

**IMPRO  
FÜR EIN  
DROGENFREIES LEBEN**

**- Theater als Rückfallprophylaxe -**



**Theoretische Abschlussarbeit  
im Rahmen der Ausbildung  
zur Theaterpädagogin (BUT)  
an der Theaterwerkstatt Heidelberg  
von  
Nora Staeger  
Juli 2009**

# Inhaltsverzeichnis

<b>1. Einleitung</b> .....	1
<b>2. Sucht</b> .....	2
<b>2.1. Was ist Sucht – Begriffsklärung</b> .....	2
<b>2.2. Stoff-gebundene und stoff-ungebundene Sucht</b> .....	4
<b>2.3. Körperliche und psychische Abhängigkeit</b> .....	5
<b>2.4. Wege aus der Sucht</b> .....	5
<b>3. Ehemals Drogenabhängige</b> .....	6
<b>3.1. Begriffsklärung</b> .....	6
<b>3.2. Beschreibung der Zielgruppe</b> .....	7
<b>3.3. Rückfallprophylaxe</b> .....	8
<b>4. Improvisationstheater nach Keith Johnstone</b> .....	10
<b>4.1. Zur Person</b> .....	10
<b>4.2. Grundsätzliches</b> ... ..	11
<b>4.2.1. ... zum Theatersport</b> .....	11
<b>4.2.2. ... zum Improtheater</b> .....	12
<b>4.3. Theaterpädagogische Bedeutung</b> .....	14

<b>5. Die besondere Bedeutung des Improtheaters für ehemals Drogenabhängige .....</b>	<b>15</b>
<b>5.1. Kreativität .....</b>	<b>16</b>
<b>5.2. Vertrauen und Zusammenspiel .....</b>	<b>17</b>
<b>5.3. Spontaneität .....</b>	<b>18</b>
<b>5.4. Vielfältigkeit .....</b>	<b>18</b>
<b>5.5. Spaß bzw. Freude .....</b>	<b>19</b>
<b>5.6. Interaktion mit dem Publikum .....</b>	<b>20</b>
<b>5.7. Erfolg und Motivation .....</b>	<b>21</b>
<b>5.8. Ensemble .....</b>	<b>22</b>
<b>5.9. Improregeln als Stütze im drogenfreien Alltag .....</b>	<b>23</b>
<b>5.9.1. Ja sagen und annehmen .....</b>	<b>23</b>
<b>5.9.2. Gegenseitige Wahrnehmung .....</b>	<b>23</b>
<b>5.9.3. Fokus .....</b>	<b>24</b>
<b>5.9.4. Nicht vorausplanen .....</b>	<b>24</b>
<b>5.9.5. Mut zum Scheitern .....</b>	<b>24</b>
<b>5.9.6. Eine gemeinsame Geschichte erzählen .....</b>	<b>25</b>
<b>6. Improtheater als berufliche Wiedereingliederung.....</b>	<b>25</b>
<b>6.1. RequiSiT .....</b>	<b>25</b>
<b>6.1.1. Eintägige Veranstaltungen .....</b>	<b>26</b>
<b>6.1.2. Elternabende .....</b>	<b>27</b>
<b>6.1.3. Lehrerfortbildungen .....</b>	<b>27</b>

6.1.4. Eine Woche Suchtprävention mit RequiSiT .....	28
<b>6.2. Worauf es ankommt .....</b>	<b>29</b>
6.2.1. Sinnhaftigkeit und Wertschätzung .....	29
6.2.2. Balance zwischen Unter- und Überforderung ...	30
6.2.3. Verantwortung .....	31
6.2.4. Gelebtes Konzept .....	31
6.2.5. Theater, keine Therapie .....	32
6.2.6. Flexibilität .....	33
6.2.7. Warum Impro? .....	33
<b>6.3. Was es zu beachten gilt .....</b>	<b>34</b>
6.3.1. Teilnehmer .....	34
6.3.2. Theater als Arbeit .....	34
6.3.3. Impro ist nicht für jeden geeignet .....	34
6.3.4. Finanzierung .....	35
6.3.5. Perspektive .....	35
 <b>7. Schlussbetrachtung.....</b>	 <b>36</b>

# 1. Einleitung

Steckt im Improvisationstheater rückfallprophylaktisches Potenzial?

