandem normal, aber mein Herz ist immer unter Druck, ich stehe immer unter Druck.«

Die ganz schwierigen persönlichen Themen tauchen tatsächlich selten in den Gruppenstunden auf. Auch Herr Luma bestätigt, dass er das, was er erlebt hat, nur noch vergessen möchte. Anders sei es mit dem Thema Krankheit: sich darüber auszutauschen, schaffe Erleichterung. Die Männer begegnen einander in der Gruppe fürsorglich und tröstend, aber sie diskutieren auch durchaus kontrovers politische, soziale und kulturelle Themen.

Auch Kochen ist Kunst

Den verschiedenen Kulturen nähert sich die Gruppe auch auf sinnliche Weise an: durch kochen, essen und auch durch feiern und tanzen. Das reichliche Lob, das sie von Gästen aus anderen Kunsttherapiegruppen für ihre Kochkünste erhalten, streichen sie selbstbewusst ein. Ob sie nicht gemeinsam ein Restaurant aufmachen wollen? Jedenfalls »MG, für Männergruppe«, dürfte es nicht heißen, meint Herr Ananth lachend.

Bilder aus ein paar Tropfen Kaffee

Herr Ananth und Herr Luma zeigen mir die Bilder der letzten Monate. Es fällt auf, dass es sich häufig um Gruppengestaltungen handelt und, dass sie oft mit dem Zufall spielen. Mal beginnt ein Teilnehmer mit einem Schnörkel oder einer Figur, die dann weitergereicht und ergänzt und verändert wird. Ein anderes Mal wird ein großes Blatt in Teile zerrissen, die verteilt und gestaltet werden. Zum Schluss werden die Teile wie ein Puzzle wieder zu

einem Gesamtbild zusammengefügt und ein gemeinsamer Titel gesucht. Oder ein paar Tropfen Kaffee werden über einem Blatt verschüttet und dann zum Bildanlass genommen. »Wenn vier, fünf Leute zusammen ein Bild malen, dann sieht man: Jeder von uns hat eine eigene Meinung, eine eigene Kultur, eigene Gewohnheiten. Wenn ich anfangen, male ich zum Beispiel einfach einen Kreis. Und der Nächste denkt: Aha, das ist ein Teller und zeichnet einen Innenkreis. Aber der

genommen werden können. Die Teilnehmer haben Gelegenheit darüber zu reflektieren, sie können ihre Gedanken mit den anderen in der Runde teilen, aber sie müssen das nicht. Manches wird vielleicht eher in die nächste Einzeltherapie-sitzung einfließen.

Herr Luma berichtet über das Zustandekommen eines Bildes: »Das war mit Kaffee, da habe ich Linien drin gesehen und hineingezeichnet, und dann ist mir eingefallen, dass das lauter Peace-Zeichen sein



Café Moularuge (Moulinrouge)

Nächste denkt: Das ist ein Gesicht und malt Augen, Mund und Nase hinein. Es kommt immer darauf an. Wenn der eine anfängt, dann malt er direkt einen Kopf und wenn der andere anfängt, dann malt er direkt einen Teller mit Essen. Das ist manchmal ziemlich lustig.«

Drängende Themen

Das Spiel mit dem Zufall bietet einen unaufdringlichen Gestaltungsanstoß. Bedeutung legen allein die Künstler in eine solche zufällige Spur, indem sie damit weiterarbeiten. Welche Assoziationen auch immer solch ein Klecks auf dem Blatt vor ihnen auslöst, es heißt ihnen zu folgen und sie sichtbar – nicht unbedingt für andere lesbar – zu machen. Regelmäßig sind es die akut drängenden Themen, die einfließen und in ihrer emotionalen Qualität oder ihrer Dringlichkeit bewusst wahr-

könnten. Da habe ich überlegt: Wenn auf der ganzen Welt Frieden herrschen würde, ginge die Sonne auf. Sonnenschein lieben alle, deshalb habe ich Sonnen hineingemalt.«

Viel Gelächter entzündet sich an der Telfindung, vor allem bei Gemeinschaftsbildern. Die Teilnehmer erzählen einander, was sie sich bei ihrer Gestaltung gedacht haben und suchen dann einen gemeinsamen Nenner. Das ergibt reihum kleine Geschichten und einen manchmal skurrilen Titel.

Wie die Bilder entstehen

Zum Beispiel »Café Moularuge (Moulinrouge)«, ein Gemeinschaftsbild.

