



Tanztherapie mit Flüchtlingen

Ankommen in der Fremde

Abschlussarbeit im Rahmen
der berufsbegleitenden
Weiterbildung Tanztherapie
am Frankfurter Institut für
Tanztherapie FITT e. V.

Yoshiko Romppel

07.02.2016

Stichwörter:

Tanztherapie – Flüchtlinge – Interkulturelle Kommunikation – Chace-Ansatz – Trauma – Resilienz

Keywords:

Dance therapy – Refugees – Intercultural communication – Chace approach – Trauma - Resilience

Kurzfassung:

Diese Arbeit beschäftigt sich mit der Frage, unter welchen Bedingungen und Voraussetzungen eine Tanztherapie mit Flüchtlingen gelingen kann. Dafür werden im Theorieteil die Themenfelder Interkulturelle Kommunikation und die Tanztherapie mit der Methodik des Chace-Ansatzes und den Bereichen Trauma und Resilienz vor dem Hintergrund der aktuellen Flüchtlingssituation definiert und beleuchtet. Im Praxisteil werden drei Projekte anhand von qualitativen Interviews vorgestellt und anhand des im Theorieteil entwickelten Handwerkszeugs betrachtet und reflektiert.

Summary:

This thesis answers the question how dance therapy with refugees can succeed. For this purpose I define and highlight the topics of intercultural communication and dance therapy following the Chace approach and the areas of trauma and resilience regarding the current refugee situation in a theory chapter. In a praxis chapter I introduce three projects through qualitative interviews and reflect them by using the tools I developed in the theory chapter.

Inhalt

Inhalt	2
Persönliche Vorbemerkung	3
Einleitung.....	6
Theorie	8
Warum Flüchtlinge als Zielgruppe?.....	8
Kommunikation:.....	11
Verbal	11
Nonverbal.....	14
Interkulturelle Kommunikation.....	16
Strukturmerkmale von Kulturen	18
Kulturdimensionen.....	22
Interkulturelle Kompetenz	22
Warum Tanztherapie als Methode?	26
Chace-Ansatz	29
Trauma	31
Resilienz.....	34
Praxis	38
Erfahrungsberichte.....	39
Kommunikation	42
Interkulturelle Kompetenz	44
Tanztherapie.....	47
Organisatorische Rahmenbedingungen.....	54
Abschluss	55
Literaturliste.....	57

Persönliche Vorbemerkung

Ich weiß, wie es sich anfühlt, wenn man gegen seinen Willen seine Heimat verlassen muss, Menschen, die man liebt, zurück lassen muss, um fortan in einem fremden Land, einer fremden Kultur, mit einer fremden unbekanntem Sprache zu leben, und dann auch noch die Erfahrung zu machen, unwillkommen zu sein. Ich weiß, wie es ist, traumatische Erfahrungen zu machen und sie nicht verbal oder nonverbal verarbeiten zu können.

Und ich weiß, wie gut es tut, in einer Therapieform wie der Tanztherapie nicht für alles genaue Worte finden zu müssen, durch nonverbale Interventionen auf innere Kernthemen zu stoßen, Traumata¹ aufzuarbeiten und zu erfahren, wie durch die ressourcenorientierte Arbeit das eigene Selbstbewusstsein und die Selbstsicherheit wachsen.

Dies sind wahrscheinlich ein paar der Gründe, warum mir die Arbeit mit Flüchtlingen so am Herzen liegt und es mich als Tanztherapeutin in dieses Arbeitsfeld zieht.

Ich verwende in meiner Arbeit den Begriff „Flüchtling“, weil dies nach wie vor der gängige Ausdruck ist, der sich in vielen Wortkombinationen wieder findet („Flüchtlingsheim“, „Flüchtlingsrat“) und ich nicht mit einem ungebräuchlicheren Begriff den Lesefluss stocken lassen und vom Inhalt ablenken lassen möchte. Eine interessante Alternative wäre für mich der Gebrauch des englischen Wortes „refugee“, das, wie Anatol Stefanowitsch² bereits am 01.12.2012 (<http://www.sprachlog.de/2015/12/12/fluechtlinge-zu-gefluechteten/>) untersucht hat, seine besonderen Vorteile hätte, allerdings nur in der Theorie, da dieses Wort noch sperriger wäre als andere Alternativen wie „Geflüchtete“ oder „Heimatvertriebene“ oder andere deutsche Begriffe: „Sowohl *Flüchtlinge* als auch *Geflüchtete* stellt die Flucht selbst in den Vordergrund, während das englische Wort den SICHEREN ORT in den Vordergrund stellt, den die so Bezeichneten suchen (engl. *refuge* bedeutet „Zuflucht(sort)“, „Schutzort“, „Freistatt“, „Schutzgebiet“).“

¹ Zur Definition siehe Kapitel „Trauma“

² Anatol Stefanowitsch ist Professor für die Struktur des heutigen Englisch an der Freien Universität Berlin und gründete 2007 das erste deutschsprachig Sprachwissenschaftsblog, das *Bremer Sprachblog*. Seitdem bloggt er über Sprache und Sprachen.

Interessanterweise hat sich der Sprachgebrauch auch bis Ende Dezember 2016 nicht groß verändert:

„Aus dieser Analyse ergibt sich, dass *Flüchtling* offenbar weithin als neutrale Bezeichnung verwendet wird. Das zeigt sich auch daran, dass es von allen politischen Lagern verwendet wird. Mit den ansteigenden Flüchtlingszahlen und der entsprechenden Berichterstattung ist es im öffentlichen Sprachgebrauch sprunghaft angestiegen (was ja der Grund für die Wahl zum Wort des Jahres ist) (ebd.):

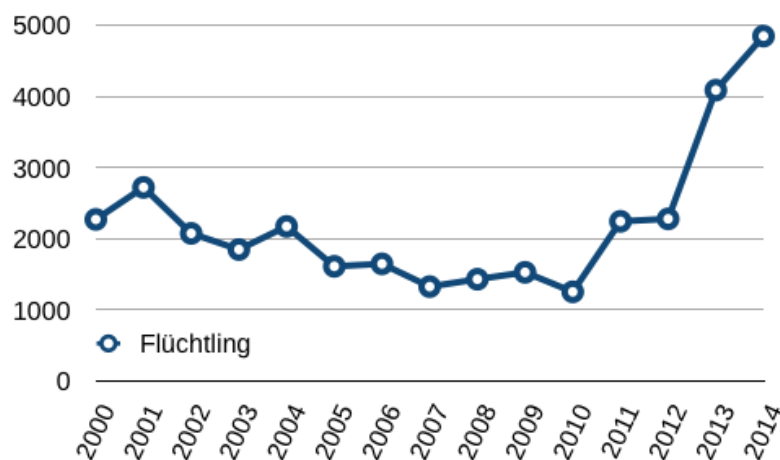


Abbildung 1: Verwendungshäufigkeit von *Flüchtling* (alle Formen) pro 100 Millionen Wörter im Deutschen Referenzkorpus. (ebd.)

„Die Gesellschaft für deutsche Sprache hat in der Begründung zu ihrer Wahl von *Flüchtlinge* zum Wort des Jahres am Rande thematisiert, dass das Wort „für sprachensible Ohren tendenziell abschätzig“ klinge, und das deshalb „neuerdings ... öfters alternativ von *Geflüchteten* die Rede sei. Es bleibe aber abzuwarten, ob sich diese Alternative „im allgemeinen Sprachgebrauch durchsetzen“ würde. Der Vorsitzende der GfDS, der Hannoveraner Sprachwissenschaftler Peter Schlobinski, wurde gegenüber der dpa deutlicher: „Ich glaube, dass *Flüchtling* letztlich bleibt, dass *Geflüchtete* keine Chance hat“.

Beide Fragen – ob *Flüchtlinge* einen negativen Beiklang hat und ob das Wort *Geflüchtete* (oder auch *Flüchtende*) eine aussichtsreiche neutrale Alternative wäre, stoßen auf anhaltendes Interesse (der Sprachlog-Beitrag aus dem Jahr 2012 zu diesem Thema gehört zu den am kontinuierlichsten abgerufenen, auch der Deutschlandfunk hat in seiner Berichterstattung zum Wort des Jahres darauf verlinkt).“ (ebd.)

Außerdem verwende ich in dieser Arbeit ausschließlich die weibliche Anredeform - dies soll nicht als Diskriminierung Männern gegenüber verstanden werden, es können sowohl Tanztherapeuten als auch männliche Klienten gemeint sein, sondern es dient lediglich der Vereinfachung beim Lesen des Textes. Nebenbei gibt es aber auch ein Stück Realität wieder, da ein Großteil, sowohl auf der Therapeuten- wie auch der Klientenseite, Frauen sind.

Ich möchte meinen großen Dank aussprechen, an allererster Stelle meinem Mann und meiner Schwester gegenüber, die mich so tatkräftig unterstützt haben, nie müde wurden, mir zu versichern, dass ich es schaffen werde und die Arbeit gut wird, und die sie gefühlte 100 Mal lesen ‚durften‘; den Menschen, die ich interviewen durfte und die bereit waren, sich zu öffnen und ihre Erfahrungen mitzuteilen, auch wenn vieles davon letztendlich gar nicht in die Arbeit aufgenommen werden konnte; meinen Dozentinnen, vor allem Erika Kletti-Ranacher, die mich in ihrer Rolle als Supervisorin mit meinen Fragen und Unsicherheiten ausgehalten und mich jedes Mal gestärkt hat; meine KollegInnen und mein Chef im Wohnpflegehaus Evim, hier vor allem Katharina Weil, die auch als Praktikumsleiterin und Supervisorin für mich da war, für ihre Ermutigungen und Entlastungen vom Arbeitsalltag; meine Kommilitoninnen der Tanztherapie-Ausbildung, in erster Linie Desi, Melanie und Viola, die sich gemeinsam mit mir auf der Zielgeraden befinden; meiner Baptisten-Gemeinde in Mainz, wo ich mich schon als Tanztherapeutin erproben durfte (spezieller Dank an ‚meine‘ Gruppe) und die mich auf meinem Weg begleitet und unterstützt haben; an Ramona für ihre hilfreichen Korrekturen und witzigen Kommentare; und natürlich meinen Kindern Jonathan und Noah, die über Wochen ihre Mutter im Ausnahmezustand ertragen und mich entlastet haben!

Vielen Dank an alle, ohne Euch wäre diese Arbeit nie zustande gekommen!

So, jetzt geht es endlich los:

Einleitung

Die These, die ich in dieser Arbeit belegen möchte, lautet:

Tanztherapie eignet sich besonders gut für Flüchtlinge,

- weil sie zum Einen eine nicht rein verbal orientierte Psychotherapieform ist, denn:

Tanztherapie ist künstlerische und körperorientierte Psychotherapie. Sie beruht auf dem Prinzip der Einheit und Wechselwirkung körperlicher, emotionaler, psychischer, kognitiver und sozialer Prozesse.

(<http://www.btd-tanztherapie.de/Tanztherapie.htm>, abgerufen am 21.09.2016)

Bei einer verbal orientierte Therapie ist nicht nur das Setting deutlich eindeutiger, sondern es muss eine hohe sprachliche Kompetenz vorliegen (siehe Kapitel interkulturelle Kommunikation).

- und weil sie zum Anderen wie kaum eine andere Therapieform geeignet ist, spielerisch angewendet zu werden, das heißt, dass die unterschiedlichsten Tanzveranstaltungen angeboten werden können (s. im Praxisteil ein paar Beispiele), in denen tanztherapeutische Methoden eingesetzt werden.

Sabine Koch und Beatrix Weidinger von der Recke formulieren sehr treffend in ihrem Beitrag „Traumatisierte Flüchtlinge: Tanz- und Gesprächspsychotherapie im Zusammenspiel“ (in „Bewegung aus dem Trauma“, Moore & Stammermann, 2009):

Tanztherapie ist sowohl Teil der künstlerischen Therapien (Kunst-, Musik-, Tanz- und Theatertherapie) als auch der Körpertherapien. Beide Gebiete stellen wertvolle spezifische Ansätze für die Arbeit mit traumatisierten Flüchtlingen zur Verfügung. Nonverbale Angebote in Bild, Skulptur, Musik, Theater, Bewegung und Tanz sind für traumatisierte Patienten oft weniger angstausslösend als Verbaltherapien, denn diese Medien sind den Patienten häufig aus der eigenen Kultur bekannt (Koop 2002). Symbole, die für das Geheimnis stehen können, sollen zunächst gemalt, vertont, getanzt oder in Szene gesetzt werden, vielleicht zunächst externalisiert als die Geschichte einer anderen Person. Wenn – nach einem oftmals langen Prozess – die eigene Geschichte integriert und erzählt ist, kann eine neue Geschichte entstehen, die die Erfahrungen von Hilflosigkeit und Kontrollverlust transformiert, und die Stärke, das Überleben und ganz andere, gesunde Anteile der Person ins Zentrum stellt. (S. 126)

Iris Bräuninger schreibt in ihrem Beitrag „Tanztherapie mit kriegstraumatisierten Kindern“ (ebd.):

„Der Übergang zwischen Tanz und Tanztherapie kann fließend und flexibel sein, da Tanz nicht nur eine Kunstform ist, sondern zusätzlich oft einen therapeutischen und heilenden Effekt haben kann.“ (S. 149)

In dieser Arbeit möchte ich im Theorieteil die Zielgruppe der Flüchtlinge genauer beleuchten. Ich beschäftige mich mit dem Thema Kommunikation, das hier in seinen allgemeinen verbalen und nonverbalen Aspekten untersucht wird (bevor ich im Praxisteil auf deren konkrete Anwendung eingehe). Ein weiterer Schwerpunkt ist für mich interkulturelle Kompetenz. Schließlich gehe ich noch auf die Tanztherapie als Methode ein, umreiße ihre Besonderheiten in diesem Kontext, und greife einen Ansatz auf, der sich für diese Arbeit besonders eignet (und bei einem der Beispiele im Praxisteil auch teilweise angewandt wurde). Die Themen Trauma und Resilienz finden ihren Raum im Kapitel ‚Warum Tanztherapie‘, weil sie meines Erachtens wesentlich sind für die tanztherapeutische Arbeit mit Flüchtlingen, auch wenn sie keinen direkten Niederschlag im Praxisteil finden, da sie in den beschriebenen Fällen nicht im Vordergrund standen. Nichtsdestotrotz ist es mir wichtig, Interessentinnen in diesem Arbeitsfeld einen kleinen Überblick über diese spannenden Themen zu geben.

Es gibt Pionierinnen in der tanztherapeutischen Arbeit mit Flüchtlingen und Flüchtlingsopfern, allen voran Iris Bräuninger und Sabine Koch (s.o.), deren Schwerpunkt in ihrer Forschung nach meinem Verständnis auf schwer traumatisierten Patienten liegt. Mich interessiert in diesem Zusammenhang vor allem die tanztherapeutische Arbeit, die sich noch nicht im klinischen Rahmen mit schwer traumatisierten und/oder psychisch „kranken“ Menschen bewegt, sondern mit denjenigen, die – ob in einer Sammelunterkunft oder eigenen Wohnungen – versuchen, in Deutschland anzukommen, ihren Platz und ihr seelisches Gleichgewicht (wieder) zu finden, etwas Sinnhaftes zu tun und gut für sich und die Ihren zu sorgen.

Theorie

Warum Flüchtlinge als Zielgruppe?

Damit sich Flüchtlinge in Deutschland einleben und Anschluss an die deutsche Gesellschaft finden können, ist es wichtig, ihnen zu helfen, mögliche Traumata (s.u.) aus den Ursprungsländern und während der Flucht zu überwinden.

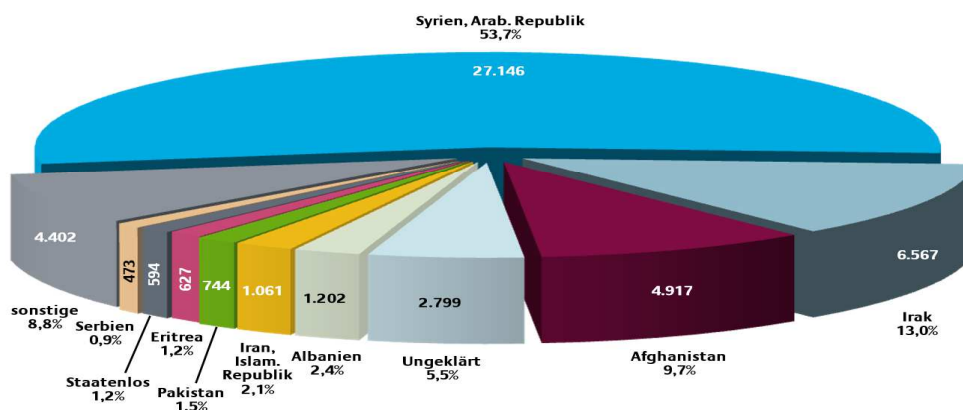
Zu Beginn ein paar Zahlen und Definitionen:

Weltweit sind laut UNO derzeit über 60 Millionen Menschen auf der Flucht.³ In Deutschland wurden im Jahr 2015 rund 1,1 Millionen Flüchtlinge registriert, von diesen stellten knapp 480.000 Menschen einen Asylantrag. Der Unterschied zwischen diesen beiden Zahlen liegt darin begründet, dass es oft mehrere Monate dauern kann, bis ein Flüchtling seinen Asylantrag stellen kann.