Kann es ehemals Drogenabhängigen dabei helfen, ein drogenfreies Leben zu führen? Und wenn ja, wie ist das möglich?

In der vorliegenden Arbeit sollen Antworten auf diese Fragen gefunden werden, die mich schon lange beschäftigen.

Vor knapp 14 Jahren habe ich bei einem gemeinnützigen Verein ein Theaterprojekt mit ehemals Drogenabhängigen gegründet, das mittlerweile zu einem eigenen Arbeitsbereich und für einige Mitarbeiter<sup>1</sup> zu einem festen Arbeitsplatz geworden ist. Die theaterpädagogische Methode, die dem Projekt zugrunde liegt, ist das Improvisationstheater in Anlehnung an Keith Johnstone.

Im Laufe der Jahre habe ich mit vielen ehemals Drogenabhängigen gearbeitet, sie kennen gelernt und auch die positive Wandlung gesehen, die sie vollzogen haben. Im Vergleich zu anderen Beschäftigungsmaßnahmen gab und gibt es in dem Theaterprojekt relativ wenig Rückfälle und viele Mitarbeiter, die über einen langen Zeitraum beschäftigt sind und waren. So ist z. B. der damals erste Projektteilnehmer noch heute ein tragendes Mitglied der Theatergruppe, lebt seit mehr als 14 Jahren rückfallfrei und ist – im Vergleich zu früher – zu einer selbstbewussten und starken Persönlichkeit herangewachsen.

Wenn ich mir den Erfolg des Projektes und vor allem den persönlichen Erfolg, den es für die meisten Mitarbeiter gebracht hat, ansehe, frage ich mich oft, wie es dazu gekommen ist. Und ich bin davon überzeugt, dass ein großer Anteil daran in der Theaterform selbst steckt. Es scheint, als passe Improvisationstheater besonders gut auf diese Zielgruppe und ermögliche Entwicklungen, die für ein drogenfreies Leben von großer Bedeutung sind. Ob und warum dies so ist – das soll in dieser Arbeit erläutert werden.

Damit der Leser mich auf dieser gedanklichen Reise begleiten kann, wird er in den Kapiteln 2 und 3 Hintergrundinformationen zum Thema Sucht und über die Zielgruppe „Ehemals Abhängige“ erhalten. Sie dienen als Ausgangsbasis für das weitere Verständnis.

---

<sup>1</sup> Um eine bessere Lesbarkeit zu erreichen, habe ich mich für die maskuline Schreibweise entschieden

In Kapitel 4 wird kurz erläutert, was das Improvisationstheater in Anlehnung an Keith Johnstone ist, und worin dessen theaterpädagogische Bedeutung im Allgemeinen besteht.

Unter Punkt 5 geht es darum, die einzelnen Elemente des Improvisationstheaters in Bezug zu der speziellen Zielgruppe zu setzen und dadurch deren rückfallprophylaktische sowie stabilisierende Wirkung hervorzuheben und zu veranschaulichen. Aspekte wie Kreativität, Spontaneität aber auch die Theaterregeln und deren Bedeutung für ein drogenfreies Leben werden im Mittelpunkt der Betrachtung stehen.

Im letzten Abschnitt liegt das Augenmerk auf dem Potenzial des Theaters auch im Hinblick auf eine berufliche Wiedereingliederung ehemals Drogenabhängiger. Am Beispiel des oben erwähnten Theaterprojektes werden die Kernpunkte dieser Theaterarbeit mit ehemals Drogenabhängigen exemplarisch dargestellt.