Es ist Stück für Stück entstanden, einer fing an und reihum wurde verändert und ergänzt. Zuerst war da ein elektrischer Stuhl mit einer menschlichen Figur, Stromka-

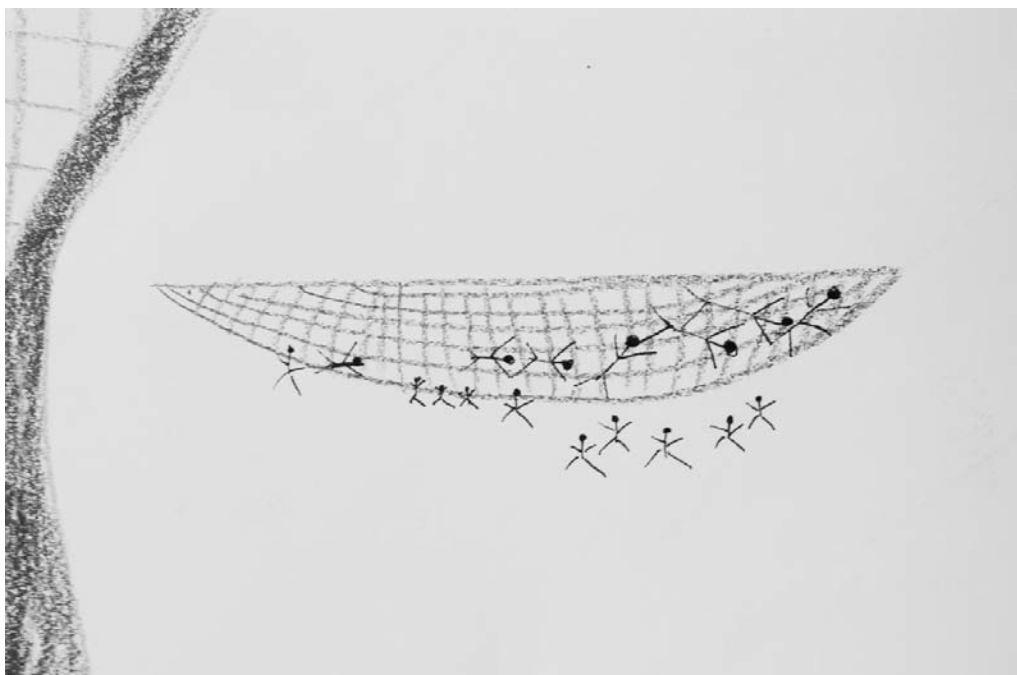
beln, einem Helm. Und nach und nach, von Person zu Person, wurden aus den Kabeln Frauenhaare und Schmuckbänder, aus dem Helm ein Hut, die Figur bekam Brüste und einen Spiegel in die Hand. Im Gesicht hat sich allerdings eine deutliche Narbe erhalten. Herr Ananth erzählt: »Anfangs standen da zwei Striche und ich habe gedacht, die schließe ich. Dann hat der Nächste gedacht, das ist ein Stuhl, und der dritte meint, da kann man doch jemanden sitzen lassen. Und währenddessen la-

sen, weil die jungen einfach sitzen bleiben. In meiner Heimat kann man das nicht machen, das bin ich nicht gewöhnt, dort hat man Respekt vor den Älteren. Man bietet selbstverständlich seinen Platz an. Wir siezen unsere Großeltern und unsere Eltern. Damit zeigen wir ihnen unseren Respekt. In Deutschland ist das anders.« Herr Luma stimmt ihm zu: »Wenn in meiner Heimat ein Junge in so einer Situation einfach sitzen bleibt, dann gucken ihn alle anderen

mich daran erinnere, warum ich nach Deutschland gekommen bin, dann fühle ich mich wie tot. Aber dann denke ich, es ist vorbei, ich muss hier nicht kämpfen, das ist vorbei. Ich habe keine Angst vor dem Tod. Wenn man mich zurückschickt, will ich sterben, ich werde niemals mehr dorthin zurückkehren.«