Hauptherkunftsland der Flüchtlinge ist Syrien mit etwa 50%, gefolgt von Irak und Afghanistan. Zusammen kommen aus diesen drei Ländern etwa 75% aller Flüchtlinge. Der aktuelle Bericht des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge⁴ beschreibt die Verteilung der Flüchtlinge für den Monat Januar 2016 wie folgt:

Hauptherkunftsländer im Januar 2016

Gesamtzahl der Erstanträge: 50.532



3 <http://www.unhcr.org/5672c2576.html>, abgerufen am 05.02.2016

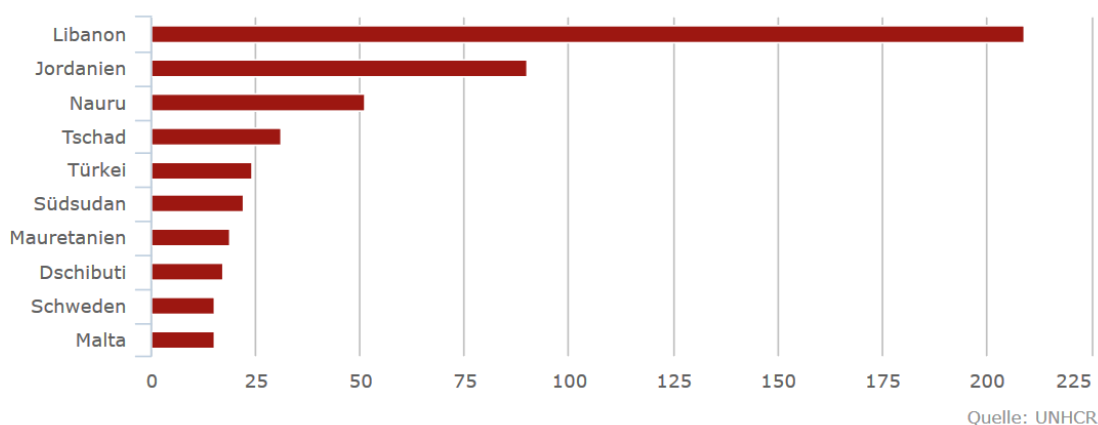
4 <http://www.bamf.de/SharedDocs/Meldungen/DE/2016/20160204-asylgeschaeftsstatistik-januar.html>, abgerufen am 05.02.2016

Im Januar 2016 waren 71,6 % der Asylerstantragsteller jünger als 30 Jahre. Zwei Drittel aller Erstanträge wurden von Männern gestellt. Für das gesamte Jahr 2015 wurden knapp 477.000 Asylanträge gestellt.⁵

Die Zahl der Asylanträge hat sich gegenüber dem Vorjahr (2014) mehr als verdoppelt. Trotz dieser hohen Zahlen ist das zahlenmäßige Verhältnis zwischen Flüchtlingen und Wohnbevölkerung in Deutschland noch relativ entspannt, wenn man es mit direkten Anrainerstaaten vergleicht:⁶

Wo leben die meisten Flüchtlinge – im Vergleich zur Bevölkerung?

Zahl der Flüchtlinge pro 1000 Einwohner, Mitte 2015



Sobald Flüchtlinge in Deutschland eintreffen, müssen sie ein bestimmtes Verfahren durchlaufen, an dessen Ende feststeht, welchen Schutzstatus sie genießen, oder ob sie das Land wieder verlassen müssen. Das BaMF erklärt dieses Verfahren in einem Flyer⁷, der folgende Schritte beschreibt:

1. Meldung bei einer staatlichen Stelle (z.B. Polizei)
2. Aufnahme in einer Erstaufnahmeeinrichtung
3. Verteilung in das zuständige Bundesland

⁵ Asylgeschäftsstatistik für den Monat Dezember 2015 des BaMF, <http://www.bamf.de/SharedDocs/Anlagen/DE/Downloads/Infothek/Statistik/Asyl/201512-statistik-anlage-asyl-geschaeftsbericht.html?nn=1367522>, abgerufen am 05.02.2016

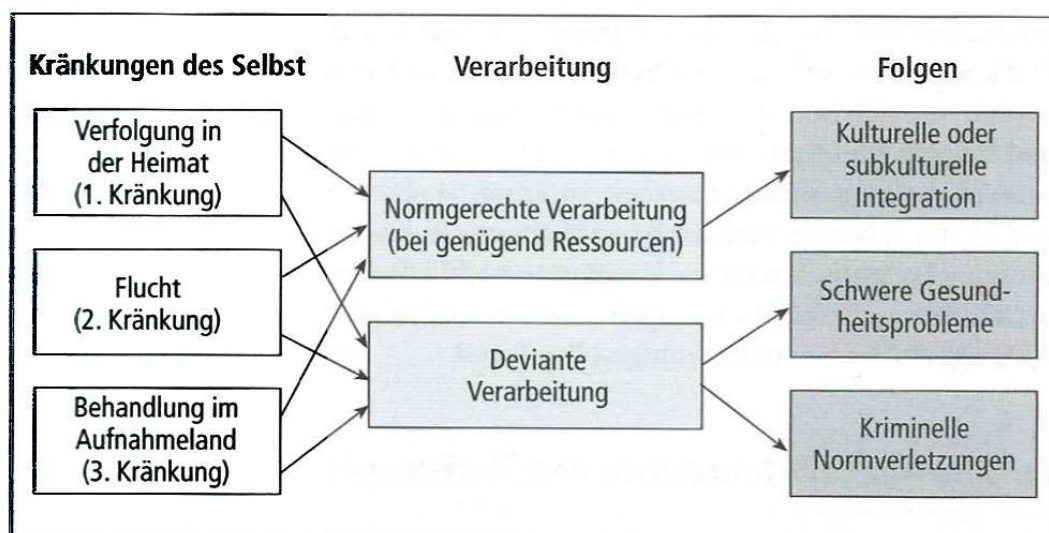
⁶ Zitiert nach: <http://www.spiegel.de/politik/deutschland/fluechtlinge-und-einwanderer-die-wichtigsten-fakten-a-1030320.html#sponfakt=2>, abgerufen am 05.02.2016

⁷ http://www.bamf.de/SharedDocs/Anlagen/DE/Publikationen/Flyer/flyer-erstorientierung-asylsuchende.pdf?__blob=publicationFile, abgerufen am 05.02.2016

4. Ankunft in der zugewiesenen Aufnahmeeinrichtung
5. Stellung des Asylantrages
6. Feststellung, welches europäische Land für den Asylantrag zuständig ist
7. Prüfung des Asylantrags (falls Deutschland zuständig ist)

Am Ende kann im Falle eines Bleiberechts die Anerkennung als Flüchtling im Sinne der Genfer Flüchtlingskonvention, als Asylberechtigter, als subsidiärer Schutzberechtigter oder auch ein Abschiebungsverbot stehen.⁸

Jeder Flüchtling bringt nicht nur mehr oder weniger große Traumata mit, sondern auf jeden Fall eine dreifache Kränkung laut Sabine Koch, (Moore & Stammermann, 2009), die praktisch bei jedem Flüchtling vorhanden sein wird, und die aufgearbeitet werden muss. Je nach der Resilienzstärke (s. u.) wird dies Einzelnen mehr oder wenig gut gelingen:



(ebd., S. 125)

Koch beschreibt in diesem Kapitel ausführlich die verschiedenen Kränkungen und was es bedeutet, „über Jahre hinweg von Fremdsteuerung und Fremdkontrolle bestimmt“ zu sein.

8 http://www.bamf.de/SharedDocs/Anlagen/DE/Publikationen/Flyer/ablauf-asylverfahren.pdf?__blob=publicationFile, abgerufen am 05.02.2016

Kommunikation:

Der Duden definiert Kommunikation als: „Verständigung untereinander; zwischenmenschlicher Verkehr besonders mithilfe von Sprache, Zeichen“

Laut Watzlawick „ist Kommunikation ganz offensichtlich eine *Conditio sine qua non* menschlichen Lebens und gesellschaftlicher Ordnung. Und ebenso offensichtlich ist, dass der Mensch von den ersten Tagen seines Lebens an die Regeln der Kommunikation zu erlernen beginnt, obwohl diese Regeln selbst, dieser Kalkül der menschlichen Kommunikation, ihm kaum jemals bewusst werden.“ (2011, S. 13)

Ich beschäftige mich schon seit langem mit großer Begeisterung mit dem Thema Kommunikation, vor allem den nonverbalen und interkulturellen Anteilen, weil es mich zum Einen (aufgrund meiner Biographie) besonders betrifft, und weil mir zum Anderen die Kommunikation hilft, andere zu verstehen.

Scharf-Widder formuliert in ihrer Arbeit „Interventionen in der Tanztherapie“ (2009):

Gemeinsam ist den verschiedenen tanztherapeutischen Ansätzen die Verwendung von Tanz und Bewegung zur Kommunikation und Interaktion, die konfliktorientierte Arbeit mit den expressiven Möglichkeiten des Körperausdrucks und die Bearbeitung unbewusster Erlebnisinhalte durch authentische Bewegung. (S. 3)

Verbal

Verbale Kommunikation verläuft digital und besteht aus einem kodierten, willkürlichen Zeichen zu einer Zeit (s.u.). Sie entsteht aus dem Inhalt der Worte, die ich sage; dabei steht der Sachinhalt im Vordergrund.

Es würde leider den Rahmen dieser Arbeit sprengen, auf alle Grundlagen verbaler Kommunikation einzugehen, deshalb hier nur der Hinweis auf die Reihe von Friedemann Schulz von Thun „Miteinander reden“, in der es unter anderem um die Psychologie der Kommunikation geht (sehr empfehlenswert ist die Sonderausgabe Oktober 2014 im Rowohlt-Verlag im Schubert). Weiterhin hilfreich sind auch Kenntnisse (und Fähigkeiten in

der Anwendung) über die Transaktionsanalyse von Eric Berne und das Gordon-Modell (s. Literaturhinweise).

Näher eingehen möchte ich hier auf den oben bereits zitierten Paul Watzlawick, österreichisch-amerikanischer Kommunikationswissenschaftler, Psychotherapeut, Soziologe, Philosoph und Autor, dessen erstes Axiom gewöhnlich jedes Mal zitiert wird, wenn es um das Thema Kommunikation geht:

Axiome von Paul Watzlawick

(Watzlawick, 2011, S. 58ff und Erll & Gymnich, 2011, S. 96ff):

1. Die Unmöglichkeit nicht zu kommunizieren oder Man kann nicht nicht kommunizieren

- Sobald sich zwei Menschen in einem gemeinsamen ‚Raum‘ aufhalten, findet Kommunikation statt, da jede Interaktion, auch ein bewusstes Ignorieren, eine Aussagekraft hat und vom anderen wahrgenommen wird; man sich also genauso wenig ‚nicht verhalten‘ kann wie ‚nicht kommunizieren‘.

2. Die Inhalts- und Beziehungsaspekte der Kommunikation oder Beziehung und Bedeutung

- Die Beziehung der Kommunikationspartner beeinflusst die Bedeutung des Gesagten – vor allem in 'high-context'-Kulturen (s. u.)
- „Jede Kommunikation hat einen Inhalts- und einen Beziehungsaspekt, derart, dass letzterer den ersteren bestimmt und daher eine Metakommunikation⁹ ist.“ (Watzlawick, 2011, S. 64)
- „Tanz ist schließlich auch ein kommunikatives, und mithin soziales Phänomen, allerdings anders als Sprache. Tanz spricht unmittelbar von Mensch zu Mensch.“ (Wilke, Hölter & Petzold, 1992, S. 39)

⁹ Definition laut Duden: 1) über die verbale Verständigung hinausgehende Kommunikation, wie Gesten, Mimik o. Ä.; 2) Kommunikation über einzelne Ausdrücke, Aussagen oder die Kommunikation selbst

3. **Die Interpunktion von Ereignisfolgen oder Regeln der Sequenzierung**

- Abfolge kommunikativer Handlungen und Themen
- „So bringt z. B. die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Kultur auch ganz bestimmte, ihr eigene Interpunktionsweisen mit sich, die zur Regulierung dessen dienen, was – aus welchen Gründen auch immer – als „richtiges“ Verhalten betrachtet wird.“ (Watzlawick, S. 66)
- „Die Natur einer Beziehung ist durch die Interpunktion der Kommunikationsabläufe seitens der Partner bedingt.“ (Watzlawick, S. 69f)

4. **Digitale und analoge Kommunikation**

- Gemeint ist der Unterschied zwischen verbaler und nonverbaler Kommunikation (siehe ausführlich weiter unten); sie können sich jeweils stützen, ergänzen, verstärken oder auch widersprechen.
- „Menschliche Kommunikation bedient sich digitaler und analoger Modalitäten. Digitale Kommunikationen haben eine komplexe und vielseitige logische Syntax, aber eine auf dem Gebiet der Beziehungen unzulängliche Semantik. Analoge Kommunikationen dagegen besitzen dieses semantische Potential, ermangeln aber der für eindeutige Kommunikationen erforderliche Syntax.“ (Watzlawick, S. 78)

5. **Symmetrische und komplementäre Kommunikation**

- Es spielt in der Kommunikation eine Rolle, ob sich die Menschen sozusagen auf Augenhöhe begegnen (symmetrisch) oder es eine – wie auch immer geartete – Hierarchie gibt (komplementär). Eine Therapeut-Klient-Beziehung ist per se eine komplementäre Beziehung.
- „Zwischenmenschliche Kommunikationsabläufe sind entweder symmetrisch oder komplementär, je nachdem, ob die Beziehung zwischen den Partnern auf Gleichheit oder Unterschiedlichkeit beruht.“ (Watzlawick, S. 81)

Auch wenn im Rahmen der Tanztherapie immer wieder ihr nonverbaler Charakter im Gegensatz zu den rein verbal orientierten Therapieformen betont wird, hat Scharf-Widder

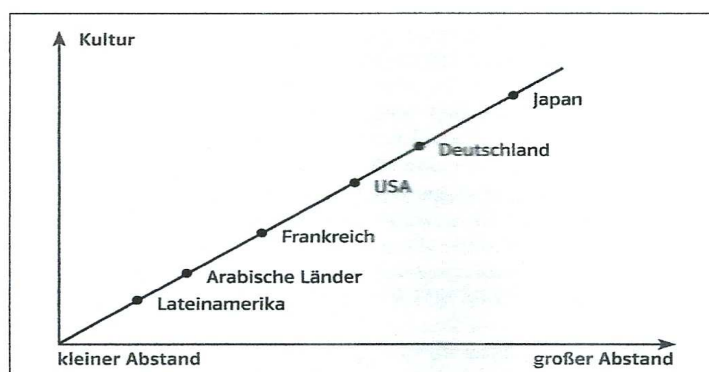
in ihrer Untersuchung (siehe „Interventionen in der Tanztherapie“, 2009) festgestellt, „dass die verbalen Interventionen in der Tanztherapie von erheblicher Bedeutung sind.“ (S. 198)

Nonverbal

Nonverbale Kommunikation findet analog (s.u.) statt, meistens gleichzeitig bei beiden Kommunikationspartnern, und sie kann auch ohne verbale Kommunikation stattfinden. Es gibt eine universale nonverbale Kommunikation (sogenannte Mikroausdrücke, die unbewusste Grundemotionen ausdrücken) und kulturspezifische Ausprägungen, wie z.B. Gesten oder Mimik, die sowohl bewusst als auch unbewusst stattfinden können (Beispiele hierzu bei Scharf-Widder, Erll & Gymnich und Broszinsky-Schwabe).

Bereiche der nonverbalen Kommunikation, die innerhalb einer Kultur alle zum Tragen kommen, im interkulturellen Kontext allerdings sehr stark variieren können (Erll & Gymnich, 2011, S. 111):

- Gestik (Bewegungen von Fingern, Händen, Armen und Kopf)
- Mimik (Bewegungen der Gesichtsmuskeln, v.a. im Bereich des Mundes, der Augen, der Augenbrauen und der Stirn)
- Blickverhalten¹⁰
- Proxemik (der körperliche Abstand zwischen den Gesprächspartnern)
- Haptik (das Berührungsverhalten)
- Paralinguistische Codes (nonverbale vokale Kommunikation; Gebrauch der Stimme, des Stimmvolumens, der Stimmlage, der Intonation etc.)



Beispiel zum Bereich Proxemik (Erll & Gymnich, S. 116)

¹⁰ „Im arabischen Kulturkreis wiederum ist tendenziell ein intensiverer Blickkontakt festzustellen als im westlichen.“ (S. 115)

Scharf-Widder hat als Psychologin in ihrer Arbeit den therapeutischen Prozess in der Tanztherapie aus der Perspektive des Therapeutenverhaltens untersucht. Dabei benutzte sie als Methode die Theorie der nonverbalen Kommunikation und untersuchte die Bedeutung einzelner Körpersignale und ihre Relevanz für die Tanztherapie. Sie konzentrierte sich dabei auf die Synchronizität der Körperbewegungen, das räumliche Verhalten, die Körperorientierung und den Körperkontakt (2009, S. 78ff).