Unter Punkt 7 findet sich eine Zusammenfassung meiner Erläuterungen sowie daraus abgeleitete Schlussfolgerungen für die Praxis.

Ich wünsche eine gute Reise!

## **2. Sucht**

### **2.1. Was ist Sucht – Begriffsklärung**

*Sucht* bzw. *Suchtkrankheit* bezeichnet einen krankhaften Endzustand der Abhängigkeit von einer Droge, einem Genussmittel oder einer Verhaltensweise. Der süchtige Mensch leidet unter dem Zwang, sich das Suchtmittel / das süchtige Verhalten in steigender Dosis zuführen zu müssen. Durch noch so großen Willensaufwand ist er nicht in der Lage, sich direkt von der Sucht zu befreien (Gross 2003, 31).

Gross beschreibt sehr gut den Kern der Sucht, nämlich dass sie nichts Rationales und somit über die Vernunft auch nicht steuerbar ist. Sie unterliegt eigenen Gesetzmäßigkeiten und einem gewissen Automatismus, der – einmal eingeleitet – wie von selbst abläuft. Und zwar unabhängig davon, um welches Suchtmittel es sich handelt.

Typische Suchtkriterien sind (vgl. Gross 1995, 28 ff):

- Toleranzentwicklung und Dosissteigerung: Der Körper gewöhnt sich immer mehr an die Droge und braucht eine immer stärkere Dosis
- Kontrollverlust: Man kann den Konsum des Suchtmittels nicht (mehr) kontrollieren
- Entzugserscheinungen sowohl psychischer als auch physischer Natur
- Wiederholungszwang oder Abstinenzunfähigkeit: Der Betroffene „muss“ das Suchtmittel immer wieder konsumieren
- Interessenabsorption und Zentrierung: Der gesamte Tagesablauf bzw. das ganze Leben des Süchtigen kreist nur noch um das Suchtmittel. Es beherrscht alles und entwickelt sich zum 24-Stunden-Job.
- Gesellschaftlicher Abstieg: Da der Betroffene kaum noch Zeit für seine Arbeit, Familie und sonstige soziale und gesellschaftliche Aufgaben hat, gerät er immer mehr in die Isolation. In den meisten Fällen verliert er seinen Arbeitsplatz, die Familie oder Partnerschaft und andere soziale Bezüge.
- Psychischer und körperlicher Zerfall: Der Süchtige wird zu einem Wrack, das ohne Suchtmittel nicht mehr „überlebensfähig“ ist. Ohne professionelle Hilfe gelingt es meistens nicht, sich aus dem Teufelskreis Sucht zu lösen.

Sucht entsteht in der Regel dann, wenn der Betroffene - meist nicht bewusst -, seinen aktuellen Gefühlszustand nicht mehr ertragen kann und mit Hilfe des Suchtmittels einen besseren Zustand erreichen möchte. Somit handelt es sich genau genommen um eine Art Selbstheilungsversuch, der zwar auf Dauer nicht von Erfolg gekrönt ist, aber der betroffenen Person zumindest kurzfristig eine Form von Erleichterung verschafft. Und diese ist ausreichend dafür, dass er den Konsum stets wiederholt und sich daran gewöhnt. Die Gewöhnung wiederum führt im weiteren Verlauf zur Sucht. Der Betroffene kann ihm ausweglos erscheinende Situationen nur noch damit lösen, dass er zum Suchtmittel greift (vgl. Gross 1995, 25). „Das süchtige Verhalten wird zum Problemlösemechanismus Nummer Eins“ (Gross 1995, 25).

Welchen Stoff der Süchtige konsumiert bzw. welches Verhalten er stets wiederholt, ist für das Verständnis von Sucht sekundär, da es keinen großen Einfluss auf ihren charakteristischen Verlauf hat.