Es ist also viel Traurigkeit in der Gruppe versammelt, obwohl man es den Teilnehmern nicht immer anmerkt. Herr Ananth zum Beispiel scheint insgesamt integriert und nahezu glücklich. Er hat es geschafft, einen Schulabschluss und mit tätiger Hilfe des Gruppenleiters einen Praktikums- und schließlich einen Ausbildungsplatz zu bekommen. Jetzt geht er zur Berufsfachschule. »Aber«, merkt er an, »ich muss viel kämpfen, damit das alles klappt. Meine Mitschüler sprechen manchmal sehr abfällig über ihre Eltern. Sie sagen dann »Meine Mutter verbietet mir das und das – ich hasse sie!«. Aber ich vermisse meine Mutter. Ich lebe hier bei einem Verwandten, der ist nett. Aber nur die Mutter ist Mutter und der Vater ist Vater.«

Die Wunderlampe und die andere Seite



chen wir viel, weil jeder etwas anderes im Kopf hat. Man kann auch aussetzen, wenn einem mal gar nichts mehr einfällt. Wir haben hier wirklich Freiheit auch in anderen Dingen. Das finde ich sehr sehr gut.«

Sehnsucht

Ein anderes Bild: Man sieht quer über einen Fluss zum anderen Ufer. Der Zeichner erläutert, dass man immer sehnsüchtig nach der anderen Seite gucke oder auch nach der Zukunft – wie wird es dort aussehen, wie wird es da weitergehen? Er selbst hat erfahren, dass ein Fluss eine unüberwindliche Grenze sein kann, ohne Fährschiffe und Brücken. Jemand hat eine Wunderlampe dazu gemalt und alles zusammen heißt »Die Wunderlampe und die andere Seite«.

Ärger

»Hier«, sagt Herr Ananth, »habe ich etwas dargestellt, was mich schon viele Male geärgert hat, wenn ich an der Haltestelle auf die Bahn warte. Dass nämlich in Deutschland alte Leute stehen müs-

Fahrgäste missbilligend an, bis er seinen Platz räumt.«

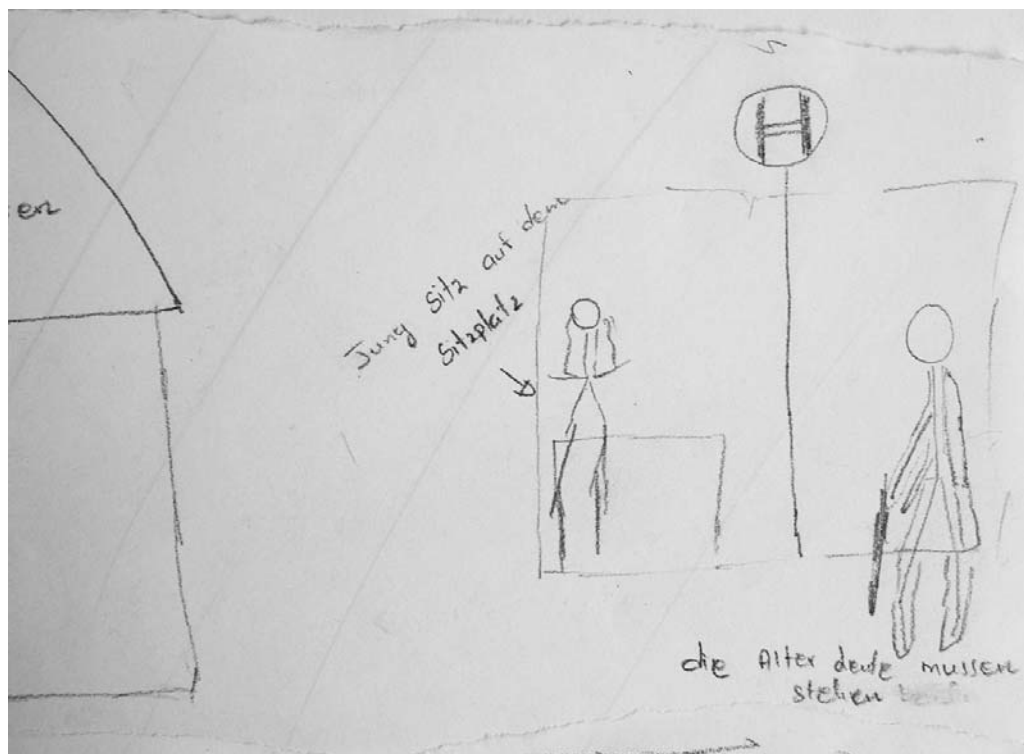
Schmerz und Trauer sind gegenwärtig

»Ein Mann, ein Weg und kein Ziel. Das ist mein Bild. Der Mann weiß nicht, wohin er gehen soll«, sagt Herr Luma. In dieser Sitzung hatte Jens Hölmer an alle Teilnehmer Begriffe verteilt, die dann dargestellt und hinterher von der Gruppe erkannt oder erraten werden sollten. Die Fülle an Gesprächsstoff, die sich daraus ergab, konnte kaum bewältigt werden. Es ist oft nicht einfach für die Teilnehmer, sich so lange zu konzentrieren. »Manchmal sehe ich, wie jemand, der seinen Schmerz sehr stark empfindet, mit der Zeit kämpft«, sagt Herr Ananth. Und dann wieder sind alle überrascht, wie schnell die Zeit verfliegen ist.