Wilke, Hölter & Petzold (1992) beschreiben die Unfähigkeit vieler Patientinnen, Erfahrungen und Erlebnisse adäquat in Worte zu fassen, weil sie entweder ‚prä-verbal‘ (vor der Sprache) entstanden oder (laut Petzold, vgl. 1987, S.127f) ‚transverbal‘ sind, also „sprachlich nur doch durch Umschreibungen und Metaphern zu fassen sind.“ (S. 40)

Für elementare Gefühle und Affekte, die den Menschen stumm oder sprachlos lassen und in Situationen, in denen etwas unaussprechlich wir, kann der Tanz zum ganzheitlichen leiblichen Ausdrucksmedium werden. Ein Teil der therapeutischen Arbeit ist es jedoch auch, neben dem Ausdruck in Gesten, Bewegung, Farbe und Klängen den differenzierten Ausdruck in der Sprache zu fördern. Die Durchdringung von Verbalität und Non-Verbalität (Permeation) ist für unseren (integrativen Tanztherapie-) Ansatz wesentlich. (S. 40)

Interkulturelle Kommunikation

Der Begriff ‚Interkulturelle Kommunikation‘ wurde von Edward T. Hall geprägt. Ich arbeite im Folgenden mit dem ‚engen Begriff‘, der bedeutet, dass „zwei oder mehr Individuen mit unterschiedlichem kulturellen Hintergrund mittels Sprache oder nonverbalen Ausdrucksmitteln unmittelbar (*face-to-face*) miteinander kommunizieren.“ (Erl & Gymnich, 2011, S. 77) ¹¹

Broszinsky-Schwabe schreibt in der Einleitung ihres Buches „Interkulturelle Kommunikation“ (2011):

Das Besondere der Entwicklung der letzten Jahrzehnte ist, dass wir Menschen mit einer anderen Sprache, anderem Verhalten, anderen Essgewohnheiten, anderen Werten nicht erst in einem anderen Land in großer Entfernung begegnen, sondern mit ihnen Tür an Tür im eigenen Land leben. Das neue ist: Interkulturelle Kommunikation findet überall statt und betrifft uns alle. Es gibt fast keine Menschen auf der Erde, die so isoliert leben, dass sie keinem Fremden begegnen und sich zwangsläufig mit ihm verständigen müssen. (S.15)

Bevor wir uns mit dem Begriff „interkulturell“ näher beschäftigen können, brauchen wir eine Definition des Wortes **Kultur**:

Laut Duden bedeutet es unter anderem:

1. Gesamtheit der geistigen, künstlerischen, gestaltenden Leistungen einer Gemeinschaft als Ausdruck menschlicher Höherentwicklung.
2. Gesamtheit der von einer bestimmten Gemeinschaft auf einem bestimmten Gebiet während einer bestimmten Epoche geschaffenen, charakteristischen geistigen, künstlerischen, gestaltenden Leistungen.

Erl & Gymnich (2011, S. 19ff) definiert Kultur als die kollektive Konstruktion der Wirklichkeit; das bedeutet ein System von Konzepten, Überzeugungen, Einstellungen und Wertorientierungen, bzw. „die Art und Weise, wie die Menschen leben und was sie aus sich selbst und ihrer Welt machen“.

¹¹ Der erweiterte Begriff schließt auch die Medien jeglicher Art mit ein

Dazu gehören Umgangsformen, ‚gesunder Menschenverstand‘, religiöse Überzeugungen, Konzepte über Raum und Zeit, Werte und Normen. Dies sind alles kulturelle Konstrukte und dementsprechend weder natürlich, normal noch selbstverständlich. Viele dieser Konstrukte sind nicht auf der bewussten Ebene präsent und führen dadurch besonders leicht zu Missverständnissen bis Konflikten, da sie ggf. beim Anderen als genauso gegeben vorausgesetzt werden.

Ein anderer Bestandteil von Kultur sind die Formen kulturellen Wissens (Erlil & Gymnich, 2011, S. 59f), die unterteilt werden in das Wissen über die eigene Kultur und über fremde Kulturen und deren jeweiligen Wirklichkeitsbilder. Interessant wird es, wenn man bedenkt, dass es bei beiden Formen jeweils bewusste (=explizite) und unbewusste (=implizite) Formen des Wissens gibt:

Explizites Wissen bedeutet „knowing that“, (Fakten-)Wissen, während implizites Wissen „knowing how“ bedeutet, also Norm- und Handlungswissen, etwas, worüber sich normalerweise niemand Gedanken macht, z. B. wie eine Begrüßung stattfindet (was wie gesagt wird, in welchem Abstand man zueinander steht, die Dauer der Begrüßung etc). Aber selbst alles Bewusstmachen und Wissen reichen nicht aus, denn es bedeutet nicht gleich Verstehen; „Verstehen ist mit emotionalen Aspekten verknüpft. Interkulturelles Verstehen basiert auf Empathiefähigkeit und der Fähigkeit zum Perspektivwechsel“ (Erlil & Gymnich, 2011, S. 60) und erst dann kann von interkultureller Kompetenz (s. u.) gesprochen werden.

Zum Thema Empathie schreibt Petra Klein:

Die innere Haltung der TherapeutIn, die von Wertschätzung, Empathie und Echtheit getragen sein sollte, lässt den Boden für die vertiefende tanztherapeutische Arbeit entstehen. Die Kategorien „Wertschätzung“, „Empathie“ und „Echtheit“ entstammen dem Konzept der Klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie nach Carl Rogers (vgl. Rogers 1973b, Tausch1974).
(Klein, 1998, S. 77f)

Strukturmerkmale von Kulturen

Die Untersuchung der vom Kommunikationswissenschaftler Gerhard Maletzke entwickelten **Strukturmerkmale von Kulturen** (nach Gerhard Maletzke; Erll & Gymnich, 2011, S. 38ff) helfen, im Einzelnen zu begreifen, wo Unterschiede und damit potenzielle Probleme in der Begegnung unterschiedlicher Kulturen liegen können:

1. **Wahrnehmung**

- Wahrnehmung ist immer selektiv und kulturspezifisch, d. h. davon abhängig, was in der eigenen Kultur als wichtig angesehen wird.

2. **Zeiterleben¹²**

- Im Zeiterleben wird zwischen monochronen versus polychronen Kulturen unterschieden (nach E.T. Hall (1959), einem der Begründer der interkulturellen Kompetenz-Forschung. Damit sind zwei fundamental unterschiedliche Ansätze gemeint, die häufig zu Missverständnissen und Konflikten führen können (s. u. im Praxisteil), nämlich, wie rigide oder flexibel die Zeiteinteilung gehandhabt wird, welchen Stellenwert sie hat und wie mit ihr umgegangen wird.
- Da dieser Punkt – neben dem offensichtlichen Problem der verbalen und nonverbalen Sprachverständigung – bei meinen Interviews am deutlichsten sichtbar wird, hier noch eine Gliederung von Hall, die die jeweiligen Vor- und Nachteile deutlich macht und damit zeigt, dass keines dieser Verhalten per se ‚besser‘ ist als das andere:

12 Die Strukturmerkmale ‚Zeit‘ und ‚Raum‘ finden sich auch bei den Bewegungsantrieben nach Laban, Klein, S. 114

Monochrones Verhalten

(Menschen, die Zeit einteilen)

- tun immer eins nach dem anderen
- identifizieren sich mit der Arbeit
- konzentrieren sich auf ihre Arbeit
- nehmen zeitliche Verpflichtungen ernst (Termine, Zeitpläne)
- sind schwach kontextorientiert, brauchen zusätzliche Informationen
- gehen in ihrer Arbeit auf
- halten sich an Pläne
- sind bemüht, andere nicht zu stören, achten Intimsphäre, nehmen Rücksicht
- legen großen Wert auf Pünktlichkeit
- neigen zu kurzlebigen Beziehungen
- betrachten zeitliche Verpflichtungen Beinahe als etwas Heiliges
- arbeiten methodisch
- haben hohe Achtung vor Privatbesitz, Leihen und verleihen selten Gegenstände

Polychrones Verhalten

(Menschen, die Zeit zerteilen)

- tun viele Dinge gleichzeitig
- identifizieren sich mit Familie, Freunden, Kunden
- lassen sich leicht ablenken
- messen zeitlichen Verpflichtungen keine große Bedeutung zu
- sind stark kontextorientiert
- leben für andere Menschen und gehen in zwischenmenschlichen Beziehungen auf
- stoßen Pläne um
- kümmern sich um Verwandte, enge Freunde und Geschäftspartner
- kommen fast immer zu spät
- bauen Beziehungen auf, die ein Leben lang halten
- betrachten Verpflichtungen gegenüber Verwandten und Freunden als heilig
- sind tüchtig, aber verlieren leicht die Geduld
- leihen oder verleihen ständig irgendwelche Gegenstände

(Hall 1959; zitiert nach Broszinsky-Schwabe, 2011, S. 36)

Ich finde es interessant, dass sich der Eine oder Andere vielleicht (auch trotz einer Sozialisation in Deutschland) im polychronen Verhalten eher wieder findet als im monochronen, aber nichtsdestotrotz wird bei dieser Aufzählung deutlich, wie vieles unbewusst verläuft und Raum bietet für Vorurteile bzw. Verurteilungen, gerade da in dieser Aufzählung Themen vorkommen, die ich gar nicht unter der Rubrik ‚Zeiterleben‘ erwartet hätte.

3. Raumerleben¹³

- Hier geht es sowohl um die Gestaltung und Bedeutungszuschreibung des Raumerlebens, als auch die Trennung von öffentlichem und privaten Raum, sowie um die Interaktionsdistanz bzw. Proxemik (s.o.). Auch dieses weitgehend unbewusste Verhalten wurde als erstes von (dem Amerikaner) Hall erforscht. Er unterschied im Wesentlichen vier räumliche Distanzen:
 - 1) Intime Nähe (von Hautkontakt bis 45 cm Abstand)
 - 2) Persönliche Distanz (zwischen 45 cm und 120 cm)
 - 3) Soziale Distanz (120 cm bis 220 cm)
 - 4) Öffentliche Distanz (ab 3,5 Meter)
 (vgl. Hall 1959, S. 208 f., aus Broszinsky-Schwabe, S. 141f)

4. Denken

- Es gibt nach Maletzke (1996: 63-7; in Erll & Gymnich, 2011) die vier Gegensatzpaare logisch-prälogisch, induktiv-deduktiv, abstrakt-konkret und alphabetisch-analphabetisch, bei denen es allerdings teilweise schwierig ist, wertneutral heranzugehen.
- „Mehr Sinn macht es hingegen, sich einmal die Frage zu stellen, warum der Denkstil der einen Kultur sich von dem einer anderen Kultur unterscheidet. Solche Unterschiede lassen sich durch das Konzept der ‚Bezugsrahmen‘ oder *frames of reference* erklären – der im Verlauf des Heranwachsens in einer Kultur erworbenen Schemata, welche die Wahrnehmung, das Denken und die Erinnerung in bestimmte Bahnen lenken.“ (Erll & Gymnich, 2011, S. 41)

5. Sprache und nichtverbale Kommunikation

- Unsere Sprache prägt unsere Weltsicht, auf Ebenen, die uns zum großen Teil nicht bewusst sind; Kulturen sind nicht umsonst häufig nach Sprachräumen kategorisiert
- Hierbei hat Hall (1959) die Unterscheidung zwischen *low context* versus *high context* eingeführt.

13 Siehe Fußnote 12

- Mit *low context* sind Kulturen gemeint, die eher kontextungebunden und auf einer Sachebene kommunizieren
- „In kontextgebundenen (*high context*) Kulturen hingegen scheint die Bedeutung in der Kommunikation nicht so sehr von den Wörtern selbst zu stammen, sondern hängt in erster Linie vom Kontext des Gesprächs und der Beziehung untereinander ab.“ In diesen Kulturen wird weniger ausdrücklich und konkret kommuniziert, sondern teilweise mit Andeutungen und Ellipsen, in der Erwartung, dass der andere – aufgrund des gleichen kulturellen Hintergrunds – das Ausgelassene verstehen wird. Japan ist dafür – aus meiner eigenen Erfahrung heraus – das Paradebeispiel schlechthin.

6. Wertorientierungen

- Bei Wertorientierungen geht es um kulturspezifische Werte und Normen, auch Kulturdimensionen genannt (s.u.).

7. Verhaltensweisen

- Verhaltensweisen sind durch die Normen und Werte einer Kultur geprägt und werden, da sie zumeist unbewusst sind, nicht hinterfragt – häufig sogar dann, wenn sie zu Konflikten führen. Das bedeutet, dass die Konfliktursache nicht erkannt werden kann, solange keine Selbstreflexion stattfindet bzw. entsprechende Informationen über die andere Kultur erworben werden.¹⁴

8. Soziale Beziehungen

- „Die Gliederung der Gesellschaft ist ein traditioneller Forschungsgegenstand der Kulturanthropologie und Soziologie, weil dieses äußere Ordnungssystem viel über das innere, das mentale System einer Gruppe verrät.“ (S.43)
- Dazu gehören die Familie und Verwandtschaftsbeziehung, Klassen und Kasten, das Verhältnis Individuum-Gruppe etc.

14 Ein sehr einleuchtendes Beispiel beschreibt Watzlawick über das ‚Paarungsverhalten‘ amerikanischer Soldaten und englischer Mädchen während des Krieges (Watzlawick, 2011, S. 22f)

Kulturdimensionen

Das bekannteste und am meisten verbreitete Modell zur Erfassung kultureller Unterschiede sind die fünf **Kulturdimensionen** nach Geert Hofstede (Erlil & Gymnich, 2011, S. 44ff). Ich erwähne es noch in aller Kürze, weil es unbewusste Ebenen deutlich macht, die bei Diskrepanzen zu Problemen und Konflikten führen können. Nach diesem Modell gibt es fünf zentrale Dimensionen:

1. **Machtdistanz** (Macht- und Autoritätsunterschiede, Hierarchiegefälle – Beispiel vietnamesischer Pflegekinder bei Kumbier, 2006, S. 108ff).
2. **Individualismus/Kollektivismus** (lockere Bindung, Kleinstfamilien versus starke, geschlossene Wir-Gruppen mit bedingungsloser Loyalität) – bis heute herrscht bei 70% aller Kulturen der Kollektivismus vor, so auch im arabischen Raum.
3. **Maskulinität/Feminität** (auch Unterscheidung in 'harte' und 'weiche' Kulturen; Abgrenzung der Geschlechterrollen).
4. **Unsicherheitsvermeidung** (unterschiedliches Bedürfnis nach geschriebenen und ungeschriebenen Regeln).
5. **Langzeit-/Kurzzeitorientierung** (Hegen von Tugenden, die auf künftigen Erfolg ausgerichtet sind versus Hegen von Tugenden, die mit der Vergangenheit und Gegenwart in Verbindung stehen; in Auseinandersetzung mit dem Konfuzianismus entwickelt).

Interkulturelle Kompetenz

„Interkulturelle Kompetenz zeigt sich in der Fähigkeit, kulturelle Bedingungen und Einflussfaktoren in Wahrnehmen, Urteilen, Empfinden und Handeln bei sich selbst und bei anderen Personen zu erfassen, zu respektieren, zu würdigen und produktiv zu nutzen im Sinne einer wechselseitigen Anpassung, von Toleranz gegenüber Inkompatibilitäten und einer Entwicklung hin zu synergieträchtigen Formen der Zusammenarbeit, des Zusammenlebens und handlungswirksamer Orientierungsmuster in Bezug auf Weltinterpretation und Weltgestaltung.“ (Thomas, 2003, S. 143 aus Erlil & Gymnich, 2011, S. 10)

Interkulturelle Kompetenz ist laut Erll & Gymnich (2011, S. 6ff) eine Schlüsselkompetenz des 21. Jahrhunderts und besteht aus drei Teilkomponenten:

1. Kognitive Kompetenz

Wissen über andere Kulturen, kulturtheoretisches Wissen, Selbstreflexivität

2. Affektive Kompetenz

Interesse und Aufgeschlossenheit, Empathie und Fähigkeit des Fremdverstehens, Ambiguitätstoleranz - „we agree to disagree“

3. Pragmatisch-kommunikative Kompetenz

Einsatz geeigneter kommunikativer Muster und wirkungsvoller Konfliktlösungsstrategien

Es gibt verschiedene Ebenen, auf denen mögliche Probleme auftreten können, die jeweils unterschiedliche Lösungsansätze erfordern:

Auf der sprachlichen Ebene

- Die sprachliche Kompetenz ist begrenzt, es gibt eingeschränkte Kenntnisse, ein begrenztes Ausdrucksrepertoire.
- Nuancen oder Ironie können nicht verstanden und damit nicht eingesetzt werden.
- Sprachliche Konstellationen spielt eine Rolle: wird die Muttersprache von einer der Beteiligten gesprochen oder sprechen alle eine Fremdsprache? Wie groß ist dabei die Schnittmenge?

Auf der Inhaltsebene

- Es kann Diskrepanzen hinsichtlich des kulturellen Wissens oder des Werte- und Normensystems der Gesprächspartner geben, die im Alltagsgeschehen meistens unwesentlich sind, aber im therapeutischen Setting sehr wohl eine Rolle spielen können.
- Es kann unterschiedliche Tabuthemen geben (z. B. Geld, Alter, Privates). Diese können sehr unterschiedlich wahrgenommen und im Vorhinein nicht bewusst sein.

„In wohl jeder Kultur gibt es bestimmte Tabuthemen, also Themen, die in persönlicher Kommunikation wie auch in mediatisierter Kommunikation nicht angesprochen werden sollen. ... Zudem variieren Tabuthemen von Kultur zu Kultur, schlagen sich in ihnen doch die Wertevorstellungen einer Kultur und oft auch religiöse Überzeugungen nieder. Dass im islamischen Kulturkreis Körper und Sexualität im öffentlichen Raum zu den Tabuthemen zählen, ist hinlänglich bekannt.“ (Erlil & Gymnich, 2011, S. 107)

Auf der Beziehungsebene

- Diese ist eine häufige Quelle für Probleme, u.a. wegen der sog. *'critical incidents'* (Begrüßung, Gesprächsorganisation, Strategien der Konfliktbewältigung, u.a.).
- Machtverhältnisse (Asymmetrie aus sozialen Faktoren oder der interkulturellen Begegnung selbst).