## 2.2. Stoff-gebundene und stoff-ungebundene Sucht

Dass der regelmäßige Konsum bestimmter Stoffe, wie z.B. Alkohol, Nikotin, Medikamente, Heroin, LSD, Kokain, Opium, Cannabis, Morphin, Amphetamine, Crack etc. zu einer Abhängigkeit beim Menschen führen kann, ist bekannt.

Weniger verbreitet dagegen ist das Wissen um die stoff-ungebundene Sucht, bei der nicht eine bestimmte Substanz den Lebensmittelpunkt des Betroffenen ausmacht, sondern ein menschliches Verhalten suchtartigen Charakter annimmt (vgl. Kuntz 2005, 164). Die am weitesten verbreiteten Formen dieser substanzunabhängigen Sucht sind: Spielsucht, Essstörungen wie Adipositas, Bulimie und Magersucht, Arbeitssucht, Liebes- und Sexsucht, Computer-Sucht, Kaufsucht, Kleptomanie und die Suche nach Extremsituationen (vgl. Gross 1995, 78).

Ob jemand eine Sucht bezüglich eines Stoffes oder eines Verhaltens entwickelt, hängt von verschiedenen Faktoren ab und kann trotz intensiver wissenschaftlicher Forschungsarbeit nicht vorhergesagt werden.

„Immer dann, wenn Wissenschaftler versuchen, das ersehnte Suchtgen zu finden, scheitern sie kläglich. So einfach liegen die Dinge nicht“ (Kuntz 2005, 99), denn „die Suchtpersönlichkeit gibt es nicht. Ein süchtiger Mensch hat immer eine ganz individuelle Lebensgeschichte, die seinen Weg in die Sucht erklären mag“ (Kuntz 2000, 17).

Jeder süchtige Mensch geht eine Beziehung zu seinem Suchtmittel oder –verhalten ein und lässt zu, dass es eine wichtige Funktion in seinem Leben einnimmt, nämlich z. B. die, seinen aktuellen Gefühlszustand zu verbessern.

Die Eigenschaft der nicht-substanz-gebundenen Süchte, unmittelbar intensive Lustgefühle, einen erregenden euphorischen Zustand zu erzeugen oder Missstimmungen sofort zu vertreiben, bilden die Grundlage des Suchtpotenzials, wie sie sowohl stoffgebundener als auch stoffunabhängiger Form gemeinsam ist (Fleisch [u. a.] (Hg.) 1997, 74).

Gerade die nicht stoff-gebundenen Süchte sind von außen oft nur schwer zu erkennen. So genießt z.B. ein Arbeitssüchtiger über viele Jahre hinweg sogar eine hohe gesellschaftliche Anerkennung, was wiederum dazu führt, dass er sich seine Abhängigkeit nur schwer eingestehen kann.

Wesentliches Merkmal dieser Sucht ist, dass dieses Verhalten aus einem inneren Zwang heraus geschieht, gegen den sich der Arbeitssüchtige genauso wenig wehren kann wie der Alkoholiker, der das erste Bier gekippt hat (Gross 1995, 88).

Sowohl für die stoff-gebundene als auch für die stoff-ungebundene Sucht gilt, dass der Betroffene die Kontrolle darüber verloren hat, sie sein gesamtes Leben beherrscht und sein Denken und Handeln nur noch auf das Beschaffen, den Konsum, die Verhütung von Entzugserscheinungen sowie die Geheimhaltung der Sucht ausgerichtet sind (vgl. Gross 1995, 13). Er steckt in einem Teufelskreis fest, aus dem er ohne professionelle Hilfe nicht ausbrechen kann und merkt, dass sich Sucht weder rational erklären, noch lösen lässt.

