

Ingeborg Kleen, Geesthacht bei Hamburg

## GROSSE GEFÜHLE ODER WAS PASSIERT, WENN WIR ES NICHT KRACHEN LASSEN?

The authoress describes the appearance of strong feelings in bibliodrama and how to handle it in the right way. She is responding to the theme of „TEXTRAUM“ number 43 „Wenn es kracht“

Wann hat es im Bibliodrama gekracht? Leise oder laut. Wann blieb das Krachen aus? Wer hat es nicht krachen lassen? Und was ist stattdessen passiert? Für mich hat das mit „großen Gefühlen“ zu tun. Ich wende mich diesen Überlegungen schreibend zur eigenen Klärung zu und bin mittendrin im Erlebnisraum Bibliodrama. Das Streben nach grenzüberschreitender Erkenntnis und eine ausgeprägte emotionale Abenteuerlust sind für mich Leit motive meiner Beschäftigung mit Bibliodrama. Und so war ich leibhaftig anwesend, nicht nur beim oft zitierten „Gelnhausener Fenstersturz“, sondern auch bei vielen anderen Gelegenheiten, bei denen es laut und leise gekracht hat. Alle diese Erinnerungen sind mir lieb und teuer, haben viele biblische Texte für mich mit neuem Leben gefüllt und mein Selbstbild erweitert. Ein Schatz, der mein Leben bereichert. Vielleicht liegt da eine Motivation, vielleicht auch ein missionarischer Eifer, andere an diesem Schatz teilhaben zu lassen, aufzurufen zu Mut und Grenzgängen. Vielleicht auch deshalb die Beschäftigung mit dem gebremsten Erleben, der Grenzvermeidung. Sicher ist sicher, aber weniger lebendig.

*Gefühle sind ansteckender  
als Gedanken.*

### Große Gefühle

Elementare Emotionen verbinden Menschen jeden Alters, Menschen in jeder Kultur. Mal sind es sieben, mal zehn Basisgefühle, von denen gesprochen wird. Bei Caroll E. Izard sind dies Interesse, Leid, Widerwillen, Freude, Zorn, Überraschung, Scham, Furcht, Verachtung und Schuldgefühl.<sup>1</sup> Diese Primärgefühle ergreifen, „befallen“ uns. In diesem Augenblick „hat“ man kein Gefühl, man ist das Gefühl. Gefühle beherrschen den Verstand mehr als umgekehrt. Sie steuern unser Verhalten, beeinflussen unsere Persönlichkeit und die Beziehung zu anderen Menschen. Gefühle sind ansteckender als Gedanken. Wir alle haben die Fähigkeit zur emotionalen Resonanz in uns. Insoweit kann man Menschen als „offene Regelkreise“ beschreiben, die von externen Einflüssen mit gesteuert werden. „Man könnte auch sagen: Als menschliche Wesen schwingen wir uns immer wieder unbewusst aufeinander ein, tauchen in die Gefühlswelt der anderen ein und verändern uns dabei selbst unmerklich.“<sup>2</sup> Gefühle sind flüchtig und ihr Wesen ist die Veränderung. Wenn die Abwehr nicht zu stark ist, machen wir die Erfahrung, dass uns der andere prinzipiell nicht fremd, sondern ähnlich ist.

Weit verbreitet ist aber die Angst, Gefühle zuzulassen. Heftige Gefühle werden als Überwältigung, als etwas Bedrohliches erlebt. Besonders Wut- und Trauergefühle erschrecken, Schuldgefühle und Scham quälen. Werden Angst und Abwehr zu groß, spüren einige Betroffene ihre Gefühle nicht mehr, während andere sie spüren, aber nicht äußern. Scham begleitet das Gefühl „falsch“ zu fühlen, Angst vor Sanktionen, sozialem Ausschluss oder Kontrollverlust sind allgegenwärtig.