Auf der Ebene der nonverbalen Kommunikation

- Gesten und Mimik können in unterschiedlichen Kulturen völlig unterschiedliche Bedeutung haben; es gibt einen unterschiedlich ausgeprägten Einsatz von Mimik und Gestik, d.h. es variiert, was als angemessen und höflich empfunden wird (Erlil & Gymnich, 2011, S. 112ff).
- Vor allem ein angemessener Blickkontakt ist kontext- und kulturabhängig (ebd., S. 114).
- Proxemik, also die Frage, welcher Abstand als angemessen und angenehm wahrgenommen wird, variiert kulturabhängig sehr (s. o.).
- Haptik (Berührungsverhalten, Tabuzonen, Abstand bei Begrüßungen von Umarmung über Händedruck bis Verbeugung).
- Paralinguistische Signale sind auf der einen Seite sehr individuell, auf der anderen Seite auch kulturabhängig (was z.B. als schnell oder laut wahrgenommen wird). Unterschiedliche Intonation kann zu Verwirrung und Missverständnissen führen (zum Beispiel eine steigende Intonation am Ende eines Satzes bei einer Frage wie im Deutschen, die es in vielen anderen Sprachen nicht gibt).

„Interkulturelle Kompetenz ist weder ein statischer Zustand noch das direkte Resultat einer einzelnen Lernerfahrung“ (Bertelsmann Stiftung 2006: 7; zitiert nach Erlil & Gymnich, 2011, S. 14)

Aber: nicht jeder Konflikt muss interkulturell bedingt sein, wie Wiechelmann in ihrem Kapitel „War das nun ein interkulturelles Missverständnis? Von der Gefahr, vor lauter Kultur die Person aus dem Blick zu verlieren“ (Kumbier, 2006, S. 323ff) beschreibt. In ihrem vorgestellten Beispiel stellt sich ein Konflikt weniger als einer zwischen zwei Kulturen als eher zwischen zwei Persönlichkeiten heraus.

Die Gefahr einseitiger kultureller Erklärungsmuster liegt jedoch nicht nur darin, dass sie personale Konfliktursachen verdecken, sondern sie sind zudem dynamisch. Denn, werden kulturelle Fehlinterpretationen nicht überprüft und korrigiert, bieten sie sich als nunmehr bewährte Deutungsschlüssel auch für zukünftige Konflikte an. (S. 332)

Warum Tanztherapie als Methode?

Ich habe in den vorherigen Kapiteln bereits einige Bezüge zur Tanztherapie hergestellt, einschließlich einer Definition, deshalb möchte ich hier einige Zitate sprechen lassen, um auch denjenigen einen Einblick in dieses spannende Arbeitsfeld zu geben, die darin nicht zuhause sind:

Tanz und Tanztherapie:

Sie (die Tanztherapie) greift auf eines der ältesten therapeutischen und künstlerischen Medien der Menschheit zurück – den Tanz. Tanz gilt als eine der ersten und ältesten Formen menschlichen Ausdrucksstrebens überhaupt. Tanztherapie hat im Tanz als gestalteter, beseelter Bewegung ein Medium, das Kennzeichen für alles Leben und lebendige Sein überhaupt ist: Nur wo Bewegung ist, ist Leben. (Willke, Hölter und Petzold, 1992, S. 13)

Pionierinnen der Tanztherapie:

Als einige herausragende Tänzerinnen in den USA an psychiatrischen Kliniken und privaten Praxen zu arbeiten begannen, war der Weg frei, Tanz als Heilungs- und Behandlungsmethode wieder zu entdecken und in seinen modernen Aspekten zu erforschen. Mary Whitehouse und Marian Chace (s.u.) ... waren so sehr an der Interaktion von Psyche und Körper interessiert, dass sie sich nur noch auf die psychotherapeutischen Aspekte von Tanz konzentrierten. Der Übergang von Selbstaussdruck im Tanz zu Psychotherapie durch Tanz wurde hierdurch vollzogen. (ebd., S. 15)

Menschenbild in der Tanztherapie:

Folgende wesentliche Merkmale charakterisieren die tanztherapeutische Methodik und Theoriebildung: Der Tanztherapie liegt ein ganzheitliches Menschenbild zugrunde. Über die eigene Erfahrung in der Bewegung und im Tanz wird der Mensch nicht nur in seinem körperlichen, sondern auch in seinem emotionalen und geistigen Erleben angesprochen. Diese holistische Annahme der Körper-Geist-Seele-Einheit misst auch der kognitiven, verstandesmäßigen Verarbeitung des Tanzerlebens im aufarbeitenden Gespräch ihren Stellenwert zu. Neben der Einsicht in die eigene Lebensthematik stellt das körperlich-sinnlich erfahrene Problem den Ansatzpunkt des therapeutischen Prozesses dar. Auf dem Weg über ein neues Körperbewusstsein gelangt der Mensch auch zu größeren Möglichkeiten, seine Situation intellektuell zu erfassen und zu verarbeiten und verbal zu artikulieren. (Klein, 2007, S. 25)

Psychoanalytische Tanztherapie:

Im Mittelpunkt der Methode (der psychoanalytischen Tanztherapie) stehen Übertragungs- und Widerstandsphänomene des Patienten, die sich körperlich während seiner Improvisation zeigen. Dabei werden Übertragungserscheinungen auf der nonverbalen

Ebene genauso behandelt wie solche auf der sprachlichen Ebene. Ich versuche soweit wie möglich den gesamten Menschen zu erfahren, nicht nur seine Bewegung oder nur seine Worte. Desgleichen achte ich nicht nur auf seine konflikthafter Symptome, sondern auch auf seine Ichstärke und Willenskraft, seine Intuition und seine Wahrnehmung.
(Biographische Notiz ohne Datum, Chaiklin 1975, S. 11, zitiert nach Siegel, 1997, S. 31)

Systemische Tanztherapie:

Die Tanztherapie versteht sich als eine ganzheitliche Therapieform, in der die Exploration und Expression der Bewegung etwas über den Menschen in seinem psychophysischen Sein aussagt. (Bender, 2014, S. 11)

Definition der American Dance Therapy Association:

Based on the empirically supported premise that the body, mind and spirit are interconnected, the American Dance Therapy Association defines dance/movement therapy as the psychotherapeutic use of movement to further the emotional, cognitive, physical and social integration of the individual.

Dance/movement therapy is:

- Focused on movement behavior as it emerges in the therapeutic relationship. Expressive, communicative, and adaptive behaviors are all considered for group and individual treatment. Body movement, as the core component of dance, simultaneously provides the means of assessment and the mode of intervention for dance/movement therapy.
- Is practiced in mental health, rehabilitation, medical, educational and forensic settings, and in nursing homes, day care centers, disease prevention, health promotion programs and in private practice.
- Is effective for individuals with developmental, medical, social, physical and psychological impairments.
- Is used with people of all ages, races and ethnic backgrounds in individual, couples, family and group therapy formats.

(http://www.adta.org/about_dmt, abgerufen am 05.02.2016)¹⁵

15 Auf der Grundlage der empirisch gestützten Prämisse, dass Körper, Geist und Seele miteinander verbunden sind, definiert die American Dance Therapy Association Tanz- bzw. Bewegungstherapie als die psychotherapeutische Nutzung von Bewegung zur emotionalen, kognitiven, physischen und sozialen Integration des Individuums.

Tanz- bzw. Bewegungstherapie

- zielt ab auf das Bewegungsverhalten, das während der therapeutischen Beziehung auftritt. Alle expressiven, kommunikativen und adaptiven Verhaltensweisen werden für die Gruppen- und Einzelarbeit berücksichtigt. Körperbewegung als die zentrale Komponente des Tanzes bietet gleichzeitig die diagnostischen Mittel und den Modus der Intervention für die Tanz- und Bewegungstherapie.

Die Tanztherapie eignet sich als gesprächs- und körperorientierte Psychotherapieform besonders für die Arbeit mit Flüchtlingen, da:

1. sie eine ressourcenorientierte Therapieform ist. Das bedeutet, dass nicht defizitorientiert gearbeitet wird, sondern die Klientin in ihrer Ich-Stärkung und ihren Fähigkeiten gesehen und gefördert wird.
2. Resilienzförderung sowieso eine große Rolle spielt und nicht als zusätzliche Methode eingebaut werden muss.
3. sie weniger auf die verbale Sprache angewiesen ist als rein verbal orientierte Therapieformen.
4. in einem Kontext mit unterschiedlichen Sprachen und kulturellem Hintergrund eine Tanztherapeutin geschulter und sensibilisierter ist, nonverbale Signale, Schattenbewegungen etc. wahrzunehmen und darauf zu reagieren.
5. es in der Tanztherapie eine breite Palette an Möglichkeiten gibt, zu arbeiten, ohne dass sich die Menschen „krank“ fühlen müssen (Bewegungen können spielerisch oder im Tanz, im Einzel- oder Gruppensetting stattfinden).

Trotzdem gibt es noch zusätzliche Faktoren, die bei der tanztherapeutischen Arbeit mit Flüchtlingen berücksichtigt werden müssen:

- die Frage nach der inneren Haltung der Therapeutin dem Flüchtlingsthema gegenüber allgemein
- Offenheit, sich mit der jeweiligen Kultur und möglichst auch Sprache und Musik der jeweiligen Klientin zu beschäftigen
- Interkulturelle Kompetenz

-
- wird praktiziert im Rahmen von psychischer Gesundheitsvorsorge, Rehabilitation, in Krankenhäusern, bei Aus- und Weiterbildung, in der Rechtsmedizin sowie in Pflegeeinrichtungen, in der Tagespflege, bei der Gesundheitsvorsorge, der Gesundheitsförderungsprogrammen und in privaten Praxen.
 - ist nützlich bei Menschen mit Entwicklungsstörungen, medizinischen, sozialen, körperlichen und psychischen Beeinträchtigungen.
 - wird angewandt mit Menschen allen Alters und ethnischer Herkunft in Einzel-, Paar-, Familien- und Gruppentherapieformaten.

- Neben profunden Kenntnissen in ihrem Beruf als Tanztherapeutin möglichst auch Kenntnisse über und Erfahrung mit den Themen Trauma und Resilienz (s.u.).

Ich möchte eine konkrete grundlegende tanztherapeutische Methode vorstellen, die (zumindest in Ansätzen) von einer der beschriebenen Fälle im Praxisteil angewendet wurde:

Chace-Ansatz

Marian Chace (1886-1970) war Tänzerin und Tanzlehrerin und gilt als eine der „Mütter der Tanztherapie“ (Willke, Hölter, Petzold, 1992, S. 10). Siegel nennt sie sogar „die bekannteste und gewiss die einflussreichste Pionierin der Tanztherapie.“¹⁶

Kletti-Ranacher beschreibt in ihrem Artikel „Der Chace Ansatz in der Tanztherapie“¹⁷ wie Chace die Möglichkeit, Tanz als Therapie zu nutzen, während ihres Tanzunterrichtes entdeckte. „Sie ‚sah‘ am Körperausdruck ihrer Schüler deren Bedürfnis nach Kommunikation und den Wunsch, ihren eigenen Körper besser zu verstehen und nicht so sehr den Tanz als Kunstform zu erlernen.“ (S. 34) In den 40er und 50er Jahren arbeitete sie unter anderem mit autistischen und psychotischen Patientinnen und entwickelte das Prinzip des ‚Spiegels‘: „Das Aufgreifen der Bewegungen der Patienten, vor allem in ihrem emotionalen Gehalt, das Herstellen synchroner Bewegungen durch empathisches Eingehen auf die ganz eigenen Bewegungsmuster schufen den Raum, an eben diesen zu arbeiten.“ (S. 35) Erst Jahrzehnte später entdeckte Giacomo Rizzolatti – durch Zufall, wie er in seinem, mit dem Philosophen Corrado Sinigaglia zusammen geschriebenen Buch „Empathie und Spiegelneurone. Die biologische Basis des Mitgefühls“ beschreibt– die Spiegelneuronen, die als eine der großen wissenschaftlichen Sensationen der letzten Jahre gelten.

Spiegelneuronen liefern zweifellos zum ersten Mal in der Geschichte eine plausible neurophysiologische Erklärung für komplexe Formen der sozialen Wahrnehmung und Interaktion. Indem sie uns die Handlung anderer Menschen erfassen lassen, helfen

¹⁶ Siegel, Elaine V., Tanztherapie (1997), S. 21

¹⁷ Aus der Zeitschrift tanz aktuell (1990)

Spiegelneuronen uns auch, die tieferen Beweggründe hinter diesen Handlungen, die Absichten anderer Personen zu ergründen. (Iacobini, 2011, S.13f)

Chace hat also intuitiv, ohne wissenschaftliche Grundlage, die Wirkungsweise der Spiegelneuronen für ihre Arbeitsweise genutzt. Ihre Tanztherapie-Stunden begannen und endeten idealtypisch im Kreis, um allen die Möglichkeit zu geben, zu sehen und gesehen zu werden, und sich dadurch sicher zu fühlen. Sie griff in der Anfangsphase periphere Bewegungen auf, die sie in der Gruppe sah, ohne selber welche vorzugeben. Im Verlauf ging sie zu zentraleren Bewegungen über, die als therapeutische Intervention intensiviert werden konnten. „Durch Vergrößerung, Verstärkung, Verdeutlichung eines Raumweges schuf sie die Möglichkeit, den emotionalen Gehalt der Bewegung fühlbar werden zu lassen.“ (Kletti-Ranacher, S. 36)

Kletti-Ranacher schreibt zum Ende des Artikels: „Ich selbst habe mit dieser Methode immer wieder die Erfahrung gemacht, dass sie mich zurückführt zum Ursprung, zu dem, was den Tanz in seiner Besonderheit für die Therapie ausmacht, u.a. sich „ganz“ auszudrücken, im Fluss und dadurch im Kontakt zu sich und anderen zu sein.“ (S. 36)

Scharf-Widder beschreibt die Arbeit mit symbolischen Bewegungen im Chace-Ansatz:

Auch die Durcharbeitung von Problemen ist auf der symbolischen Ebene möglich. Dabei spiegelt der Therapeut zunächst die symbolischen Bewegungen des Klienten, vermittelt ihm dadurch sein Verständnis und ermutigt ihn, mit seinen Bewegungen fortzufahren. Allmählich kann der Therapeut neue Inhalte hinzufügen und mit dem Klienten eine neue symbolische Interaktion schaffen. (Interventionen in der Tanztherapie (2009), S. 20)

Hier wird nochmal besonders deutlich, wie der Chace-Ansatz auf der nonverbalen Ebene arbeitet und Möglichkeiten bietet, im interkulturellen Kontext in der tanztherapeutischen Arbeit mit Flüchtlingen eingesetzt zu werden.

Trauma

Zusammen mit dem Thema ‚Tanztherapie‘ ist auch der Begriff ‚Trauma‘ bereits mehrfach in dieser Arbeit aufgetaucht und soll hier genauer untersucht werden, einschließlich seines Zusammenhangs zur Tanztherapie. Abgesehen davon, dass dieser Begriff auch im Alltag häufig verwendet wird, bedeutet er seinem griechischen Ursprung nach ‚Wunde‘.

Die Verwendung laut Duden:

1. (Medizin, Psychologie) starke psychische Erschütterung, die [im Unterbewusstsein] noch lange wirksam ist
2. (Medizin) durch Gewalteinwirkung entstandene Verletzung des Organismus

Marianne Eberhard-Kachele beginnt ihren Fachartikel über „Mögliche Bewegungsmerkmale von Traumafolgen“ mit den folgenden Sätzen:

Ein Trauma wird als ein vitales Diskrepanzerlebnis zwischen bedrohlichen Situationsfaktoren und individuellen Bewältigungsmöglichkeiten definiert (Fischer / Riedesser 2009). Dieses Diskrepanzerlebnis erzeugt massiven Stress im Organismus des Betroffenen, der körperliche und psychische Schäden hinterlässt und Bewältigungsmuster anbahnt, die kurzfristig adaptiv sind, sich jedoch langfristig als maladaptiv erweisen (Hüther 2002).¹⁸

Im Folgenden zeigt Eberhard-Kachele Phänomene und Merkmale in einer Tabelle auf, die bei einem Trauma auftreten können und ihre Diagnostik unterstützen können¹⁹, und stellt sie jeweils dem integrierten Phänomen gegenüber²⁰:

¹⁸ Aus Körper – Tanz – Bewegung (1/2016), S. 17

¹⁹ „Dabei muss beachtet werden, dass bei dissoziativen Störungen und strukturellen Störungen ähnliche Merkmale vorkommen, obwohl keine Traumatisierung nachweisbar ist.“ (ebd, S. 18)

²⁰ Ebd, S.18 f

Traumaprozess Dissoziation / Fusion von Kognition / Emotion / Körper / Umwelt	Integrationsprozess Assoziation / Wechselwirkung von Kognition / Emotion / Körper / Umwelt
biologischer Fokus	
körperliche Folgeschäden	angemessener Umgang mit Folgeschäden
vegetative Labilität	vegetative Stabilität
Empfindungsstörungen	funktionale Wahrnehmung
personaler Fokus	
somatoforme Störungen	Stress-, Affekt- und Beziehungsregulation
Persistieren / Eskalieren von Zuständen	Transformierbarkeit von Zuständen
entgleiste Erregungszustände	Erregungs- und Affektregulation
suchtartiges Handeln (z. B. Arbeit, Sport)	Affektregulation
Einschränkung des Bewegungsrepertoires	erweiterbare Bewegungsvielfalt
diskrepante Bewegungsorganisation	affine Bewegungsorganisation
strukturelle Dissoziation der Persönlichkeit	strukturelle Integration der Persönlichkeit
interpersonaler Fokus	
Entgrenzung	Abgrenzung und Kohärenz
Selbstkonstitution durch den Körper	Selbstregulation, Abgrenzung und Identität
Beziehungsinszenierung am Körper	Beziehungsregulation
Inszenierung einer Botschaft durch den Körper	Kommunikationskompetenz
Einflussnahme durch Körpersymptome (Objektprovokation)	Selbstwirksamkeit in Beziehungen
Bindungs- und Explorationsstörungen	sichere Bindung und angemessene Exploration
situativer Fokus	
Konzentrations- und Leistungsstörungen	Konzentrations- und Leistungsfähigkeit
Störung der Bewegungskontrolle	funktionale Bewegung, Selbstwirksamkeit
rigide Bewegungsorganisation	adaptive Bewegungsorganisation
fixierte traumabezogene Aktionsmuster	flexible Anwendung von Aktionsmuster
soziokultureller Fokus	
Störung der Verkörperung sozialer Rollen	selbstbestimmte Verkörperung sozialer Rollen
soziale Isolation oder Vereinnahmung	selbstbestimmte soziale Zugehörigkeit

„Allgemeine tanztherapeutische Prinzipien im Umgang mit traumatisierten PatientInnen“ haben Claudia Schedlich und Erika Sander zusammengestellt, die auch die Methode der traumaadaptierten Tanztherapie entwickelt haben:

1. Transparenz bezüglich des Vorgehens, der Übungsstruktur oder der Zielsetzung, um Kontrolle über das Geschehen zu ermöglichen und somit Angst zu reduzieren und das Arbeitsbündnis zu stabilisieren. (...)
2. Die Therapeutin unterstützt die Patienten, Bedürfnisse, Wünsche, Körpererleben oder die eigenen Grenzen wahrzunehmen und zu kommunizieren. (...)