### **2.3. Körperliche und psychische Abhängigkeit**

Körperliche Abhängigkeit von einer Droge oder einer Verhaltensweise ist deutlich daran zu erkennen, dass sich bei Nichtzufuhr des Suchtmittels Entzugserscheinungen einstellen, wie z.B. Zittern, Schweißausbrüche, Übelkeit, Krämpfe etc. Die Intensität und Heftigkeit der Symptome sind je nach Person und Suchtmittel unterschiedlich stark ausgeprägt. Trotz dieses intensiven körperlichen Empfindens, geht man heute davon aus, dass nicht die körperliche, sondern die psychische Abhängigkeit das Hauptproblem für einen Süchtigen darstellt, denn

[...] man wird weniger von der Substanz selbst abhängig als von dem Wunsch, durch das Suchtmittel einen veränderten Gefühls- und Bewusstseinszustand herbeizuführen, um konfliktbeladenen Situationen zu entfliehen oder sich einfach ein Lusterlebnis zu verschaffen [...] (Gross 1995, 14).

Während sich der Betroffene durch eine Entgiftung innerhalb weniger Wochen von seiner körperlichen Abhängigkeit befreien kann, bleibt die psychische Abhängigkeit oft das ganze Leben lang latent bestehen. Die Erinnerung daran, dass man sich mit Hilfe des Suchtmittels Erleichterung und angenehme Zustände verschaffen kann, bleibt erhalten und stellt immer wieder eine große Verlockung dar.

### **2.4. Wege aus der Sucht**

Der Entzug bzw. die Entgiftung - dem Körper wird etwa sieben bis zehn Tage keinerlei Suchtmittel zugeführt - stellt somit nur einen ersten Schritt in ein suchtmittelfreies Leben dar (vgl. Gross 1995, 30f).

Wenn der Körper nach ca. zwei bis vier Wochen auch ohne Zufuhr des Suchtmittels körperlich überlebensfähig ist, also die schlimmsten Entzugserscheinungen

überwunden sind, schließt sich im Idealfall eine mehrmonatige Entwöhnungsbehandlung an, in der die psychische Abhängigkeit behandelt wird.

In dieser stationären Therapie geht es darum, mit professioneller Hilfe die individuellen Gründe für die eigene Suchtentstehung zu erkennen, sie therapeutisch aufzuarbeiten und zu lernen, bei Konflikten und unangenehmen Gefühlszuständen nicht wieder in die Abhängigkeit auszuweichen. Das ist keine leichte Arbeit und erfordert eine sehr große innere Bereitschaft und Motivation. Nicht selten brauchen die Betroffenen mehrere Versuche, bis sie in der Lage sind, suchtmittelfrei zu leben. Manche werden dieses Ziel nie erreichen.

Die Suchthilfe hält verschiedene Angebote bereit, um Betroffene in ihrer Entscheidung für ein suchtmittelfreies Leben zu unterstützen. So gibt es neben zahlreichen therapeutischen Einrichtungen auch viele Selbsthilfegruppen, Lebensgemeinschaften, Betreute Wohngruppen und Nachsorgeeinrichtungen.

Sie bieten dem Süchtigen die Chance, den Übergang von einem erfolgreichen Therapieabschluss zu einem suchtmittelfreien, normalen Alltagsleben positiv zu gestalten und bereiten ihn darauf vor. Dazu gehört u. a. ein geregelter Tagesablauf, für sich und andere Verantwortung zu übernehmen, einer Beschäftigung nachzugehen, seine Freizeit sinnvoll zu gestalten und zu lernen, dass ein Leben ohne Suchtmittel funktionieren kann. Wie viel Zeit jeder Einzelne für diese Stabilisierung benötigt, und ob er es tatsächlich schafft, suchtmittelfrei zu leben, hängt stark von ihm selbst ab, denn „Sucht ist kein Schicksal, sondern eine Wahl, für die der Wählende mitverantwortlich ist“ (Kuntz 2000, 17).

