

Kreative Hilfe

Städtische Rehakliniken Bad Waldsee bieten mit der Theatertherapie eine neue Behandlungsform an

Bad Waldsee - Mit der Theatertherapie bieten die Städtischen Rehakliniken Bad Waldsee seit Dezember 2021 eine neue Behandlungsform für Patientinnen und Patienten. Theatertherapeutin Amélie Wiberg (B.A.) gibt für KURLAND einen Einblick in Wirkungsweise und Zielsetzung dieser Behandlungsform.

Die Theater- oder auch Drama-therapie ist eine noch wenig bekannte Behandlungsform, die kreative Vorgehensweisen mit psychotherapeutischem Wissen und Handeln kombiniert. Durch den kreativen Charakter können aufkommende Themen beim Betroffenen dank einer „ästhetischen Distanz“ schonender und beispielsweise im Rahmen einer fiktiven Rolle bearbeitet werden. Zudem kann durch körperliches Erleben und bewussten Einsatz von Sprache und Interaktion ein direktes und intensiveres Vorgehen gewählt werden. Die Theatertherapie wird in den Städtischen Rehakliniken hauptsächlich Personen mit einer Endometriose-Erkrankung angeboten. Diese Diagnose umfasst vielfältige körperliche Beschwerden und die Patientinnen klagen unter anderem über sehr starke, chronische Schmerzen. Deshalb geht diese Krankheit auch mit deut-



Diese Körperinstallation unter Anleitung von Theatertherapeutin Amélie Wiberg (links im Foto) bietet sich als gute Einstiegsübung an. Fotos (2): Rolf Schultes.

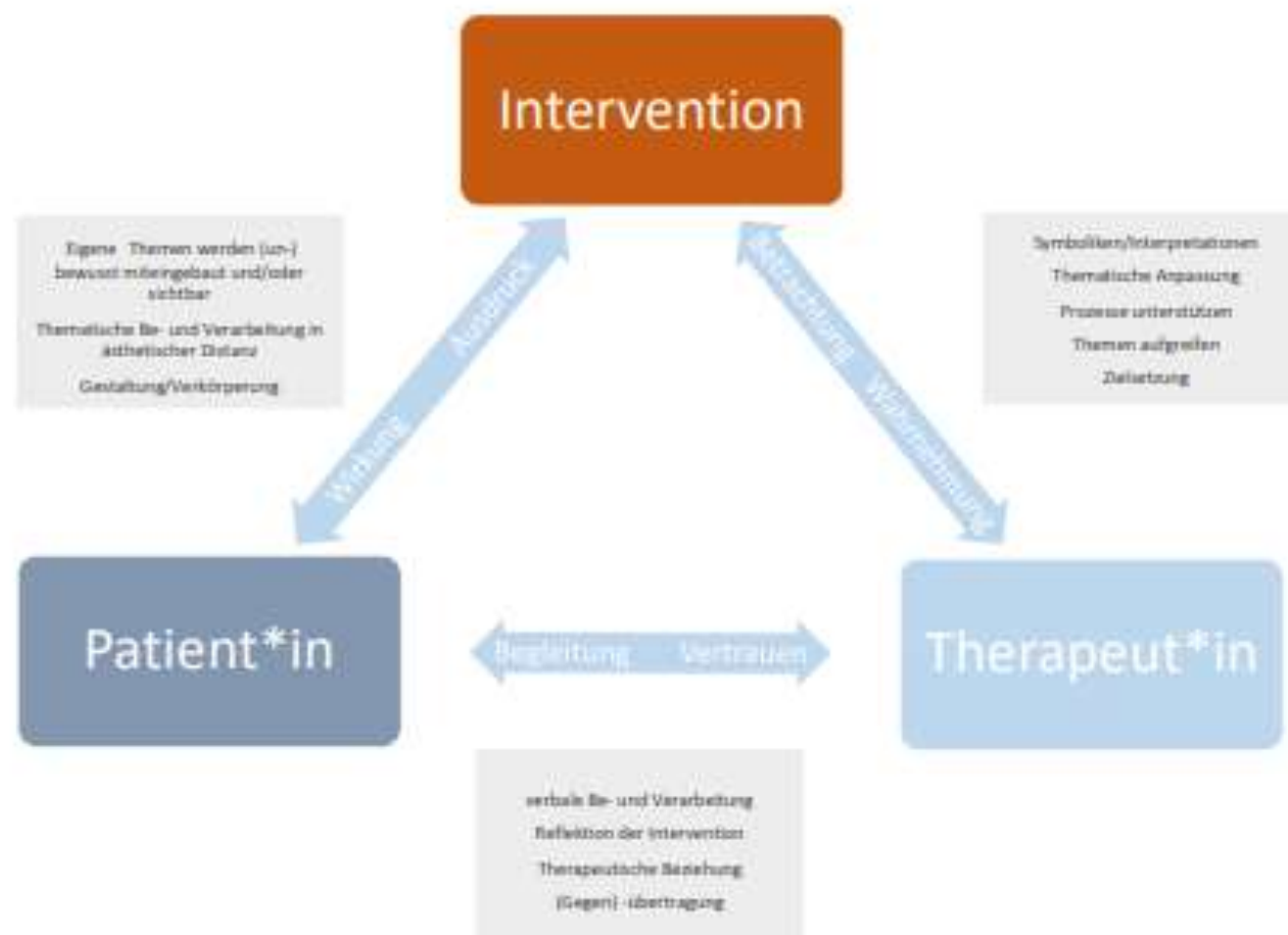
lichen emotionalen und psychischen Belastungen einher. Häufig kommt es dabei zu krankheitsbedingten Veränderungen der eigenen Identität. Private und berufliche Tätigkeiten können nicht wie gewohnt ausgeübt werden, das häufige Bagatelisieren der Schmerzen sowie das Unverständnis von Mitmenschen schlagen auf das Gemüt der Betroffenen und das Wissen um die ständig