Jede und jeder von uns erfährt im Laufe des Lebens in unterschiedlichen Lebensbezügen, dass intensive Gefühle in bestimmten Situationen erwünscht oder unerwünscht sind. Wie frei können wir sein, uns gegen den Sog der „sozialen Wünschbarkeit“ zu setzen? Schon in der Kindheit lernen wir Gefühle zu maskieren, zu verbergen und im Ausdruck zu verändern. Anstatt das jeweilige Primärgefühl zu empfinden (z. B. tiefe Traurigkeit), treten Sekundärgefühle an diese Stelle, die aus einer Mischung von Gefühl und sozialer Aktion bestehen (z. B. Jammern; sich Beklagen; Ironisieren). Diese Sekundärgefühle haben ablenkenden Charakter, weil Primärgefühle nicht „sein“ dürfen oder können. Hierbei geht es in der Regel nicht um absichtliches Täuschen, sondern um Selbstschutz. Dieser vermeintliche Selbstschutz grenzt das Unbekannte, Fremde aus, um das Eigene unverändert bewahren zu können. Schatten werden zur eigenen Entlastung auf andere projiziert, „Sündenböcke“ ausgegrenzt. Nur so kann das eigene Selbst vor Schuld und Scham bewahrt bleiben.

Angst bringt einen dazu, sich von Grenzen fernzuhalten, sich nicht in Widerspruch zu setzen, möglichst kein Risiko einzugehen und es also nicht krachen zu lassen.

### Das „weiße Feuer“ anfachen

Jedes Bibliodrama wird zum Risiko, wenn das eigene Selbst um jeden Preis möglichst unverändert erhalten bleiben muss und die Gefühle in einer Rollenübernahme nicht gefühlt werden dürfen. Wenn die Angst groß wird, das Ganze könnte mir entgleiten und am Ende könnte ich mit verändertem Selbst-, Welt- und Gottesbild nicht unbeschadet und unbeschädigt in mein bisheriges Leben zurückkehren. Bibliodrama unterdrückt Affekte nicht. Es wird dabei gelacht und geweint. Aber, wann hört der Spaß auf im Spiel? Wann wird das „weiße Feuer“ vom

inspirierenden Funken zum - gefühlt - gefährlichen Feuer? „Inszenierungsarbeit wie das Bibliodrama spielt (...) mit den Wurzeln des Selbst,“<sup>3</sup> d. h. ich stehe selbst auf dem Spiel. „In einem systemischen Verständnis von Bibliodrama gibt es kein falsch und kein richtig. Das Bibliodrama erschafft sozusagen einen je neuen heiligen Text.“<sup>4</sup> „Man verwickelt sich. Man gerät in ein gewisses Risiko und zuweilen sogar in eine Gefährdung. Bis zum Ende des Spiels müssen denn auch die Spielerinnen und Spieler ihre Kräfte testen, ihre Ausdauer, ihren Mut und ihr Durchhaltevermögen.“<sup>5</sup> Im Gegensatz zur Predigt und - wie ich meine - auch im Gegensatz zum Bibliolog, weiß man nie, wie es ausgeht. Wer das aus unterschiedlichen Gründen nicht aushält, wird sich oder das „richtige“ Textverständnis automatisch schützen und das Spiel nicht wirklich frei geben. Das gilt für Leitung, Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