Was sind das für Schmerzen? Sind es körperliche oder seelische? »Beides«, sagt Herr Ananth, »es kommt darauf an, was man erlebt hat. Meine Knie tun immer noch weh. Aber die seelischen Schmerzen gibt es auch. Wenn ich traurig bin, ist das ein Gefühl wie Kopfschmerzen. Wenn ich

Tabuthemen gibt es nicht

Gespräche über die verschiedenen Religionen oder auch über Ereignisse wie den Tsunami oder die Verhandlungen um den Status des Kosovo ergeben sich auch. Jens Hölmer bringt ab und zu Tagesereignisse in die Sitzung ein, und weil die Gruppe im Laufe der Jahre offen miteinander umgehen gelernt hat, wird für ihn schnell spürbar, ob ein Thema tatsächlich diskutiert werden kann oder nicht. »Letztendlich muss jeder Einzelne und auch ich selbst abwägen, ob wir dabei bleiben und uns intensiver damit auseinandersetzen. Es gibt jedenfalls keine Tabus. Was einen beschäftigt, ist auch für die anderen relevant.« Herr Ananth ergänzt: »Über Probleme in meinem Herkunftsland spreche ich lieber in der Einzeltherapie. Auch über die Sorgen, die ich mir über meine Zukunft mache. Was passiert, wenn ich meine Ausbildung fertig habe? Ich habe keine Aufenthaltsgenehmigung. Wenn hier in der Gruppe jemand fragt, kann ich zwar Antwort geben, aber dann laufe ich Gefahr, dass ich doch wieder traurig werde und die Erinnerung hochkommt. Das möchte ich nicht immer wieder und wieder haben. Dann male ich lieber und vergesse. Wir sind eine Gruppe, die eher viel lacht und Freude hat an den Sachen, die wir machen.«



In der Gruppe Deutsch gelernt

Die Zeit in der Gruppe hat sie verändert. Herr Luma hatte anfangs massive Sprachprobleme. Den Deutschkurs, den er kurz nach seiner Flucht begonnen hatte, musste er nach vier Wochen abbrechen, ohne etwas gelernt zu haben. Er war schlicht zu krank. »Als er in die Gruppe

kam, hat er ganze Stunden lang nichts gesagt und war sehr in sich gekehrt«, erzählt Jens Hölmer, »und ich wusste nie: langweilt der sich oder versteht er einfach nichts? Stellen Sie sich mal vor, Herr Luma, ich hätte Sie damals gebeten, bei einem Interview mitzumachen. Sie hätten mir doch einen Vogel gezeigt!«

»Ja, ja. Das stimmt. Ich wollte immer Deutsch lernen, aber allein kann man nur Vokabeln lernen. Erst wenn man mit Leuten Kontakt hat, lernt man auch sprechen. Als ich hierher gekommen bin, habe ich viele Wörter gehört und viel gelernt. Ich wusste vorher ein bisschen, aber ich war nie sicher. Hier haben alle die ganze Zeit geredet, jeder mit jedem und alle in gebrochenem Deutsch, und dann fiel mir etwas zum Thema ein, und ich wollte auch etwas dazu sagen, und dann habe ich nach den Worten gesucht und gefragt, wie heißt dies und wie kann man jenes sagen. Ja, man kann feststellen, ich habe gut gelernt in der kurzen Zeit und ohne Deutschkurs. Es ist immer noch nicht so gut, wie ich es haben will, aber ich kann jetzt mit den Leuten Kontakt aufnehmen. Das finde ich erstaunlich. Das hat etwas damit zu tun, wie wohl man sich fühlt.«