wiederkehrenden Schmerzen erschwert den Alltag. Anhand von zwei Fallbeispielen (Namen geändert) werden die damit verbundenen Probleme deutlich: Theresa Maier (34) hat vor drei Jahren die Diagnose „Endometriose“ erhalten. Die Beschwerden begleiten sie allerdings schon seit über 15 Jahren und sie hat sich mit der Zeit an ihre chronischen Schmerzen gewöhnt. Schließlich haben ja alle Frauen ihre Menstruation und kommen mit den Schmerzen zurecht. Sie nimmt täglich Schmerztabletten ein, damit sie leistungsfähig bleibt und nicht so häufig eine Krankmeldung benötigt. Am nächsten Tag erscheint sie wieder „gutgelaunt“ an ihrem Arbeitsplatz. Diese Fassade hat sie sich hart erarbeitet, nur keine Schwäche zeigen! Im Rahmen der klinkeigenen Theatertherapie zeigt sich diese Fassade als Glaubenssatz.

Frau Maier sagt: „Ich muss immer funktionieren“. Ihre Fassade ist so stabil und alltäglich, dass sie auf ihr Umfeld kompetent und unbelastet wirkt. Innerlich ist sie jedoch einsam und hilflos. Frau Maier möchte ihre Bedürfnisse und Grenzen deshalb wieder erkennen und respektieren. Als Therapeutin bitte ich sie darum, einen Stuhl im Raum zu positionieren. Er steht für ihre Fassade. Durch körperlichen Ausdruck, verbalisierte Glaubenssätze und Symbole wird dieses Sitzmöbel zum installierten Funktionsgerüst. „Ich muss funktionieren!“ Im Verlauf der Stunde können Anteile, wie gesellschaftliche Erwartungen, Team, Familie und innere Kribbel, für das Funktionsgerüst gefunden werden. Diese nähren das Gerüst und verhindern die Zuwendung zu den eigenen Bedürfnissen. Auf der anderen Seite des Raumes entsteht später ein Stuhl für die Worte „Ein Raum für mich und meine Bedürfnisse“. Durch die gemeinsame Bearbeitung wird der Patientin bewusst, dass sie ihre kritische



Durch kreative Gestaltung werden bei den Treffen der Theatertherapie Empfindungen verarbeitet.



Die Wirkungsweise der Theatertherapie, wie sie seit Dezember 2021 in den Städtischen Rehakliniken Bad Waldsee als neue Anwendung angeboten wird, ist auf dieser Graphik zu sehen. Grafik: Amélie Wiberg

Haltung sowie die persönlichen Ideale in die anderen Anteilshineinprojiziert. In Zukunft möchte sie deshalb die angebotene Hilfe ihrer Kolleginnen und Kollegen gerne annehmen und in Gegenwart ihrer Familie bestehende Ängste und Emotionen ansprechen. Im zweiten Fallbeispiel trägt Inna Müller (27) ihre Ängste und Emotionen auf der Stirn. Vor fünf Jahren fiel ihr die Diagnose aus heiterem Himmel zu. Seitdem werden die Schmerzen und Belastungen zunehmend schlimmer. Freizeitaktivitäten sind unmöglich und im Job hat sie bereits auf eine halbe Arbeitsstelle reduziert. Aufgrund ihres schlechten Gewissens fühlt sie sich im Team unwohl

und zieht sich zurück. Bei der ersten theatertherapeutischen Sitzung zeigt sich die Patientin skeptisch. Ihre Schmerzen seien ihr bekannt und sie erkenne den Nutzen dieses Konzeptes nicht. Man könne chronische Schmerzen schließlich nicht „wegzaubern“, gab sie zu bedenken. Ich beginne also mit einer Baumimagination. Bei der anschließenden Reflektion hat Müller Tränen in den Augen. Die Vorstellung eines Baumes habe verdeutlicht, wie stark und unbelastet ihre Beine seien. Bei der „Körperinstallation“ tragen die Personen ihre Schmerzpunkte, vergangene Schmerzen, neutrale Bereiche sowie Kraft- und Ressourcenpunkte ein. Auch Körperberei-

che, mit denen sie Positives erleben können, werden mit Farbe markiert. Anschließend werden Emotionen und Glaubenssätze vermerkt. Und sie empfindet Freude bei dieser Übung und verwendet viele Farben und Symbole. Auch das Gefühl aus der Baumimagination findet sich in dem Bild wieder. Dennoch ist die Emotionalität der Gruppe zu spüren. Im Rahmen dieser Intervention werden Themen und Problematiken sichtbar, erlebt und reflektiert. Dies kann erleichternd und wohltuend, aber auch konfrontativ wahrgenommen werden. Bei Müller ist beides der Fall. Zum ersten Mal in ihrem Leben konnte sie alle Schmerzen und negativen

Emotionen nach außen tragen und in der „ästhetischen Distanz“ betrachten. Das ist erschreckend und erleichternd zugleich für sie! Auf der anderen Seite ist Müller stolz, dass sie so viele Ressourcen- und Kraftquellen finden konnte. Diese möchte sie in Zukunft bewusster wahrnehmen und eine positive Lebenseinstellung entwickeln. Nach der thematischen Auseinandersetzung wird bei einer Gesprächsrunde nach Parallelen zum eigenen Leben gesucht und über den Verlauf der Stunde gesprochen. Ganz zum Schluss gibt's einen gemeinsamen Abschluss. Und so können jedes Mal dieselben Worte gesagt oder Bewegungen ausgeführt werden.