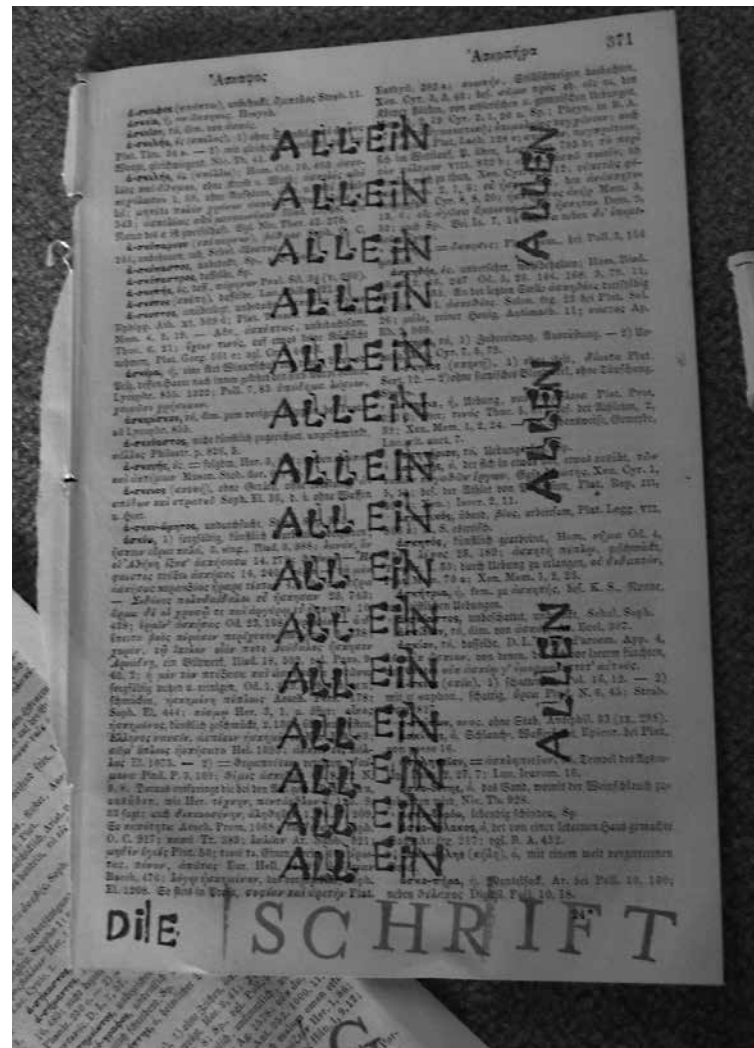
Was mute ich mir zu in der Leitung? Was mute ich den Mitspielern zu? Was mute ich dem Text zu? Versuche ich aus Angst, den Text zu domestizieren, Bedeutungsrahmen und Führung durch den Text so eng zu gestalten, dass keine heftigen Gefühle und kein Krach aufkommen?<sup>6</sup>

**Wenn es brenzlig wird: zwischen Angst und Zumutung**

Über das Bibliodrama hinaus geht folgendes Erlebnis. Ich besuchte im Frühjahr im Barther Bibelzentrum einen Seminartag mit Prof. Dr. Klara Butting, der sich exegetisch mit den Psalmen beschäftigte und nach ihrer Bedeutung für unser Leben fragte. Ein Workshop dazu, an dem ich teilnahm, stellte die Frage, weshalb gerade die Textpassagen in Psalmen ausgelassen werden, in denen es um Gewalt geht. 12 - 15 Theologen und Theologinnen widmeten sich dem Thema. Das Ergebnis am Ende war zwar nicht einhellig, aber doch überwiegend: Wir dürfen diese Themen nicht ausblenden, aber in meinem Gottesdienst möchte ich sie nicht haben.

