

Der Wunsch nach künstlerischem Selbstausdruck ist dem Menschen seit Urzeiten eigen. In Bildern, Musik, Theater und Tanz schafft er Welten, die die Realität nicht nur abbilden, sondern die Grenzen des Alltags transzendieren: Seine innere Vorstellungskraft und sein Gestaltungswillen machen den Menschen zum Schöpfer seiner eigenen Welt, in der er sich in seiner Individualität und Einmaligkeit erfährt. Das Theater bietet eine ideale Möglichkeit hierfür. Von Kerstin Maria Pöhler.



# Schicksals-Theater

Im Alter kreativ mit der eigenen Lebenserfahrung umgehen

**Der Mensch als Schöpfer.** Jeder Mensch ist ein Künstler, behauptete Joseph Beuys und meinte damit, dass in jedem Menschen kreatives Potential angelegt ist. Nicht jeder ist ein Michelangelo, aber jeder kann mit seiner Phantasie etwas Eigenes schaffen, in dem sein Selbst zum Ausdruck kommt. Kunst wird in diesem Verständnis zu einem Medium der schöpferischen Authentizität eines jeden, sie öffnet sich der Allgemeinheit und lädt jeden ein, daran teilzuhaben. In Ausnahmefällen bahnt sich der künstlerische Ausdruckswille wie selbstverständlich seinen Weg, doch bei den meisten Menschen verkümmert dieses Potential: je erwachsener wir werden, desto mehr geben wir unsere inneren Phantasiewelten auf und passen unseren Geist den äußeren Vorgaben an: kognitive Fähigkeiten rücken in den Vordergrund, für Phantasie und Kreativität um ihrer selbst willen bleibt kein Freiraum mehr.

Der Einbruch kommt erst später, meist wenn der Arbeitskontext und damit die äußere Bestätigung wegfallen. Viele wissen nichts mehr mit sich anzufangen, kommen sich nutzlos und vom Leben abgeschnitten vor. Dabei wissen sie nicht um das Potential, das in ihnen schlummert: ihre Lebenserfahrung und ihre Kreativität.

## Das eigene Leben auf die Bühne bringen

Wir alle sehnen uns nach Intensität in unserem Leben, sei es in außergewöhnlichen Erlebnissen, sei es in intensiven Begegnungen und Beziehungen. Eine ideale Möglichkeit, das emotionale Spektrum menschlicher Empfindungen zu erleben und auszudrücken, bietet das Theater. Hier werden Geschichten erzählt, die den Menschen mit den Urkonstanten seines Seins konfrontieren: Liebe, Eros, Macht und Tod. Jedes Shakespeare-Drama führt uns das vor Augen. Doch das Leben schreibt mindestens so eindrucksvolle Geschichten. Es lohnt sich, sie auf die Bühne zu bringen, vor allem mit denen, die sie am eigenen Leib erfahren haben. Gerade die Generation, die noch den Krieg erlebt hat, weiß von menschlichen Ausnahmezuständen zu berichten. Mit Unterstützung durch eine professionelle Regie kann gerade mit Menschen, die zum ersten Mal auf einer Bühne stehen, ein beeindruckender Theaterabend entstehen, der auch jüngere Generationen bewegt. Rolle und Identität sind eins, sie „spielen“ nichts vor, da das Stück ihre Lebenserfahrung zum Ausdruck bringt.

Solche Theaterprojekte veranstaltet regelmäßig die Comedia in Köln: So brachte zum Beispiel das Stück „Dahinter“ die Erinnerungen der damaligen Kriegskinder auf die Bühne. Dieser Theaterabend mit neun sehr unterschiedlichen Persönlichkeiten der Jahrgänge 1928 bis 1943 kreiste um die Themen Krieg und Vertreibung, Nachkriegszeit und Wirtschaftswunder und die Gegenwärtigkeit des Vergangenen in ihrem heutigen Leben – schon als Kinder lernten sie Abschiednehmen, waren früh mit dem Tod konfrontiert, litten unter Entbehrungen und mussten lernen, mit der Schuld der Elterngeneration umzugehen. Für alle war dieses Projekt eine Form der Vergangenheitsbewältigung, denn nach über 60 Jahren, erst im so genannten Ruhestand, kamen Themen zur Sprache, über die viel zu lange geschwiegen wurde. In der Theaterarbeit fanden die Einzelnen die Kraft, ihre Erfahrung auf der Bühne öffentlich zu machen. Es gelang ihnen nicht nur, Belastendes zu verarbeiten und lang gehütete Familiengeheimnisse zu klären, sondern auch die deutsche Geschichte für den Zuschauer auf sehr persönliche Weise erfahrbar zu machen.