### **3. Ehemals Drogenabhängige**

#### **3.1. Begriffsklärung**

Da es verschiedene Definitionen von Sucht und Abhängigkeit<sup>2</sup> gibt, soll für das weitere Verständnis folgender Zusammenhang als Grundlage dienen: Ein Mensch, der von einem Stoff oder einem Verhalten abhängig geworden ist, hat eine Sucht mit entsprechender Suchtstruktur entwickelt. Nach Überwindung der akuten Abhängigkeit bleibt diese Sucht latent erhalten und stellt sich bei erneutem Konsum

---

<sup>2</sup> Einen anschaulichen Überblick erhält man bei Helmut Kuntz (vgl. Kuntz 2005, 38ff)

meistens schnell wieder ein. Somit erweist sich in der praktischen Arbeit der Begriff „ehemals abhängig“ gegenüber der Bezeichnung „ehemals süchtig“ als sinnvoller.

Dieser Sachverhalt lässt sich anschaulich am Beispiel eines Alkoholikers erläutern: Nach Überwindung seiner Abhängigkeit, d.h. wenn er keinen Alkohol mehr konsumiert, wird er als so genannter „trockener Alkoholiker“ bezeichnet – er bleibt also Alkoholiker, sprich seine Sucht ist weiterhin existent, nur wechselt er vom aktiven in den passiven Zustand, da er keinen Alkohol mehr konsumiert. Sollte sich dies wieder ändern, verselbständigt sich seine Sucht erneut, die Suchtstruktur wird reaktiviert, und er verfällt in alte abhängige Verhaltensmuster. Der trockene wird wieder zum „nassen“ Alkoholiker.

Die meisten Drogenabhängigen sind heute „polytoxikoman“ abhängig, d.h. mehrfachabhängig und nehmen somit verschiedene Stoffe zu sich. Für den weiteren Verlauf dieser Arbeit ist es wichtig zu wissen, dass ein ehemals Drogenabhängiger, der von anderen Drogen als Alkohol abhängig war, in der Regel auch Alkohol nicht kontrolliert konsumieren kann. Jeglicher Konsum bewusstseinsverändernder Stoffe führt in den meisten Fällen dazu, dass die Suchtstruktur aktiviert wird und der Betroffene langsam oder schnell wieder die Kontrolle über sein Konsumverhalten verliert. So kann es sein, dass er nach dem Konsum von Alkohol entweder seine Sucht auf diese Droge verlagert und dem Alkohol verfällt oder aber seine Hemmschwelle dadurch so weit herunter gesetzt wird, dass er über den Alkohol wieder zu seiner/n Ursprungsdroge/n zurückfindet. Erfahrungsgemäß ist ein ehemals Drogenabhängiger in den wenigsten Fällen in der Lage, kontrolliert bewusstseinsverändernde Stoffe zu konsumieren. Das mag bei manchen vielleicht über eine gewisse Zeit hinweg funktionieren, doch sobald eine schwierige Lebenssituation eintritt, ist die Gefahr sehr groß, dass sie die Kontrolle verlieren und wieder in die Abhängigkeit zurückfallen.

In der vorliegenden Arbeit wird somit die Bezeichnung „ehemals drogenabhängig“ für Menschen verwendet, die ihre Abhängigkeit überwunden haben und weder Alkohol noch andere bewusstseinsverändernde Stoffe konsumieren.

### **3.2. Beschreibung der Zielgruppe**

Es gibt nicht viele Menschen, die es schaffen, sich langfristig von ihrer Drogenabhängigkeit zu befreien.

Es ist makaber, aber viel zu viele suchtabhängige Menschen können sich von Ihrer Sucht nur durch den Tod verabschieden. Sie finden keinen anderen Ausweg mehr, um dem ‚Teufelszeug‘ und seinem bezwingenden Griff als übermächtigem Gegner zu entkommen. Manch einer nimmt sich das Leben im akuten Drogenrausch (Kuntz 2005, 88).