**Man verwickelt sich. Man gerät in ein gewisses Risiko und zuweilen sogar in eine Gefährdung.**

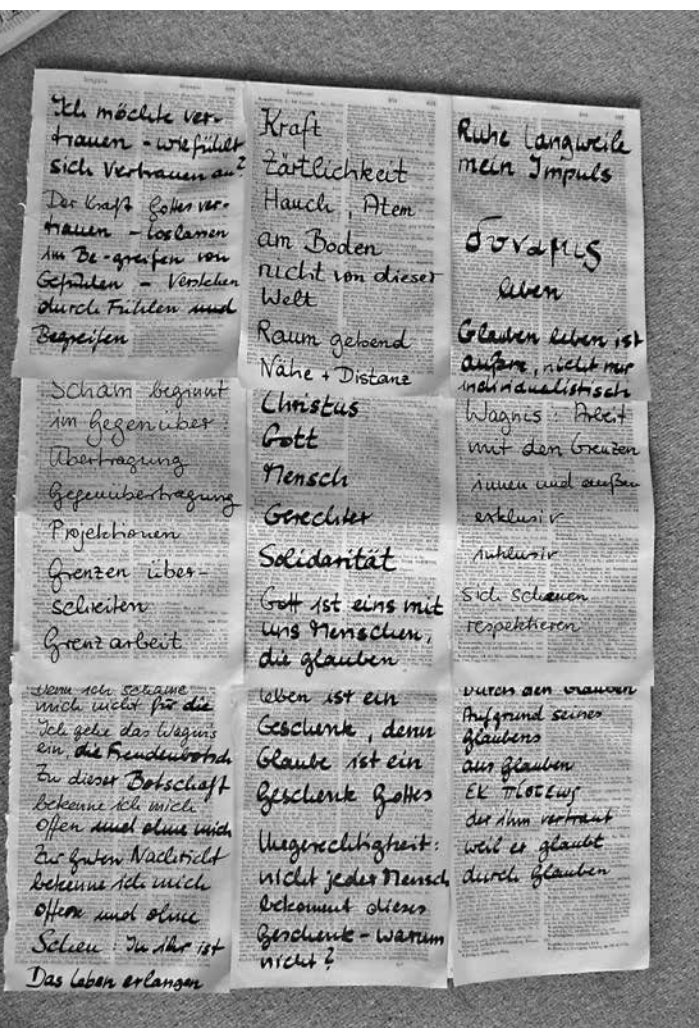
Die Begründung war insbesondere die Befürchtung, dem nicht gewachsen zu sein, was damit ausgelöst werden könnte. Gefühle von Wut, Trauer, Schuld und Scham sind halt oft schwer auszuhalten, nicht nur bei mir, auch bei anderen. Dazu ein Beispiel aus meiner eigenen Bibliodramaleitung. In der Geschichte vom Erstgeborenensegen (Gen 27,1-40) hat eine Frau sich die Rolle der „Schuld“ gewählt. Sie sagt von sich selbst: „Ich bin nicht



immer zu erkennen. Ich bin die dunkle Seite als Bürde und wie Feuer im Körper, wenn man mich trägt“. Sie mischt sich laut in alles ein, stört den Ablauf der Geschichte, setzt sich ständig ins Zentrum. Ich werde unruhig und halte es kaum noch aus. Später wird gerade diese Unerträglichkeit von Schuld zu einer neuen Sichtweise der Geschichte beitragen. Im Bibliodrama, ähnlich wie in einer Therapie, werden mitunter unterdrückte, unlebendige Gefühle geweckt, die in der Vergangenheit, in alten Mustern und eventuell in Traumata ihren Ursprung haben. Doch anders als in Beziehungen „da draußen“ und in der Therapie bleibt das Erleben nicht an die Person gebunden, sondern wird

in den Dienst des Textes gestellt. Verantwortung der Leiterin, des Leiters ist es dabei, die heftigen Gefühle wahrzunehmen, in der Beobachtung zu distanzieren, sich hineinziehen zu lassen und den heftigen

Gefühlen standzuhalten. Finden diese Ausdruck und Antwort, so werden sie von ihrer Heftigkeit verlieren, ohne an Intensität einzubüßen. Damit verlieren sie die Macht über den Protagonisten, sie können in den Dienst des besseren Verständnisses gestellt werden und machen keine Angst mehr. Funktionieren kann das nur, wenn die Bibliodramaleitung und die Protagonisten es zulassen können, dass auch die dunklen Seiten zum



Vorschein kommen dürfen. Das gelingt nicht immer. In mehr als einem Gespräch über Bibliodrama fielen Aussagen wie: „Bibliodrama finde ich toll, aber ich lasse mich nicht mehr wirklich auf eine Rolle ein. Dabei habe ich Anfeindung und Ausgrenzung in der Gruppe erlebt, weit über das Spiel hinaus.“ Wenn die Distanzierung und Rückgabe an den Text nicht gelingt, bleiben Angst, Scham und andere negative Gefühle gleichsam am Protagonisten kleben. Die Gefahr besteht insbesondere dann, wenn Zeugen und Mitspieler nicht aushalten, was sich ereignet und versuchen, ihr Textvorverständnis um jeden Preis zu retten. Eine andere Überlegung knüpft noch einmal an das Beispiel vom „Erstgeborenenesegen“ an. Es wurde durchgeführt von Eva Stattaus und mir mit Erzieherinnen und einem Erzieher evangelischer Kitas, die im Rahmen einer religionspädagogischen Fortbildung in Mecklenburg-Vorpommern über einen Zeitraum von 1½ Jahren zusammenarbeiten und in der Mehrzahl keine christliche Sozialisation haben. Selbsterfahrung, auch bibliodramatische, ist wichtiger Teil dieser Qualifizierung. Dabei ergeben sich immer wieder Situationen eines „Wasch-mich-aber-mach-mich-nicht-nass“. Die Angst vor Veränderung ist spürbar und nachvollziehbar, wenn man bedenkt, dass in den Familien und im sozialen Umfeld oft ganz andere Normen und Werte vorherrschen und befürchtete oder tatsächliche Ausgrenzung droht. Gleichzeitig erspüren viele auch das ganz andere, um das es hier geht. Es ist ein Spannungsfeld zwischen Angst und Vertrauen.