»Hier kann man Deutsch lernen, weil niemand einen auslacht, wenn man etwas falsch macht«, ergänzt Herr Ananth. »In der Schule ist das anders. Wenn nur einer lachen würde, das wäre ja kein Problem. Aber sie lachen alle, und das nervt. Ein türkischstämmiger Lehrer hat mir den Tipp gegeben, sie zu fragen, ob sie denn auch meine Sprache können. Natürlich

kann niemand meine Sprache. Das fängt schon damit an, dass meine Sprache 142 Buchstaben kennt. Das haben wir auch mal in der Männergruppe gemacht: wir haben uns über die Sprachen ausgetauscht und über die Verschiedenheit der Kalender. Unserer beginnt mit dem April.«

Zukunftspläne und Träume

Herr Ananth und Herr Luma betonten ihre große Dankbarkeit für alles, was im Therapiezentrum für sie getan wurde.

Für die Zukunft erhofft sich Herr Ananth, dass er seine Ausbildung erfolgreich beenden und eine Stelle finden kann. Seine Schlafstörungen haben sich gebessert, und er gerät nicht mehr so leicht in eine Übererregung. Er hat ein ganzes Stück

Arbeitsfähigkeit wiedergewonnen. Herr Luma versucht eine kleine, billige Wohnung für sich zu finden, die das Sozialamt ihm genehmigt hat weil der Aufenthalt im Wohnheim ihm schadet. Fast noch wichtiger ist es ihm, dass sein Antrag auf Arbeitserlaubnis Erfolg haben möge. Seine Therapeutin glaubt, dass es ihn stabilisieren werde, wenn er wenigstens zwei, drei Stunden am Tag arbeitet. Mehr erlaubt sein Gesundheitszustand bisher nicht. Einen Job in einer Reinigungsfirma hat er schon in Aussicht. Dann wird vielleicht auch die Wohnungssuche Erfolg haben. Herr Luma hat gemerkt, dass viele Vermieter abwinken, wenn sie hören, dass das Sozialamt zahlen soll.

»Ich habe drei Jahre um eine Arbeitserlaubnis gekämpft«, wirft Herr Ananth ein.

»Oh, drei Jahre!«, seufzt Herr Luma, »und ich werde jetzt schon ungeduldig, nach fünf Monaten.«

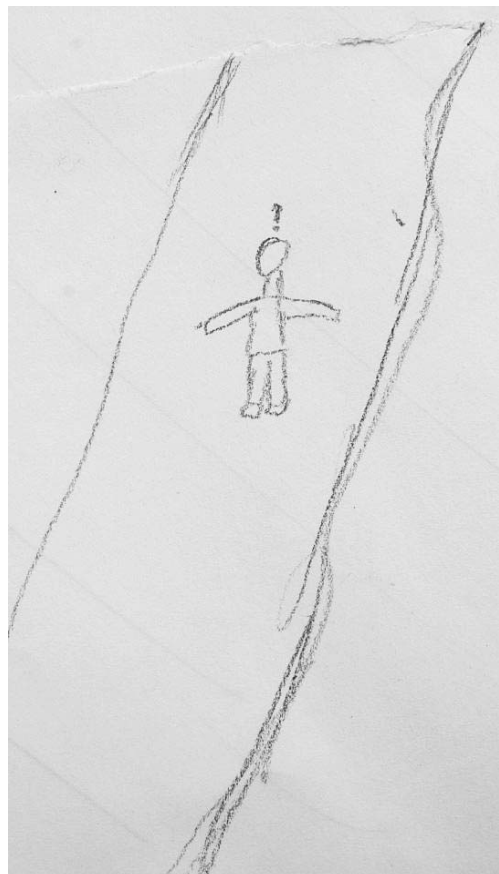
»Inzwischen ist es besser geworden«, sagt Herr Ananth, »jetzt brauchst du einen Arbeitgeber, der sagt, ich will den, und dann kannst du die Erlaubnis kriegen.«

»Man müsste eine Firma gründen mit den Flüchtlingen«, sagt Jens Hölmer, »und der Öffentlichkeit zeigen, wie gut das mit ein bisschen gutem Willen laufen kann.«

■■■

Weitere Informationen in der Veröffentlichung des TZFO: Behr, Ulrich; Bertrams, Renée; Hölmer, Jens; Weber, Sabine: Immer weiß sein – Kunsttherapie im Therapiezentrum für Folteropfer. Köln: 2007.

Renée Bertrams arbeitet als Kunsttherapeutin im Therapiezentrum für Folteropfer in Köln.



Ein Mann, ein Weg