Diejenigen, die es geschafft haben, sich aus diesem Griff zu befreien, sind auch energetisch nicht mehr gebunden, was erfahrungsgemäß nur in der Abstinenz möglich ist. Erst, wenn man nicht mehr andauernd damit beschäftigt ist, sich zu überlegen, ob und wie viel man heute schon konsumiert hat oder ob man sich vielleicht doch noch ein Gläschen Wein gönnen könnte etc., erst, wenn der Kopf frei ist, hat der Betroffene die Chance, neue Wege zu gehen und andere Erfahrungen zu sammeln.

Es gibt sicherlich nicht den exemplarischen Typ des „ehemals Drogenabhängigen“, doch Beobachtungen und die praktischen Erfahrungen mit dieser Zielgruppe bestätigen, dass ehemals drogenabhängige Menschen oft sehr sensible, emotionale und kreative Menschen sind.

Es ist unsere auf grenzenlosen Konsum und dürftige Beziehungen getrimmte Lebensweise, welche zunehmend mehr von Natur aus offene, begabte, kreative und glücksfähige Menschen zum Rückzug in die Welt der Drogen und Süchte zwingt (Kuntz 2005, 27).

Somit haben wir es im Umgang mit ehemals Drogenabhängigen in der Regel mit Menschen zu tun, die bereit sind, neue Wege zu gehen, ihr drogenfreies Leben mit Inhalten zu füllen und es zu gestalten.

### **3.3. Rückfallprophylaxe**

Aus der Sicht eines Großteils aller Drogenabhängigen ist ein drogenfreies Leben undenkbar, da sie es aus den verschiedensten Gründen nicht schaffen, ihre alten Verhaltensmuster aufzubrechen und sich der intensiven Auseinandersetzung mit sich selbst zu stellen. Aber es gibt auch diejenigen, die diese harte Arbeit auf sich nehmen und gestärkt aus einer abgeschlossenen Entwöhnungstherapie heraus gehen. Sie sind motiviert, ein neues Leben zu beginnen – ein Leben ohne Drogen. Damit dies möglich wird, müssen zu der inneren Bereitschaft, der therapeutischen Aufarbeitung der eigenen Suchtgeschichte und den gelernten Verhaltensänderungen auch sinnvolle Lebensinhalte hinzukommen, die ein Leben ohne Drogen für den Einzelnen überhaupt erstrebenswert machen. „Wichtig ist es für Lieselotte noch, dass

nüchternes Leben auch Spaß macht. [...] Lieselotte macht jetzt die Erfahrung, dass das Leben auch ohne Drogen schön sein kann“ (Fredersdorf 1998, 29).

Ein abstinentes Leben heißt immer anders leben als zuvor. Sobald die Drogen als Hauptbeschäftigung wegfallen, bedarf es anderer Inhalte und neuer Perspektiven. Daher ist es auch sinnvoll, wenn ehemals Drogenabhängige nach Abschluss der Therapie nicht wieder in ihr altes Umfeld zurückkehren, sondern sich an einem anderen Ort ein neues Leben aufbauen. Bevorzugt auch in so genannten Nachsorgeeinrichtungen, die ihnen den Übergang in ein normales, drogenfreies Leben erleichtern und sie mit professionellen Hilfsangeboten auf ihrem Weg unterstützen.

Trotz erfolgreich abgeschlossener Entwöhnungstherapie sowie der Möglichkeit, weiterhin professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen, ist jeder ehemals Drogenabhängige mehr oder weniger stark der Gefahr eines erneuten Abgleitens in die Sucht ausgesetzt und muss sich stets wieder aufs Neue positionieren. Dies erfordert sowohl einen bewussten und ehrlichen Umgang mit sich selbst als auch ein hohes Maß an Selbstreflexion. Zu verstehen und zu akzeptieren, dass es im Leben auch Zeiten gibt, die nicht so rosig sind, und die man trotzdem aushalten und überleben kann, gehört genauso zur Rückfallprophylaxe wie z.B. eine sinnvolle Beschäftigung, authentische soziale Kontakte, Hobbys, wirkliche Ansprechpartner und Selbstvertrauen. Die Liste stabilisierender Faktoren ist lang, aber es ist sehr schwierig, allgemein gültige vorbeugende Maßnahmen gegen den Rückfall zu formulieren, denn es gibt „[...] so viele verschiedene Gründe für den Rückfall, wie es suchtkranke Menschen gibt.[...] *Den* Rückfall gibt es nicht, jeder ist individuell verschieden“ (Gross 1995, 35).