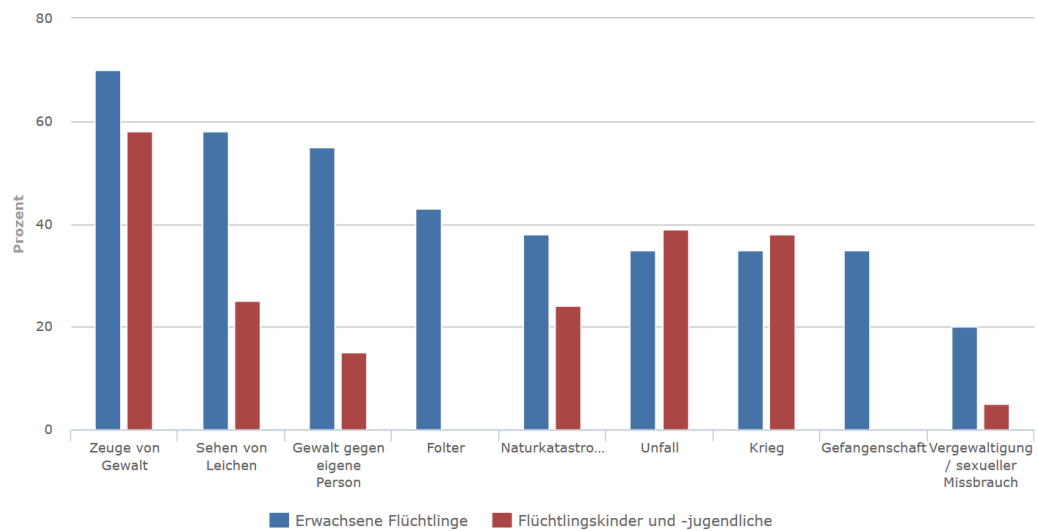
3. Abwehrstrategien werden im Sinne einer traumakompensatorischen Fähigkeit verstanden, akzeptiert und gestärkt, wobei eine eventuelle Dysfunktionalität thematisiert wird. (...)
4. Es wird keine! kathartische Körperarbeit angeboten, sondern stabilisierend, ich-stärkend und ressourcenorientiert vorgegangen. (...)
5. Konfliktzentriertes und traumaexploratives Vorgehen darf erst nach Herstellung einer tragfähigen therapeutischen Beziehung und nach ausreichender Befähigung zur Stabilisierung erfolgen. (...)
6. Mit Hilfe der tanztherapeutischen Angebote werde die Patienten zu Selbstbestimmung und Übernahme von Selbstverantwortung aufgefordert, um das Prinzip der Selbstwirksamkeit erfahren zu können. (...)
7. Beim verbalen (!) Durcharbeiten des Traumas können Körpersensationen, Körpererinnerungen oder dissoziative Zustände auftreten. In diesem Fall gilt: Distanzierungstechniken anbieten und Integration des Erlebens über kognitive Reflexion und Differenzierung fördern. (...)
8. Bei Erfahrungen, die v.a. emotional-körperlich gemacht werden, bleibt der kognitiv-reflexive Austausch bestehen, um das Erlebte kognitiv zuordnen und damit Kontrollmöglichkeiten entwickeln zu können. (...)

In diesen Prinzipien wird sehr viel von der Methode der traumaadaptierten Tanztherapie deutlich, wie gearbeitet wird und mit wem, und was im Besonderen zu beachten ist.

Die nächsten beiden Graphiken bringen das Thema Trauma mit dem der Flüchtlinge zusammen und zeigen zum Einen die prozentuale Häufigkeit traumatischer Erlebnisse auf, sowie die häufigsten Beschwerden, jeweils getrennt aufgezeigt für erwachsene Flüchtlinge und Flüchtlingskinder und -jugendliche:

Flüchtlinge in Deutschland

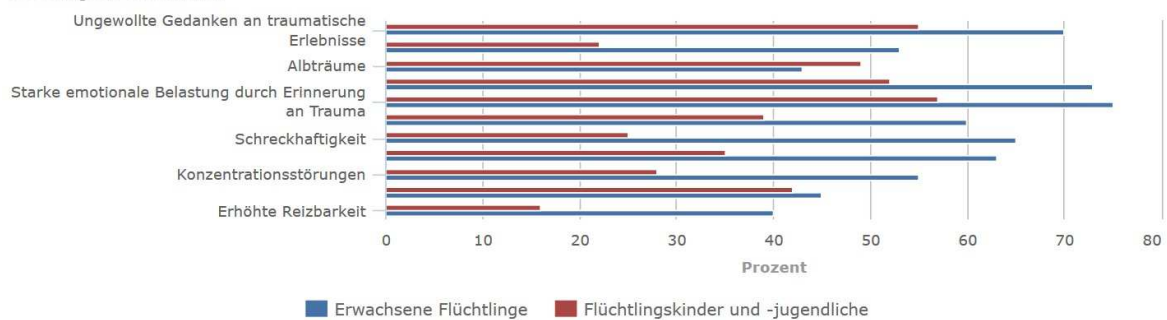
Traumatische Erlebnisse



Quelle: BPTK-Standpunkt

Traumatisierte Flüchtlinge in Deutschland

Die häufigsten Beschwerden



Quelle: BPTK-Standpunkt

Diese Graphiken machen unmittelbar deutlich, wie dringend der Bedarf zum Handeln ist, um diese Menschen in ihrer Not nicht alleine zu lassen.

Im Zusammenhang mit dem Begriff Trauma fällt auch immer wieder der folgende Begriff:

Resilienz

Der Begriff Resilienz kommt vom lateinischen (resilire = zurückspringen) und bedeutet laut Duden „psychische Widerstandskraft; Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen“.

Christina Berndt beschreibt in ihrem Buch „Resilienz; Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft“ (2013) sehr eindrücklich die Ursachen von Resilienz aus den Bereichen der Umwelt, der Neurobiologie, der Genetik und der Epigenetik²¹. Sie zeigt auf, dass eine Stärkung der Resilienz unabhängig von Alter und Geschlecht, Bildungsgrad und Schwere vorhandener Traumata möglich ist. Wichtige Eigenschaften und Merkmale sind (S.68ff):

- Die Fähigkeit, förderliche Beziehungen einzugehen und sich Unterstützung bei Personen oder Institutionen zu holen
- Ein freundliches, waches, offenes und wenig impulsives Temperament
- Emotionale Ausgeglichenheit, Ausdauer und Optimismus
- Frusttoleranz, Kraft und Durchsetzungsvermögen
- Ein Zugehörigkeitsgefühl zur Gemeinschaft
- Vertrauen in die Bedeutung der eigenen Person und des eigenen Handelns
- Der Glaube an einen höheren Sinn im Leben
- Eine positive Weltsicht, Enthusiasmus
- Intelligenz, u.a. um eine Lage durchschauen, Alternativen zu ersinnen und diese auch umsetzen zu können
- Humor und Flexibilität, auch in schwierigen Lebenslagen
- Eine hohe Selbstwirksamkeitserwartung und Selbstbewusstsein
- Zu wissen, wann es sich zu kämpfen lohnt
- Hohe Sprachfertigkeiten, Neugier
- Dosierte Anforderungen und Verantwortung
- Krisen als Anlass für Entwicklung nutzen
- Eine stabile Persönlichkeit, Dankbarkeit
- Achtsamkeit und Muße

²¹ Ein neues Spezialgebiet der Biologie über charakteristische Methylierungsmuster, die darüber entscheiden, welche Gene einer Zelle aktiv sind und damit „der Macht des Erbguts eine zweite Instanz hinzufügen“ (Berndt (2013), S. 145)

„Im Vergleich zu früheren Ansätzen ist es heute erwiesen, dass Resilienz kein angeborenes Persönlichkeitsmerkmal bezeichnet“, betont Corina Wustmann Seiler daher. Die Wurzeln für die Entwicklung von Resilienz liegen in besonderen risikomindernden Faktoren, die sowohl in der Person als auch in ihrer Lebensumwelt lokalisiert sein können.“ (ebd., S. 74)

Berndt hat den „Road to Resilience“ von der American Psychological Association übersetzt, den ich hier in ihren Kernsätzen im Original wiedergebe²²:

- 1 Avoid seeing crises as insurmountable problems.
- 2 Accept that change is a part of living.
- 3 Move toward your goals.
- 4 Take decisive actions.
- 5 Make connections.
- 6 Look for opportunities for self-discovery.
- 7 Nurture a positive view of yourself
- 8 Keep things in perspective.
- 9 Maintain a hopeful outlook.
- 10 Take care of yourself.

Ein verwandter Begriff zu Resilienz ist Salutogenese, im Gegensatz zur Pathogenese²³, den Aaron Antonovsky, ein israelischer Gesundheitssoziologe entwickelte. Susanne Quinten leitet ihren Artikel „Gedanken über die salutogenetische Ausrichtung der Tanztherapie“²⁴ mit den Worten ein: „Aufgrund ihrer Historie, ihrer grundlegenden theoretischen Annahmen und ihrer Praxeologie kann man sagen, dass der Tanztherapie die salutogenetische Ausrichtung immanent ist.“

Im Anschluss beschreibt sie vier Merkmale salutogenetischer Ausrichtung einer tanztherapeutischen Arbeit:

22 <http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx>; dort mit ausführlicher Beschreibung der einzelnen Punkte; die komplette deutsche Übersetzung bei Berndt (2013), S. 201 f

Übersetzung der Kernsätze:

1. Vermeiden Sie es, Krisen als unüberwindbare Probleme zu sehen.
2. Akzeptieren Sie, dass Veränderung ein Teil des Lebens ist.
3. Bewegen Sie sich in Richtung Ihrer Ziele.
4. Handeln Sie entschieden.
5. Bauen Sie Beziehungen auf.
6. Suchen Sie Gelegenheiten zur Selbstentdeckung.
7. Pflegen Sie eine positive Selbstsicht.
8. Betrachten Sie die Dinge nüchtern.
9. Bewahren Sie die Hoffnung.
10. Achten Sie auf sich selbst.

23 Laut Duden Entstehung und Entwicklung einer Krankheit

24 Zeitschrift für Tanztherapie (29/30/2009, 16. Jahrgang)

- Ausrichtung an der Gesundheitsentwicklung
- Betonung der Ressourcen
- Förderung der Zugehörigkeit und Teilhabe
- Förderung der Mitverantwortung des Einzelnen für sein Gesundheitsverhalten

Yolanda Bertolaso hat in ihrem Buch „Resilienz in Pädagogik und Künstlerischer Tanztherapie“ (2009) bereits zwei Kernbegriffe in ihrem Titel vereinigt, aber leider verwendet sie die Hälfte des Buches damit, sich von den Inhalten anderer auf eine teils herabwürdigende Art abzugrenzen, die es mir schwer machen, unbefangen auf den Rest eingehen zu können. Trotzdem möchte ich ihren Ansatz kurz vorstellen, indem ich eine Gliederung von ihr aufgreife, denen jeweils in den folgenden Kapiteln die Erläuterung folgt (S. 189ff):

Künstlerisch professionelle, kognitionspsychologisch gestützte Tanztherapie und ihre therapeutischen Ziele und Interventionsmöglichkeiten

- Aktivierung der Selbstheilungskräfte durch therapeutisch-kreative Interventionen – den „künstlerischen Funken entzünden“
- Selbstakzeptanz; sanfte Korrektur versus brachialer Rollenwechsel; Respekt vor der Individualität
- Die Persönlichkeit als Kaleidoskop – Im Gleichen immer wandelbar
- Humor. Die heitere via regia zur Selbstakzeptanz. Ein Grundpfeiler von Pädagogik, Kunst und Therapie. Durch Humor lachend in den Spiegel schauen – Selbstidentifikation versus Frustration und Aggression
- Balance als psychosomatischer Faktor im Tanz
- Zum angemessenen Umgang mit Symbolen und Träumen in der Künstlerischen Handlungsaktivierenden Tanztherapie
- Träume in der Tanztherapie

Ich hoffe, dass die Vorstellung des Begriffs Resilienz anhand der Werke dieser drei Frauen einen Einblick in die Chancen und Möglichkeiten dieses Ansatzes gibt. Gerade diese ressourcenorientierte Ausrichtung ist meines Erachtens nach sehr hilfreich und motivierend in Bezug auf die tanztherapeutische Arbeit mit Flüchtlingen und kann bestimmt eine gewisse Leichtigkeit in diese schwere Thematik bringen. Ewas davon ist auch bei den Erfahrungsberichten im Praxisteil spürbar.

Praxis

Da ich selbst noch nicht begonnen habe, in diesem Feld, also mit Flüchtlingen im ambulanten Bereich zu arbeiten, sondern erst künftig einsteigen möchte, und diese Abschlussarbeit hier als Vorbereitung dafür dient, habe ich drei Frauen gefunden, die mir in diesem Punkt voraus sind und bereit waren, ihre Erfahrungen mit mir in Form eines mündlichen Interviews zu teilen. Interessant und vielleicht auch typisch ist die Tatsache, dass alles im letzten Jahr stattgefunden hat und es damit noch keine langjährige Erfahrung gibt (zumindest nicht von diesen dreien), und die Art der Erfahrungen ganz unterschiedliche sind. Ich möchte mich an dieser Stelle bei ihnen sehr herzlich für ihre Bereitschaft bedanken, sich zu öffnen und ihre Erfahrungen mitzuteilen!

Ich möchte im Folgenden die drei Frauen und ihre Arbeit kurz vorstellen, und anschließend ein paar Themen (entsprechend des Theorieteils dieser Arbeit und wie mit den Interviewten abgesprochen) genauer betrachten und reflektieren.

Zusätzlich stelle ich zwei Frauen aus dem Internet vor, die auf internationaler Ebene in diesem Bereich tätig sind und mit den Methoden des Tanzes und der Bewegung gearbeitet haben, um Menschen zu helfen.

Ich habe im Verlauf meiner Recherche immer wieder von Menschen gehört, die im selben oder in ähnlichen Feldern arbeiten oder es planen, häufig mit Tanz als offizieller „Methode“ bzw. Anlass, um einen Zugang zu Flüchtlingen zu finden. Es wäre spannend, weiterhin die Erfahrungsberichte zu sammeln, damit nicht jede Einzelne für sich aus ihren eigenen Erfahrungen lernen muss, sondern auf einen Fundus zurückgreifen kann, um daraus das Passende für sich und ihre Klientinnen zu schaffen.

Erfahrungsberichte

Frau A ist Auszubildende im dritten Ausbildungsjahr. Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen eines Flüchtlingsheims hatten bei ihrer Ausbilderin nachgefragt, ob jemand eine Tanzgruppe anbieten könnte, um die Frauen (es sollten nur Frauen an dieser Gruppe teilnehmen) sozusagen in Bewegung zu bringen, da „die Flüchtlinge im Deutschunterricht wie eingefroren sitzen würden und gar nicht mitmachen“. Die Gruppe fand im Rahmen eines Praktikums ein Mal statt, mit neun Frauen aus Afrika, von denen keine Deutsch und eine Englisch verstand. Ein zweites Mal kam nicht zustande, da am Tag des vereinbarten Termins „in das Heim, das mit den 300 Plätzen bereits voll war, noch weitere 178 Menschen dazu (kamen), und die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen meinten, dass die Frauen vielleicht nicht ihren Platz verlassen wollten, aus Angst, ihn sonst zu verlieren.“

„Trotzdem wollten sie weitermachen, nach den Ferien (es gab eine Woche Ferien, wo ich nicht konnte), aber dann bekam ich die Nachricht, dass dieses Projekt erst mal auf Eis gelegt wird, weil in der Zwischenzeit das komplette Heim ausgetauscht wurde. Alle Bewohnerinnen waren weg, es waren ja alles Afrikanerinnen gewesen und sehr viele Alleinstehende, und jetzt waren es praktisch nur noch pakistanische Familien und die Frauen dürfen nicht alleine das Heim verlassen.“

Frau B ist ebenfalls Auszubildende im dritten Ausbildungsjahr. Sie hat aufgrund ihrer eigenen Biographie einen inneren Bezug zu Flüchtlingen.