Dieses Beispiel ist nur eines von vielen gelungenen Projekten auf diesem Sektor. Inzwischen gibt es in jeder größeren Stadt Spielstätten, die Theaterarbeit für ältere Menschen anbieten, die weit über das Laienspielniveau von Senioren hinausgehen.

## Theaterarbeit als neue Lebenserfahrung

Gerade für ältere Menschen, die alleine leben, kann Theaterarbeit sehr erfüllend sein: Sie verbindet alle Teilnehmer zu einem Team, in dem ein intensiver Austausch auf emotionaler wie geistiger Ebene stattfindet und man ein gemeinsames Ziel vor Augen hat: die Aufführung. Soziale Kompetenzen sind gefragt. Jeder ist gefordert sich einzubringen und auf den anderen einzugehen, man lernt zu sich und zu den anderen zu stehen, und vor allem: füreinander einzustehen, denn auf der Bühne muss man zusammen halten. Alte Verhaltensweisen werden aufgebrochen, neue Erfahrungen werden gemacht, die sogar in den Alltag fortwirken. Die Emotionen

unversteilt mit dem Körper auszudrücken, damit sie sich dem Zuschauer vermitteln, ist für viele zunächst ungewohnt. Deshalb ist es wichtig, im Schauspieltraining ein Bewusstsein dafür zu schaffen, dass 90 Prozent der Kommunikation über körperliche Signale läuft: Der Körper lügt nicht. Er ist Träger unserer Emotionen. Worte können im Widerspruch oder im Einklang zum körperlichen Ausdruck stehen.

Die Gruppe entwickelt improvisatorisch die einzelnen Szenen. Sie agiert dabei in einem geschützten Raum, in dem das Positive hervorgehoben und gute Einfälle bestärkt werden. Vorzeitige Verurteilung wäre der Tod jeglicher Spontanität, da die Kontrolle durch den Verstand den Fluss der Kreativität blockiert. Ideenfindung und Ideenprüfung müssen streng voneinander getrennt werden. In Feedbackrunden teilt jeder der Gruppe seinen persönlichen Eindruck des Gesehenen mit oder berichtet, wenn er selbst gespielt hat, wie er sich während der Szene gefühlt hat. Dieser Abgleich von Selbst- und Fremdbild ist wesentlich für die Probenarbeit und dient nicht nur der Selbsteinschätzung der Teilnehmer, sondern verlangt von jedem, Verantwortung zu übernehmen. Die Organisation kreativer Prozesse wird somit zu einem großen Teil von der Gruppe übernommen und der Regie kommt die Rolle der Geburtshelferin zu: Sie bündelt das kreative Potential der Darsteller, stellt innere Beziehungen her und schafft den Raum für die Selbstentfaltung der Beteiligten.

In diesem Sinne kann das Theater gerade für ältere Menschen ein Lebenselixier sein – eine Möglichkeit, die Intensität des Lebens hautnah zu spüren, auszuleben und mit anderen zu teilen. Und das Schöne dabei ist, sich in den Geschichten, die man erzählt, neu zu erfahren und somit eine Gegenwelt zu Einsamkeit und Verlassensein im Alter zu schaffen.

QC19L10



Im Stück „Dahinter“ in der Comedia Köln berichteten ehemalige Kriegskinder von ihren Erfahrungen rund um das Thema Krieg und Vertreibung.



Neun sehr unterschiedliche Persönlichkeiten machten das Theaterstück „Dahinter“ auch für junge Zuschauer zu einem spannenden und aufschlussreichen Erlebnis.

## Infos, Kontakte

- [www.bdat.info](http://www.bdat.info)
- Bund deutscher Amateurtheater, Senioretheater**
- [www.nrw-kultur.de](http://www.nrw-kultur.de)
- NRW Kultursekretariat: Senioretheater-Plattform NRW**
- [www.koerber-stiftung.de](http://www.koerber-stiftung.de)
- Senioretheater**
- [www.comedia-koeln.de](http://www.comedia-koeln.de)
- Schauspieltraining**
- [www.fwt-koeln.de](http://www.fwt-koeln.de)
- Freies Werkstatt Theater Köln, Altentheater**
- [www.consoltheater.de](http://www.consoltheater.de)
- Consol Theater Gelsenkirchen**
- [www.seta-duesseldorf.de](http://www.seta-duesseldorf.de)
- Senioretheater in der Altstadt SeTa Düsseldorf**
- [www.muehlheim-ruhr.de](http://www.muehlheim-ruhr.de)
- Theater Mülheimer Spätlese**



Kerstin Maria Pöhler lebt als freischaffende Regisseurin und Autorin in Köln.