### „Mit einem anderen Kalb als der Vernunft pflügen“

Leitungskunst erfordert hier ein sehr genaues Spiel. Wie weit in die Tiefe gehe ich mit dieser Gruppe, mit Einzelnen? Was von dem, was mir in Spiel und Text entgegen kommt, greife ich auf? Wo vertraue ich auf die Wirkung der inneren und äußeren Bilder und lasse es unkommentiert geschehen? Das hängt dabei natürlich nicht ausschließlich, nicht einmal in erster Linie von dem oder der Einzelnen, auch nicht von der Gruppe, sondern in hohem Maße auch vom jeweiligen Text ab. Widerstände ins-

**Wenn die Distanzierung und Rückgabe an den Text nicht gelingt, bleiben Angst, Scham und andere negative Gefühle gleichsam am Protagonisten kleben.**

besondere gegen heftige Gefühle können in beide Richtungen weisen, auf den Privatmenschen im „Rollenspieler“, aber auch auf eine Leerstelle/weißes

Feuer/Dreh- und Angelpunkt in der inszenierten Geschichte. Und darum geht es ja beim Bibliodrama. Es verändern sich die Wirklichkeit der Geschichte und die Wirklichkeit der Protagonisten. Diese Wirklichkeitsveränderung geschieht durch Emotionen, durch große Gefühle. „Tragfähige Wahrheit liegt im Verborgenen und muss immer neu zur Welt kommen. Dazu muss man mit einem anderen Kalb als dem der Vernunft pflügen.“<sup>7</sup>

Nur wenn Angst überwunden wird und Vertrauen wächst, kann eine Atmosphäre entstehen, in der Grenzen überschritten und alte Denk- und Verhaltensmuster aufgegeben werden können, persönlich und im Textverständnis. Dazu darf es dann ruhig mal krachen.

<sup>1</sup> Carroll E. Izard: „Human Emotions“

<sup>2</sup> DIE ZEIT 37 vom 10.9.2015: Ulrich Schnabel, „Die Macht der Gefühle“

<sup>3</sup> Siegfried Essen, Bibliodrama-Kontexte; Band 3 „Systemische Weltsicht und Bibliodrama“, 2003, S.25

<sup>4</sup> ebd.

<sup>5</sup> Wolfgang Teichert, „Wenn die Zwischenräume tanzen. Theologie des Bibliodramas“, 2001, S.45

<sup>6</sup> das wäre ein „Osterhasenbibliodrama“ frei nach Elsbeth Stern (Max-Planck-Institut für Bildungsforschung, 2011: „Der fragend-entwickelnde Unterricht ist in Deutschland die verbreitetste Form, um Wissen zu vermitteln. Man nennt das übrigens auch Osterhasenpädagogik, weil der Lehrer die Eier, das Wissen, versteckt, das von den Schülern gefunden werden soll.“)

<sup>7</sup> Johann Georg Hamann (1730-1788) zitiert nach einem Vortrag von Dr. Karin Schäfer „Erfreuliche Gedanken zur Verborgenheit als Erscheinungsweise Gottes“, gehalten am 25. 8. 2015 beim 4. Sommersymposium der VCH-Akademie auf Sylt zum Thema „Verlassenheit und Nähe“



**Ingeborg Kleen, Psychologin und Supervisorin**  
 ingeborg.kleen@googlemail.com