„Während meines Studiums hatte ich mich auch wieder damit beschäftigt, mit interkultureller Erziehung, und als ich mit Arbeiten angefangen hatte an der Uni, auch Seminare dazu gegeben, über transnationale Migrantenkinder in der Schule, und was bedeutet transnationale Migration.“

Frau B hat ebenfalls eine Gruppe angeleitet mit anfangs 20 Jungen, im Alter von 14 bis 17, die aus den Ländern Eritrea, Somalia, Afghanistan und Iran kamen. Es sollte zehn Termine geben à eineinhalb Stunden, in der Küche der Arbeiterwohlfahrt (AWO), die eine Erst-Inobhutnahmestelle für Flüchtlinge führen.

Frau C ist eine langjährige Tanztherapeutin und Pfarrerin. Ehrenamtliche Flüchtlingshelfer der im Sommer 2015 neu gegründeten Initiative, „Ökumene für Flüchtlinge“ wünschten sich mehr soziale Kontakte der Flüchtlinge „mit den Bürgern oder auch Kirchengemeinden. Es sei wichtig, dass die Flüchtlinge noch mehr integriert werden- über die Grundversorgung hinaus.“ Es war erstmal eine Veranstaltung geplant, die allerdings so erfolgreich war, dass gleich im Anschluss weitere vereinbart wurden. Dabei sah es anfangs nicht sehr gut aus: „Wir waren schon kurz davor, das Ganze abzusagen, weil auch leider kurz zuvor zwei Flüchtlingskinder im Mittelmeer ertrunken waren, einer Frau, die schon bei uns in Oestrich Winkel wohnt. Wir wussten, dass einige davon sehr betroffen waren.“

„Die Veranstaltung war nicht als Tanztherapie-Einheit angekündigt, sondern als Tanzabend und es gab entsprechend feste Tänze und Folgen. ... Es waren alles durchweg junge Leute, wahrscheinlich keiner über 30, es gab neben den beiden kleinen Mädchen, die wahrscheinlich um die vier und sieben Jahre alt waren, mehrere junge Frauen im Alter zwischen 19 und 23 Jahren.“ Zusätzlich waren noch sieben Frauen und ein Mann aus der Kirchengemeinde von Oestrich-Winkel anwesend, da dieser Abend auch als ein Ort der Begegnung konzipiert war und trotz sprachlicher Barrieren teilweise so angenommen wurde, in einem zweistündigen Rahmen mit einer Pause.

Bereits bei dieser kurzen Vorstellung werden ein paar der Probleme deutlich, mit denen viele Flüchtlinge zu tun haben: die Schwierigkeit, Sicherheit und Beziehungen aufzubauen, wenn sie nicht wissen, wann wer von ihnen wohin kommt; sie da, wo sie gerade sind, kaum oder gar keine Privatsphäre haben. Sehr schwer wiegt auch der Verlust von nahestehenden Menschen, sei es im Ursprungsland oder auf der Flucht.

Inwieweit kann die Tanztherapie den Menschen helfen, sich auf die neuen Lebensumstände einzustellen und sich daran zu gewöhnen?

Eine wichtige Voraussetzung ist die Bereitschaft, sich auf eine gemeinsame Gruppenstunde einzulassen. Nach der Erfahrung von Frau A kann es schwierig sein, so eine Gruppe mit Menschen starten zu wollen, die erst vor Kurzem angekommen sind, weil

sie in ihrem Fall (noch) nicht die innere Bereitschaft besaßen, sich auf eine „Freizeitbeschäftigung“ einzulassen, diese Aktivität als Pflichterfüllung ansahen, für die es doch ein Zertifikat geben müsste. Auch der Trauma-Experte Georg Pieper hat herausgefunden, dass es sinnvoll ist, erst ein paar Monate zu warten, um den Menschen eine Chance zu geben, mit ihren eigenen Bewältigungsstrategien die hinter ihnen liegenden potentiell traumatischen Ereignisse zu verarbeiten und ihre Selbstheilungskräfte wirken zu lassen (Berndt, 2013, S. 94f).

Eine weitere wichtige Voraussetzung ist eine gemeinsame Sprache, in der zumindest die wesentlichen Dinge ausgetauscht, wenn vielleicht auch nicht alle Feinheiten und Nuancen mitgeteilt werden können. Optimal wäre natürlich eine Tanztherapeutin, die fließend arabisch spricht, aber allein ein paar Begriffe und Floskeln sind sehr hilfreich, weil sie den Klientinnen zeigt, dass sich jemand die Mühe gemacht, ihnen sprachlich näher zu kommen (und die arabische Sprache und Schrift sind nicht so schwer, wie sie auf den ersten Blick wirken!). Bereits vor der ersten Tanztherapiestunde wäre es hilfreich, den Deutschunterricht (den hoffentlich jeder Flüchtling so früh wie möglich erhält) mit Bewegungen zu unterstützen und aufzulockern (wie auch hier die Erfahrung von Frau A gezeigt hat; s. u.).

Kommunikation

Alle drei Frauen sprechen fließend Englisch, aber nicht alle Flüchtlinge.

- **Frau A:** „...ich wusste auch gar nicht, ob überhaupt jemand kommt, ob überhaupt jemand versteht, worum es hier eigentlich geht, denn die meisten von ihnen sprechen weder Englisch noch Deutsch, noch eine andere Sprache, die wir hier so im Allgemeinen sprechen können, auch kein Französisch oder so. ... Ich hatte mit ihnen Deutsch gesprochen, weil eine andere Sprache auch nicht mehr Sinn gehabt hätte, weil sie ja sowieso nichts verstehen. Deshalb habe ich also Deutsch gesprochen, und da waren sie die ganze Zeit dabei, haben die Wörter wiederholt und man merkte ihnen den Eifer an, dass sie sich jetzt merken wollten, was eins und zwei und drei und vier heißt, und rechts und links. ... Die meisten können auch gar nicht schreiben, ein Großteil von ihnen kann nicht lesen und schreiben, sie können auch kein Englisch, also nichts, mit dem man es ihnen verständlich machen könnte.“
- **Frau B:** „Wir haben uns auf Englisch verständigt, was an sich unproblematisch war, und nur wenn es Irritationen gab, haben sie sich untereinander ausgetauscht, wenn einer etwas besser verstanden hatte als ein anderer.“
- **Frau C:** „Zwischendurch haben wir ein bisschen Tee getrunken und versucht, mit ihnen ins Gespräch zu kommen, was teilweise schwierig ist, weil sie alle nicht unsere Sprache sprechen und teilweise auch nicht gut Englisch können. Ich kann ziemlich gut Englisch und habe deshalb alles übersetzt, auch die Schritte und zwischendurch auch versucht, mit ihnen zu sprechen, aber auch nicht alle von ihnen konnten gut Englisch. Dadurch hat man nochmal gemerkt, dass die Sprache eine unglaubliche Barriere ist, aber die Bewegung eben nicht! Die Sprache der Bewegung ist nochmal eine ganz andere, da öffnen sich auf einmal Schleusen, wo es sonst mühsam geblieben wäre. ... Ich hatte keinen extra da zum Dolmetschen; auch wenn manche kein Englisch verstehen, haben sie einfach die Bewegungen mitgemacht.“

In allen drei Aussagen wird deutlich, wie sehr wir es gewöhnt sind, im Umgang mit anderen Menschen auf eine gemeinsam verstandene Sprache zurückgreifen zu können, und wie ungewohnt es ist, wenn dieses gemeinsame Fundament fehlt. In Deutschland gibt es – im Gegensatz zu vielen anderen Ländern – nur eine offizielle Amtssprache, und Anderssprechende fallen immer noch im Stadtbild auf.

In jeder der drei Gruppen gab es mindestens eine Person, die genügend Englisch verstand, um den anderen verständlich machen zu können, worum es geht. Ich könnte mir vorstellen, dass diese Erfahrungen ziemlich typisch sind, und sie machen deutlich, wie wichtig es ist, als Tanztherapeutin mindestens das Englische so gut wie möglich zu beherrschen, da die Interaktion natürlich umso mehr erleichtert wird, je besser wenigstens eine der Parteien fließend in der gemeinsam genutzten Sprache ist. Der Vorteil, wenn auf Englisch kommuniziert wird, ist die Tatsache, dass sie für alle Beteiligten eine Fremdsprache ist, also das Vokabular und die Sprechgeschwindigkeit nicht ganz so groß sein werden. Anleitungen können relativ einfach verstanden werden, selbst in einer Sprache, die keine versteht, wie man an Frau As Erfahrung sieht, aber es ist schwierig bis fast unmöglich, in die Tiefe zu gehen, emotionale Zustände oder innere Vorgänge adäquat auszudrücken zur eigenen Zufriedenheit.

Hier zeigt sich wiederum der Vorteil der Tanztherapie, dass sie, wie bereits oben von Frau C beschrieben, nicht alleine auf einen verbalen Austausch angewiesen ist, sondern viel über die nonverbale Kommunikation arbeitet und Tanztherapeutinnen durch ihre Ausbildung dafür geschult sind.

Wichtig wäre es meines Erachtens, am besten bereits während der Ausbildung ein Augenmerk auf Besonderheiten im interkulturellen Kontext zu haben und den Schülerinnen zu vermitteln, bzw. sich spätestens vor Beginn einer Arbeit in diesem Bereich entsprechend zu informieren und zu sensibilisieren.

Interkulturelle Kompetenz

- **Frau A:** „Die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen hatten die ganze Zeit bereits Bedenken gehabt und mich vorgewarnt, dass ich mich über nichts wundern sollte, dass sie die Erfahrung gemacht hätten, dass man sich auf nichts verlassen kann, dass da die Uhren anders ticken würden. Ich hatte nicht ganz verstanden, was sie damit meinten. ... Die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen hatten schon gemeint, dass, wenn der Kurs um sieben Uhr beginnen soll, es wahrscheinlich nicht vor acht Uhr wirklich losgehen wird, weil alle irgendwann erst eintrudeln würden, innerhalb einer Stunde. Also genaue Uhrzeiten würde gar nicht gehen, und auch der Deutschunterricht ist dann so, dass dann einer im Haus herumgeht und Bescheid sagt, dass jetzt der Deutschunterricht stattfindet, denn, obwohl er jeden Tag um dieselbe Uhrzeit stattfindet, kommt sonst keiner.“
- **Frau B:** „Beim zweiten Mal waren noch sechs Jungen da, und da kristallisierte sich schon heraus, was zum Dauerthema werden sollte, nämlich die Struktur. Es ging zwar um acht los, aber da waren vielleicht einer da oder zwei, die ich dann wieder einsammeln durfte. Manche kamen später oder gingen wieder früher, es war also sehr dynamisch. Ich hatte ihnen dann gesagt, dass alle herzlich willkommen sind, dass es aber feste Zeiten gibt, und ich habe auch gemerkt, dass eineinhalb Stunden zu lang sind, und habe deshalb auf eine Stunde verkürzt. Dann hatte ich schließlich eine feste Gruppe, wobei die Jungen aus Eritrea gar nicht kamen, weil dann ihre Fastenzeit war, kurz vor Ostern. In dieser Zeit haben sie nicht getanzt, sondern eher Fußball gespielt. Ein anderes Problem, was noch dazu kam bzw. zur Strukturlosigkeit führte, war die Tatsache, dass sie immer zum ersten Wochentag oder auch zum Mittwoch ihr Taschengeld bekommen haben, und dann abends ausgegangen sind, zum Kiosk oder so, um ihr Geld auszugeben. ... Die Struktur war etwas ganz Wichtiges bzw. Herausforderndes für mich gewesen; es wurden immer Abmachungen getroffen, bitte seid pünktlich, bringt eure Musik mit, was aber unterlaufen wurde. Es wurde mir zwar immer ‚ja, ja‘ gesagt, aber im nächsten Moment war es ganz anders. ... Ich saß da schon eine halbe Stunde im Raum, und erst eine Viertelstunde vor Schluss kam ein eritreischer Junge und bot an, mit mir zu tanzen, obwohl er vorher gar nicht teilgenommen hatte. Als dann die eritreische Musik gespielt wurde, kamen noch ein paar aus Eritrea, aber dann musste ich es beenden, weil die Zeit vorbei war, was sie sehr bedauerten, weil sie jetzt gerade Lust zu tanzen hätten. ... Als ich dann aus dem Raum ging, saßen ‚meine‘ Jungengruppe dort, ein bisschen angetrunken, und haben sich entschuldigt. Heute sei nicht ihr Tag, sie seien traurig, weil einer von ihnen heute abgeholt wurde, der woanders hin zugewiesen worden war. Sie konnten ihre Gefühle darüber gar nicht so äußern.“

- **Frau C:** „Dann haben wir um 19 Uhr begonnen, wir waren sieben Leute, sechs Frauen und ein Mann, ... Dann kamen um zehn nach sieben auf einmal zwei junge Flüchtlingsfrauen, aus Syrien, begleitet von einem Mann, der aber gleich wieder ging. Wir wussten jetzt nicht so genau, was jetzt mit ihm ist, flieht er jetzt, weil er sieht, dass wir fast nur Frauen sind oder will er nicht tanzen? Aber offensichtlich hatte er noch andere geholt, denn es kamen im Laufe der Zeit immer mehr Flüchtlinge in unseren Gemeindesaal. Wir wussten im Vorfeld auch nicht, ob nur die Frauen tanzen würden oder die Männer, und außerdem ist es in diesem Kulturkreis auch nicht üblich, um Punkt 19:00 Uhr anzufangen. Wenn es um 19:00 losgeht, kommen sie vielleicht um halb acht oder so. Auf einmal kam auch eine Familie mit zwei kleinen Mädchen und es waren letztendlich dreizehn Flüchtlinge, wobei jede Frau auch einen Mann dabei hatte.“

Hier springt einem das Thema ‚Zeit‘ förmlich ins Auge, und alle drei Aussagen klingen wie Paradebeispiele aus dem Theorieteil, in dem es um eines der Strukturmerkmale von Kulturen nach Gerhard Maletzke geht (s.o.). Aus diesem Grund habe ich diesem Thema, und besonders auch dem über Zeiterleben, so viel Raum gegeben. Alle diese Menschen scheinen offensichtlich aus einer polychronen Kultur (s.o.) zu stammen, in der Pünktlichkeit keine so große Rolle spielt, sondern die Beziehungen deutlich im Vordergrund stehen. Damit stehen sie – gerade in Deutschland – in einem diametralen Verhältnis, wo Pünktlichkeit eine extrem große Rolle spielt, und ein Nichteinhalten eines Termins als Unhöflichkeit bis Beleidigung betrachtet wird.

In diesem Zusammenhang möchte ich kurz auf das Buch „Interkulturelle Kommunikation: Methoden, Modelle, Beispiele“ von Dagmar Kumbier und Friedemann Schulz von Thun eingehen. Sie beschreiben wunderbar, wie Menschen im interkulturellen Kontext häufig feststellen müssen, dass auch in ihnen selbst Seiten ihrer Heimatkultur schlummern, die sie vorher nicht bewusst wahrgenommen haben. Schulz von Thun hat im dritten Band von „Miteinander reden“ (2014) die Idee des Inneren Teams entwickelt, die zeigt, dass jeder von uns verschiedene Persönlichkeitsanteile besitzt, die unterschiedlich stark ausgeprägt sind und unterschiedlich deutlich im Vordergrund oder fast nicht wahrgenommen werden. Ich selbst war es gewöhnt, in Deutschland die ‚Halbjapanerin‘ zu sein und meine japanischen Seiten im Vordergrund zu sehen. Daher ist es bis heute für mich befremdlich,

in Japan als ‚Halbdeutsche‘ gesehen zu werden, erst recht, wenn ich bei mir unbewusste, typisch deutsche Haltungen und Normen entdecke.

Viele Menschen, die mit Freude und Engagement im interkulturellen Kontext arbeiten, empfinden sich selbst gar nicht typisch für ihr Herkunftsland und realisieren vielleicht erst in einer konkreten Auseinandersetzung, wieviel vielleicht doch Typisches in ihnen sitzt – und vielleicht auch erst dann eine Chance hat, sich zu zeigen. An diesem Punkt ist dann die wichtige Frage, wieviel Wissen und Erfahrung diese Person besitzt, also wieviel interkulturelle Kompetenz, und wie hoch ihre Bereitschaft zur Reflexion ist, also auch die Frage, sich selbst und ihre (unbewussten) Überzeugungen infrage zu stellen bzw. stellen zu lassen und sie (und sich selbst) zu verändern.

Tanztherapie

- **Frau A:** „Ich habe mich von den wiederholten Warnungen beeinflussen lassen, ja nicht zu viel zu machen und nicht zu laut zu sein, weil sie so traumatisiert seien, deshalb hatte ich erst mal alles Mögliche vorbereitet,... Als sie dann da standen, und ich angefangen habe, mit meinen ganz leichten Sachen, mit einer sanften Musik und erst mal die Finger ein wenig bewegen, oder den Kopf, ich wollte erst mal schauen, was so geht, da haben sie mich alle angeschaut, als hätte ich ihnen gesagt, sie sollten sich jetzt nackt ausziehen oder so. ... Da wurde mir bewusst, dass es so nicht geht, auch wenn die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen ständig gesagt hatten, nicht so viel und nicht so heftig. ... Ich habe dann mal ausprobiert, um zu sehen, was geht, und habe französischen Hip Hop eingelegt. Dann ging es auf einmal richtig los, dann war alles kein Problem mehr und wir haben praktisch einen Disko-Abend gemacht. Sie haben sich wahlweise auf die Bank gesetzt und dann wieder getanzt; ich habe mit ihnen auch eine Art Kreistänze gemacht und da waren sie auch ganz dabei. ... Ich hatte eigentlich gedacht, dass das alles gute Tänzer sein müssten aus Afrika, und deshalb war ich vollkommen überrascht, dass sie zwar so einigermaßen für sich tanzen konnten, aber sich keine vier Schritte einer Abfolge merken konnten, das war nicht möglich. Sie konnten sich nicht merken, acht Schritte nach rechts zu laufen und dann acht Schritte nach links. Das war total überraschend für mich zu merken, dass dieses Konzept einfach nicht ging. In anderen Kursen wurden ähnliche Erfahrungen gemacht, zum Beispiel beim Stricken, dass sie sich das einfach nicht merken konnten von der Reihenfolge, und zwar nicht, weil sie es theoretisch nicht konnten, sondern weil sie nicht verstanden haben, was man von ihnen will. ... Wir hatten eine nette Zeit, wir haben da richtig Party gemacht und sie konnten gar nicht genug davon bekommen von der Musik, zum Glück hatte ich viel davon, weil das auch meine persönliche Lieblingsmusik ist,... Je heftiger die Musik desto besser, aber so langsame Musik und nach innen gehen, da war der totale Widerstand, die absolute Sperre, das war nicht möglich. Vielleicht lag es auch am Alter, ich hatte keine Teenies erwartet, sondern eher erwachsene Frauen. ... Aber was ich festgestellt habe: wenn wir zum Beispiel die Kreistänze gemacht haben und immer dabei gezählt haben, oder rechts und links gesagt haben – ich hatte mit ihnen Mini-Choreographien aus dem Hip Hop gemacht – dann waren sie total dabei.“
- **Frau B:** „Beim Ersttermin, der noch etwas offener gestaltet war, waren auch eigentlich alle da, und es war wie im Rausch. Sie waren wie im Rausch und ich wurde davon angesteckt, und es war ein richtiges Austanzen. ... Ich habe immer wieder gemerkt, dass es auch um interkulturelles Lernen für mich geht, weil erstens ein somalischer Junge mir erzählt hat, dass er Tanz liebt und am liebsten Ballett-Tänzer werden möchte, ... Ein anderer Junge aus Eritrea hatte mich gefragt,

ob ich auch Yoga machen würde, weil er Yoga so lieben würde, und zu ihm meinte ich, dass ich Elemente mit einbauen würde, dass auch er herzlich eingeladen ist dazu. ... Ich habe zwar einen Chace-Kreis gemacht zu Beginn, aber viele wollten sich einfach demonstrieren, mit einem Kreis außen und einer oder zwei innen, die dann zeigen, was sie können. ... habe ich ein offenes Anleiten gemacht, aber mit Strukturvorgabe, und zum Ende durften sie dann einfach tanzen. Und das ging auch gut. Es gab viel Einheitliches, auf das sie sich einlassen konnten, und ich habe dann jeweils bestimmte Themen angeboten, wie zum Beispiel ‚männlich-weiblich‘, ‚wie ist mein Körper?‘, ‚wie bewege ich mich wenn ich traurig oder glücklich bin‘ etc. Auch das Beispiel mit dem Jungen aus Eritrea, der nicht so sehr am Tanzen, aber dafür an Yoga interessiert war, hat mich sehr überrascht. Ich hatte zwar Bedenken, ob ich wirklich Yoga-Übungen in das Tanzen integrieren kann, aber es war letztendlich überhaupt kein Problem. ... Was mich zum Thema interkultureller Kommunikation überrascht hat, war die Tatsache, dass es ja Jungen waren, in der Pubertät, und ich hatte zu Beginn Bedenken, dass ich zum Einen eine Frau bin, und zum Anderen, dass sie vielleicht mehr oder weniger traumatisiert sein könnten, traumatische Erlebnisse hatten, und die Frage, wie ich damit umgehen könnte, aber ich bin mit der Haltung auf sie zugegangen, dass ich ihnen Lebensfreude und Spaß vermitteln möchte. Es sollte ja schließlich kreativer Tanz sein und nicht thematisch so in die Tiefe gehen. Es gab keine Berührungsängste, auch bei Kreistänzen; in der arabischen, türkischen und afghanischen Kultur ist es ja so, dass sich viel an der Hand gehalten wird, auch bei kurdischen Tänzen. Aber es war überhaupt kein Problem, sie haben mich immer respektiert, und mich als ‚sister‘ angesprochen. ... Ich konnte sehr viel von ihnen lernen, von Schritten und körperlichem Empfinden und Körperhythmus bis zu neuer Musik, da gab es einen Austausch. ... Inwieweit Tanztherapie für Flüchtlinge geeignet ist, kommt natürlich immer auf das Klientel an, aber diejenigen, die kommen und Interesse zeigen, sind sich ja dessen bewusst und können dann mehr Kompromisse eingehen oder haben keine Scheu oder keine Probleme damit.“

- **Frau C:** „...und ich hatte ein sehr gemischtes Programm vorbereitet und war auf alles gefasst, ob jetzt nur Deutsche kommen oder auch Flüchtlinge, hatte englischsprachige Tänze dabei, einen afrikanischen und einen orientalischen Tanz, einen aus der Frauenszene, also ein ganz gemischtes Programm, dabei schwerpunktmäßig Kreistänze. ... Es gab sowohl Tänze in Kreisfassung als auch ohne. Die Veranstaltung war nicht als Tanztherapie-Einheit angekündigt, sondern als Tanzabend und es gab entsprechend feste Tänze und Folgen.“

Jede der drei Veranstaltungen wurde von einer Tanztherapeutin bzw. Auszubildenden geleitet, aber keine fand unter dem Namen ‚Tanztherapie‘ statt, sondern mehr oder weniger allgemein als reine Tanzveranstaltung. Demgemäß waren die Tänze und Bewegungen bei Frau C vorgegeben, und alle, sowohl Frauen als auch Männer und Kinder haben mit großer Begeisterung mitgemacht. Im Vordergrund stand bei ihr offensichtlich die gemeinsame Begegnung mit Flüchtlingen und Deutschen, eine Möglichkeit, sich kennenzulernen, ohne auf einen verbalen Austausch angewiesen zu sein, das Wecken von Lebensfreude, Entspannung durch Bewegung, Leichtigkeit und einem Gefühl der Zusammengehörigkeit. Wie bereits oben beschrieben sind das Maßnahmen, die die Resilienz fördern.

Frau B hat unterschiedliche Methoden angewendet, unter anderem den Chace-Kreis, eine typische tanztherapeutische Methode.

Bei den Erfahrungen von Frau A zeigt sich, wie wichtig es ist, nicht mit einem vorgefertigten Programm an eine Stunde heran zu gehen, sondern wirklich zu schauen (und zu hören, wenn eine verbale Abfrage möglich ist), wie die Stimmung, die Atmosphäre und eben die Befindlichkeit der Gruppe zu diesem Zeitpunkt gerade sind. Die Tatsache, dass ihre Klientinnen nur auf die lebhaftere Musik positiv reagiert haben, könnte an deren Alter liegen, aber auch auf ihre Bewegungserfahrungen hinweisen, da es nach meiner Einschätzung eine größere Selbstsicherheit und/oder Erfahrung erfordert, sich auf langsame Musik zu bewegen.

.

Hier sind noch zwei internationale Beispiele, die ich bei meiner Internetrecherche entdeckt habe:

Im April 2015 berichtet die Website barakabits.com über Alexandra Chen, eine Hongkong-Chinesin, die nach einem Besuch in einem palästinensischen Flüchtlingslager begann, Tanzunterricht als therapeutische Methode der Interaktion mit Kindern zu nutzen, ohne auf Sprache angewiesen zu sein. Die Erfahrungen mit dieser Arbeit führten dazu, dass sie ein psychosoziales Programm mit Schwerpunkt auf Tanz und Bewegung als Therapie für Mädchen aus Flüchtlingscamps im Alter von 10 bis 14 Jahren entwickelte, das sie im Za'atari Refugee Camp im Norden Jordaniens anbot. Hinzu kam ein psychosoziales

Angebot für heranwachsende Jungen, das Kampfkunst nutzt, um diese zu aktivieren und mit gesunden männlichen Rollenbildern zu konfrontieren.

“I was fascinated by the power of art in healing and growing and the process of self-expression. I think dance, movement and art have the power to create an inner peace that allows children to focus and learn – to recenter themselves. It gives them that focused space where they are able to learn and hone in on their skills and discover who they are.”

(<http://www.barakabits.com/2015/04/woman-mission-change-educational-standards-refugee-children>, abgerufen am 05.02.2016)²⁵

"A Syrian Dream" ist ein Bildungs- und psychosoziales Hilfszentrum, das für syrische Flüchtlinge in Antakya/Hatay (Türkei) aufgebaut wurde. Aufgebaut und geleitet wurde es von Andrea Zarif, einer jungen syrisch-kanadischen Frau, die Syrien im Alter von 17 Jahren verließ. Sie kam Mitte 2013 in Antakya an und startete das Projekt nach fünf Monaten Planung und Vorbereitung im Januar 2014. Andrea Zarif hat einen Universitätsabschluss in Psychologie und einen Abschluss als Tanztherapeutin in Kanada und Frankreich erworben und hat Weiterbildungen in den Bereichen Führungskräfteentwicklung, humanitärer Hilfsarbeit und internationalen Standards für kinderfreundliche Räume absolviert. Die Aufbauarbeit für das Projekt umfasste neben der Entwicklung verschiedener Programme auch Fundraising, Teambildung und den Aufbau von Beziehungen zu externen Stellen wie Partnern, Kommunen, Unterstützern und Freiwilligen. Sie selbst führte Capoeira-Workshops mit den Kindern durch.

(<http://asyriandream.com/about/team-2/>, abgerufen am 05.02.2016)

Ich habe es geschafft, Kontakt zu Andrea zu bekommen und sie über Skype zu interviewen (Übersetzung im Anhang):

Über die Rahmenbedingungen:

I founded the project in Turkey, working with Syrian refugees in Antakya, in the southern part of Turkey. I only worked with urban refugees, not refugees in camps. In Turkey, the refugees who live in cities have no assistance at all, they don't get anything. I don't think that it is better to live in camps, because you have other disadvantages there, which can

25 “Ich war fasziniert von der Stärke der Kunst bei Heilungs- und Wachstumsprozessen und im Prozess der Selbstdarstellung. Ich denke, Tanz, Bewegung und Kunst haben die Kraft, einen inneren Frieden hervorzubringen, der Kindern dabei hilft, sich zu fokussieren und zu lernen - sich selbst wieder zu zentrieren. Sie geben ihnen den Konzentrationsraum, in dem sie lernen und an ihren Fähigkeiten arbeiten können und in dem sie entdecken können, wer sie sind.”

be especially negative in the long term. But they have clothes, food, schools; there is a whole administration for the camps. This can create some kind of dependence, so the people are afraid to leave the camp and this artificial way of living, because they get so used to this kind of living, that they don't know anymore, if they are able to live outside – especially if they also carry a trauma.

Vorbereitung der Arbeit:

I did not do any direct dance therapy, but capoeira, a Brazilian martial, art and I was kind of mixing techniques. The project is a bit like a community, a network. So organizing and preparing for the project and building up a team took a long time; I interviewed people to understand their living situation and their needs and what we can do together. Finding a space is one thing, but creating a space is something else, whether it is about decorating it or deciding what is to happen where, and slowly putting some life into it. So this was really embedded with the team I was working with. Therefore I was extremely involved with the first group of children who came there. But slowly I had to withdraw to do all the administration and let my team do the work with the people.

Konkrete Erfahrungen bei der Arbeit mit Flüchtlingen:

As it grew bigger, there was also more pressure and more responsibility. This first group of children is still very connected to us. I had started to do capoeira with them. I did not do any direct therapy with any of them; it was more like skill support and counselling group work, although I did some individual counselling, but not therapy. Capoeira is movement, there is music and dancing, there is action and communication, there is really a lot coming together. With capoeira you have something tangible to work with for the children, you work in a group, it is a community thing, so I used capoeira for this means, working on the dynamics that emerge, the personal limits and bringing out something positive from within the group.

Aktuelle Situation:

Since the end of December 2015 the project has been closed, because I became too tired and exhausted. It had been very difficult – although of course it had not been my idea to exhaust myself – but it is almost inevitable, especially when it is your own thing you take so much responsibility and I had been only 25 when I started the project. I started two and a half years ago, and there has been a period of assessment and project planning.

Besondere Herausforderungen:

The project is closed now, but it is not finished, so let's see. I had really tried to create a sustainable structure, in which my presence would not be needed constantly, but it was really very difficult. I had tried to help these refugees in a highly tensed political atmosphere, where the laws and regulations keep on changing, there are no fixed rules on how things are supposed to happen, you have to constantly adapt to new obstacles. Finding the funding was also very difficult, sometimes they were only for this or for that, and you had to constantly adapt. Also, some left suddenly, because it became too dangerous. So it has really been a rather unstable atmosphere which made it very difficult to create a sustainable structure, at least for one person; we are not talking about the UN or some big NGOs, where they already have the whole structure and experience. Before deciding to do my master, I had this strong team, I had divided the responsibility and tasks among different people, and it really looked as if we were able to go on, but there were many people who had to leave, with the refugee crisis, and many people had to take their chances, because in Turkey they have almost no rights and no future at all, so some people of the team left. I myself had to leave Turkey quickly, because I could not renew my residency in Turkey – which is really very complicated for people who are neither refugees nor Turkish people. Perhaps we will continue in a different way, I have already ideas about a new project.

Über den Erfolg des Projektes:

I am sure that it did help a lot of people. At some point we had up to 25 people who worked for that project, most of them are refugees themselves, some had no other opportunities, because finding work is really very difficult in Turkey, some had been living under ISIS for a long time, especially girls. The project was really very empowering; I did not define in advance what we would do until we found the right people to do it with, and I think this is very important. There are people that have a lot of talent and potential, and the idea is to help them take it out and empower others with it, instead of putting a frame on things I have read about (or I have done in other places). Especially for those girls who had been under the rule of ISIS for so long and had lost all their dreams, it had been crucial to find their way back to life and connect with other people. Also, the first group of children that was involved with the centre the longest could develop many skills and a curiosity for life, and that is good.

Tanztherapie in Syrien:

In Syria dance therapy is not known at all. I discovered dance therapy when I was on an exchange in France while studying psychology. I decided to stay a little longer and do my certificate in dance therapy. I must admit that I do not have much experience in dance

therapy, there was only so much that I could accumulate in those years. But I believe in this method, otherwise I would not have done this certificate.

For me movement is very important, I do capoeira and I used to dance even before doing my certificate. I integrate movement and music in many things I do. When we had our weekly meetings with the team and worked on problem solving, venting and new objectives, I was also always using those techniques in these meetings.

I don't know if there are any Syrian dance therapists.

When I finished my studies, the revolution had started, so I did not really have time to find out if there were other dance therapists, because the situation had very quickly developed into an emergency.

Auch wenn es viele Probleme gab und Andrea das Projekt zurzeit nicht weiterführen kann, haben mich der Mut, die Entschlossenheit und Tatkraft dieser jungen Frau sehr beeindruckt und mir Mut gemacht. Wenn sie es geschafft hat, ein solches Projekt unter so schwierigen Bedingungen aufzubauen, um wieviel einfacher kann es für uns sein, etwas Ähnliches hier in Deutschland mit seinen, wahrscheinlich vielen, aber zumindest klaren und stabilen Bedingungen zu starten!

Organisatorische Rahmenbedingungen

Zielgruppe:

Kontakt zu Flüchtlingen zu bekommen, ist mittlerweile sehr einfach geworden, weil es praktisch in jeder Stadt und jeder Kommune Flüchtlingsheime gibt. Sinnvoll ist es, sich an den Träger und vor Ort vorhandene Mitarbeiterinnen zu wenden, um einen möglichen Bedarf zu eruieren.

Räumlichkeiten:

In den Erfahrungsberichten wurden unterschiedliche Möglichkeiten aufgezeigt, sowohl in einem Flüchtlingsheim selber oder öffentlichen Räumen in der Nähe, wobei die Frage, ob Kirchenräume genutzt werden sollen, entsprechend sensibel behandelt werden muss.

Optimal wäre natürlich auch ein eigener großer Therapieraum in Laufweite zu einem Flüchtlingsheim, aber das wird es wohl eher seltener geben...

Finanzierung:

Wie bzw. von wem kann ich als Tanztherapeutin für diese Arbeit bezahlt werden? Zurzeit wird Tanztherapie in nur sehr wenigen Fällen von der Krankenkasse übernommen, die Flüchtlinge haben kein Geld, um sie für Therapien irgendwelcher Art auszugeben, aber wenn dies mein Beruf ist, muss ich davon leben können.

Eine Möglichkeit wäre die Zusammenarbeit mit Dritten (kirchliche, karitative und kommunale Institutionen und Flüchtlingsorganisationen), die vielleicht Spenden sammeln und eventuell gleich die nötige Infrastruktur bereitstellen könnten.

Es wäre auch möglich, selbst (z.B. in der eigenen Gemeinde) zu versuchen, einen Spenderkreis zu rekrutieren, der diese Arbeit unterstützen würde.

Politisch aktiv werden, um die Gesamtsituation der Flüchtlinge zu verbessern!

Abschluss

Eine Arbeit, die sich in einem fest vorgegebenen Rahmen mit einem so komplexen Thema befasst, muss naturgemäß unvollkommen bleiben, fast jeder Teilaspekt hätte es verdient, Thema einer eigenen Abschlussarbeit zu werden und sehr viele Arbeiten und Erfahrungen anderer müssen hier unerwähnt bleiben. Ein Vergleich der Religionen Islam und Christentum in Bezug auf die Tanztherapie und Flüchtlinge wäre sehr interessant oder die Frage nach dem Einsatz von Musik, die beide in dieser Arbeit keinen Platz mehr fanden. Auch im Bereich der tanztherapeutischen Ansätze und Methoden gäbe es noch viel zu ergänzen und auch weiter zu forschen, und durch ein Niederschreiben anderen zugänglich zu machen. Die politische Dimension zu untersuchen, sprengt leider ebenfalls den Rahmen dieser Arbeit, gehört aber immer dazu.

Ich habe mich entschieden, den Schwerpunkt dieser Arbeit auf den Aspekt der interkulturellen Kommunikation zu legen und in diesem Bereich weiter in die Tiefe zu gehen. Ich hoffe, dass ich dadurch nicht nur die Komplexität dieses Themas, sondern auch die reichhaltigen Möglichkeiten (und die möglichen Schwierigkeiten und Probleme) deutlich machen konnte. Ich wünsche mir, dass diese Arbeit es schafft, die eigene Haltung und Vorstellungen besser zu reflektieren und damit umzugehen, Kommunikation mit anderen, vor allem im interkulturellen Kontext, erfolgreicher zu gestalten, die Möglichkeiten und Chancen der Tanztherapie zu verstehen, und Lust zu machen, die tanztherapeutische Arbeit mit Flüchtlingen entweder zu fördern und zu unterstützen oder sie selber umzusetzen, je nachdem, wo man selbst steht.

Es gibt immer wieder Zeiten – ganz ausgeprägt war es am Anfang der sogenannten ‚Flüchtlingskrise‘ – wenn mich der Hass und die Angst²⁶ (die ja letztendlich hinter dem Hass steht) aus den Medien und persönlichen Kontakten schier zu überwältigen droht und mich verzweifeln lässt, aber ich weiß, dass es auf der anderen Seite so viele Menschen gibt, die anderen – und damit auch mir – mit ihren Worten und Taten Mut machen. Ich weiß, dass jeder Mensch Fähigkeiten und Begabungen mitbringt, um einen Beitrag leisten zu können, sei es als (Tanz-)Therapeutin, mit anderen Berufen oder einem Hobby oder einfach als Mensch. Der Hass und die Angst können niemals so groß sein wie die Liebe!

26 Hilfreich dazu auch die Gedanken von Thomas Gordon (Breuer 1998, S. 245ff)

Literaturliste

Bücher:

- Bender, S.** (2014): *Systemische Tanztherapie* (München: Ernst Reinhardt)
- Berndt, C.** (2013): *Resilienz; Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft* (München: DTV)
- Bertolaso, Y.** (2009): *Resilienz in Pädagogik und Künstlerischer Tanztherapie* (Groß-Umstadt; Pabst)
- Breuer, K.** (Hg.) (1998): *Thomas Gordon: Das Gordon-Modell; Anleitungen für ein harmonisches Leben; Eine Einführung* (München: Heyne)
- Broszinsky-Schwabe, E.** (2011): *Interkulturelle Kommunikation; Missverständnisse – Verständigung* (Wiesbaden: VS-Verlag)
- Erl, A. & Gymnich, M.** (2011): *Interkulturelle Kompetenzen; Erfolgreich kommunizieren zwischen den Kulturen* (Stuttgart: Klett)
- Fischer, G. & Schay, P.** (Hg.) (2008): *Psychodynamische Psycho- und Traumatherapie; Konzepte - Praxis – Perspektiven* (Heidelberg/Berlin: Springer VS)
- Iacoboni, M.** (2011): *Woher wir wissen, was andere denken und fühlen; Das Geheimnis der Spiegelneuronen* (München: Goldmann)
- Klein, P.** (1989): *Tanztherapie; Ein Weg zum ganzheitlichen Sein* (Kiel: Dieter Balsies Verlag)
- Kumbier, D. & Schulz von Thun, F.** (Hg.) (2006): *Interkulturelle Kommunikation: Methoden, Modelle, Beispiele* (Hamburg: Rowohlt)
- Moore, C. & Stammermann, U.** (2009): *Bewegung aus dem Trauma; Traumazentrierte Tanz- und Bewegungstherapie* (Stuttgart: Schattauer)
- Rizzolatti, G. & Sinigaglia, C.** (2008): *Empathie und Spiegelneurone. Die biologische Basis des Mitgefühls* (Frankfurt: Suhrkamp)
- Scharf-Widder, S.** (2009): *Interventionen in der Tanztherapie; Untersuchung tanztherapeutischer Interventionen am Beispiel der Arbeit mit schizophrenen Klienten* (Selbstverlag)
- Siegel, E.** (1997): *Tanztherapie* (Stuttgart: Klett-Cotta)
- Watzlawick, P., Beavin, J. & Jackson, D.** (2011): *Menschliche Kommunikation; Formen, Störungen, Paradoxien* (Bern: Huber)
- Wilke, E., Hölter, G. & Petzold, H.** (Hg.) (1992): *Tanztherapie in Theorie und Praxis* (Paderborn: Junfermann-Verlag)

Zeitschriften:

Eberhard-Kachele, M. (2016): Mögliche Bewegungsmerkmale von Traumafolgen in *Körper – Tanz – Bewegung* (4. Jahrgang)

Kletti-Ranacher, E. (1990): Der Chace Ansatz in der Tanztherapie in *tanz aktuell*

Quinten, S. (2009): Gedanken über die salutogenetische Ausrichtung der Tanztherapie in *Zeitschrift für Tanztherapie* (16. Jahrgang)

Trautmann-Voigt, S. (2008): Über die Bedeutung salutogenetischen Denkens in *Zeitschrift für Tanztherapie* (15. Jahrgang)

Websites:

<http://www.sprachlog.de/2015/12/12/fluechtlinge-zu-gefluechteten/>

<http://www.unhcr.org/5672c2576.html>

<http://www.bamf.de/SharedDocs/Meldungen/DE/2016/20160204-asylgeschaeftsstatistik-januar.html>

<http://www.bamf.de/SharedDocs/Anlagen/DE/Downloads/Infothek/Statistik/Asyl/201512-statistik-anlage-asyl-geschaeftsbericht.html?nn=1367522>

<http://www.spiegel.de/politik/deutschland/fluechtlinge-und-einwanderer-die-wichtigsten-fakten-a-1030320.html#sponfakt=2>

http://www.bamf.de/SharedDocs/Anlagen/DE/Publikationen/Flyer/flyer-erstororientierung-asylsuchende.pdf?__blob=publicationFile

http://www.bamf.de/SharedDocs/Anlagen/DE/Publikationen/Flyer/ablauf-asylverfahren.pdf?__blob=publicationFile

http://www.adta.org/about_dmt

<http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx>

<http://www.barakabits.com/2015/04/woman-mission-change-educational-standards-refugee-children>

<http://asyriandream.com/about/team-2/>

Weiterführende Literatur:

Harris, T.: *Ich bin OK, du bist OK : Wie wir uns selbst besser verstehen und unsere Einstellung zu anderen verändern können - Eine Einführung in die Transaktionsanalyse* (Hamburg: Rowohlt)

Jeremy W. (2013): *Don't they know it's Friday? A cross-cultural guide for business and life in the gulf* (Dubai: Motivate Publishing)

Peter-Bolaender, M. (1992): *Tanz und Imagination* (Paderborn: Junfermann-Verlag)

Schweizer, G. (2015): *Syrien verstehen; Geschichte, Gesellschaft und Religion* (Stuttgart: Klett-Cotta)

Schulz von Thun, F. (2014): *Miteinander reden 1,2,3,4* (Hamburg: Rowohlt)

Storch, M. & Tschacher, W. (2014): *Embodied communication; Kommunikation beginnt im Körper, nicht im Kopf* (Bern: Huber)

Trautmann-Voigt, S. & Voigt, B. (2012): *Grammatik der Körpersprache; Ein integratives Lehr- und Arbeitsbuch zum Embodiment* (Stuttgart: Schattauer)

Wierlacher, A. (Hg.) (1993): *Kulturthema Fremdheit; Leitbegriffe und Problemfelder kulturwissenschaftlicher Fremdeitsforschung* (München: iudicium)

Übersetzung des Interviews von Andrea Zarif, S. 50 ff:

Über die Rahmenbedingungen:

Ich habe das Projekt in der Türkei gegründet, in dem wir mit syrischen Flüchtlingen in Antakya gearbeitet haben, das ist im Süden der Türkei. Ich habe nur mit Flüchtlingen in Städten gearbeitet, nicht in Flüchtlingslagern. In der Türkei ist es so, dass die Flüchtlinge, die in den Städten leben, keine Hilfe bekommen - sie bekommen gar nichts. Ich glaube aber auch nicht, dass es besser ist, in den Lagern zu leben, denn dort gibt es andere Nachteile, die sich besonders auf lange Sicht negativ auswirken können. Aber sie haben dort Kleidung, Essen, Schulen, und es gibt eine komplette Verwaltung für die Lager. Das kann eine gewisse Abhängigkeit erzeugen, so dass die Menschen am Ende Angst davor haben, die Lager zu verlassen, weil sie sich an das künstliche Leben dort gewöhnt haben und nicht wissen, ob sie es außerhalb schaffen werden - besonders, wenn sie unter Traumata leiden.

Vorbereitung der Arbeit:

Ich habe keine direkte Tanztherapie durchgeführt, sondern Capoeira, eine brasilianische Kampfkunst, und habe verschiedene Techniken vermischt. Das Projekt ist eine Art Gemeinschaft, ein Netzwerk. Es hat lange gedauert, das Ganze zu organisieren und vorzubereiten und ein Team dafür aufzubauen - ich habe die Menschen befragt, um ihre Lebenssituation und ihre Bedürfnisse zu verstehen und was wir zusammen machen könnten. Einen Platz zu finden ist eine Sache, aber diesen Ort zu gestalten eine andere - also wenn es um die Dekoration geht oder um die Frage, was wo passieren soll, um dann nach und nach diesen Ort lebendig zu gestalten. Das alles haben wir in unserem Team gemeinsam gemacht. Deshalb war ich besonders stark in die Betreuung der ersten Kindergruppe eingebunden, die dorthin kamen. Ich musste mich aber nach und nach zurückziehen, um die administrative Arbeit erledigen zu können, und habe die Arbeit mit den Menschen selbst dann meinem Team überlassen.

Konkrete Erfahrungen bei der Arbeit mit Flüchtlingen:

Je größer das Projekt wurde, umso größer wurden der Druck und die Verantwortung. Die erste Kindergruppe ist mit uns immer noch sehr stark verbunden, mit denen ich Capoeira gemacht habe. Ich habe mit keinem von ihnen direkt therapeutisch gearbeitet, es war vielmehr eine Förderung ihrer Fähigkeiten und eine beratende Arbeit hauptsächlich mit Gruppen und einigen Einzelpersonen. Capoeira ist Bewegung, es gibt Musik und Tanz, Action und Kommunikation - es kommt wirklich viel zusammen. Mit Capoeira kann man greifbare Ergebnisse mit den Kindern erzielen, man arbeitet in einer Gruppe, es ist ein gemeinschaftliches Erlebnis - deshalb habe ich Capoeira genutzt und dabei die aufkommenden Dynamiken und die persönlichen Grenzen beachtet, um etwas Positives aus der Gruppe herauszuholen.

Aktuelle Situation:

Ende Dezember 2015 musste ich das Projekt beenden, weil ich zu müde und erschöpft war. Es war sehr schwer, auch wenn es natürlich keine Absicht war, mich so auszulaugen - aber es war wohl fast unvermeidlich, besonders wenn man bedenkt, dass ich die Initiatorin war und so viel Verantwortung übernommen hatte, obwohl ich erst 25 war, als ich mit dem Projekt begann. Ich habe vor zweieinhalb Jahren damit angefangen, und zuvor gab es noch eine Einschätzungs- und Projektplanungsphase.

Besondere Herausforderungen:

Das Projekt ist jetzt offiziell beendet worden, aber es ist noch nicht abgeschlossen - also mal sehen. Ich habe wirklich versucht, eine nachhaltige Struktur aufzubauen, in der meine Anwesenheit nicht mehr ständig erforderlich ist, aber das war wirklich sehr schwer. Ich habe versucht, diesen Flüchtlingen in einer politisch hoch aufgeladenen Atmosphäre zu helfen, in der sich die Gesetze und Regelungen ständig ändern und es keine festen Regeln gibt, wie man was

machen soll - daher mussten wir andauernd neue Hindernisse überwinden. Die Finanzierung zu sichern war besonders schwierig - manchmal gab es nur für ganz bestimmte Dinge Geld, und wir mussten das laufend anpassen. Auch sind manche der Teilnehmer plötzlich fortgegangen, weil es ihnen zu gefährlich wurde. Es war also eine instabile Situation, in der es sehr schwierig war, eine nachhaltige Struktur aufzubauen - zumindest für eine einzelne Person, weil wir hier schließlich nicht von der UNO oder großen NGOs reden, die ja eine ganze Struktur und viel Erfahrung mitbringen.

Bevor ich mich dann dazu entschließ, meinen Master zu machen, hatte ich dieses starke Team, ich hatte die Verantwortlichkeiten auf verschiedene Personen verteilt, und es war wirklich danach aus, dass wir weitermachen könnten - aber dann mussten viele Mitarbeiter gehen, weil sie eben selbst als Flüchtlinge in der Türkei fast keine Rechte hatten und keine Zukunft für sich sahen und ihre Chancen ergreifen mussten. Ich selbst musste leider schnell aus der Türkei abreisen, weil meine Aufenthaltsberechtigung nicht verlängert wurde - was schwierig ist für Menschen, die keine Flüchtlinge sind (oder türkische Staatsbürger). Vielleicht werden wir auf andere Weise weitermachen - ich habe bereits Ideen für ein neues Projekt.

Über den Erfolg des Projektes:

Ich bin sicher, dass es vielen Menschen geholfen hat. Es gab eine Zeit, da hatten wir bis zu 25 Menschen, die für das Projekt gearbeitet hatten - die meisten von ihnen selbst Flüchtlinge. Für einige von ihnen war dies die einzige Beschäftigung, weil es sehr schwer ist, als Flüchtling in der Türkei eine Arbeit zu finden. Einige von ihnen (darunter viele Mädchen) mussten lange unter der Herrschaft von ISIS leben. Das Projekt hat ihnen jedenfalls sehr viel Kraft gegeben ("the project was really very empowering"). Ich hatte nicht im Vorhinein geplant, was wir im Einzelnen tun würden, sondern erst, als wir die richtigen Leute dafür zusammen hatten - ich glaube, dass das sehr wichtig ist. Es gibt Menschen mit viel Talent und Potenzial, und wir sollten ihnen helfen, dieses Potenzial zu entwickeln, um anderen damit zu helfen, anstatt ihnen einen Rahmen vorzugeben, den man irgendwo gelesen hat (oder der in einem anderen Kontext entwickelt wurde). Besonders für die Mädchen, die so lange unter der ISIS-Herrschaft leben mussten und ihre Träume aufgegeben hatten, war es wesentlich, dass sie ihren Weg zurück ins Leben finden und wieder eine Verbindung zu anderen Menschen aufbauen konnten. Die erste Kindergruppe, die dann auch am längsten mit dem Center verbunden war, konnte viele Fähigkeiten entwickeln und auch eine Neugier aufs Leben, und das ist gut.

Tanztherapie in Syrien:

In Syrien ist Tanztherapie völlig unbekannt. Ich entdeckte die Tanztherapie, als ich während meines Psychologiestudiums auf einem Austausch in Frankreich war. Ich entschied mich dazu, etwas länger zu bleiben und meinen Abschluss in Tanztherapie zu machen. Ich muss zugeben, dass ich bisher wenig praktische Erfahrung als Tanztherapeutin habe, weil ich nur wenig Gelegenheit dazu hatte. Aber ich glaube an diese Methode, sonst hätte ich ja nicht das Zertifikat erworben.

Für mich ist Bewegung sehr wichtig - ich habe Capoeira gemacht und auch getanzt, bevor ich den Abschluss gemacht habe. Ich integriere Bewegung und Tanz in viele Dinge, die ich tue. Als wir unsere wöchentlichen Teamsitzungen hatten und an Problemlösungen gearbeitet haben, oder auch mal um Dampf abzulassen oder neue Ziele zu finden, habe ich immer auch diese Methoden genutzt.

Ich weiß nicht, ob es in überhaupt syrische Tanztherapeuten gibt. Als ich mit meinem Studium fertig war, ging die Revolution los, daher hatte ich keine Zeit, herauszufinden, ob es weitere Tanztherapeuten gibt, weil sich die Lage sehr schnell in eine Katastrophe verwandelt hatte.