Daraus wird deutlich, dass es auch *die* Rückfallprophylaxe nicht geben kann. Wichtig ist, dass der Betroffene für sich selbst erkennt, wie er sich vor einem Rückfall schützen und am besten mit möglichen Risiken umgehen kann. Je stärker er in seinem neuen Leben verankert ist, und je wohler und zufriedener er sich darin fühlt, desto besser wird es ihm gelingen, clean zu bleiben und der Verlockung zu widerstehen. Es gibt viele verschiedene Wege und Möglichkeiten, diesen Zustand der inneren Zufriedenheit zu erreichen. Eine davon ist das Improvisationstheater, dessen rückfallprophylaktisches Potenzial in den nächsten Kapiteln erläutert werden soll.

Improvisationstheater – was ist das überhaupt?

## 4. Improvisationstheater nach Keith Johnstone

Bereits im antiken Griechenland als auch im Zeitalter der *Commedia dell'arte*<sup>3</sup>, vom 16. bis zum 18. Jahrhundert, spielte die Kunst der schauspielerischen Improvisation eine sehr große Rolle, wurde dann aber jahrelang vom fixierten Literaturtheater verdrängt (vgl. Koch/Streisand (Hg.), 138). Erst in den 1960er Jahren erfuhr das Improvisationstheater u.a. durch Viola Spolin<sup>4</sup>, ihren Sohn Paul Sills und die Gründung zahlreicher freier Theatergruppen eine Renaissance. Seitdem haben sich verschiedene Spielformen herausgebildet, wovon die von Keith Johnstone in den 1970er Jahren entwickelte heute die populärste ist.

### 4.1. Zur Person

Keith Johnstone wurde 1933 in England geboren, leitete von 1956 bis 1966 die Autorenwerkstatt am Royal Court Theatre in London, wo er auch als Regisseur und stellvertretender Direktor tätig war. Er unterrichtete an der Royal Academy of Dramatic Art und arbeitete viele Jahre an verschiedenen Theaterschulen in mehreren europäischen Ländern wie z.B. an der Danish State School. In den 1970er Jahren verließ er England und ging nach Kanada, wo er an der Universität von Calgary unterrichtete, die Improvisationsgruppe Theatre Machine gründete, die in vielen Ländern auftrat, und später das Loose Moose Theatre ins Leben rief – die Heimat des Theatersports (vgl. 4.2.).

Keith Johnstone selbst fühlte sich während seiner Schulzeit oft als Außenseiter und von den Lehrern weder richtig wahrgenommen noch in seiner persönlichen und sozialen Entwicklung gefördert.

Anderen Menschen schienen meine Probleme verborgen zu bleiben. Meinen Lehrern war nur wichtig, ob ich ein *Gewinner* war. [...] Die Schule verließ ich mit einer schlechteren Körperhaltung, einer schlechteren Stimme, schlechteren Bewegungen und viel weniger Spontaneität. Hatte die Erziehung also eine negative Auswirkung gehabt? (Johnstone 1995, 20).

Auf der Grundlage dieser Erfahrung und in Erinnerung an Rousseaus Rat, dann auf der richtigen Spur zu sein, wenn man das Gegenteil von dem tut, was die Lehrer

---

<sup>3</sup> „Komödiantische Improvisationskunst und ein Feuerwerk mimischer, musikalischer und choreographischer Einfälle waren die hervorstechendsten Merkmale des italienischen Stegreifspiels“ (Gronemeyer 2004, 64ff)

<sup>4</sup> Ihr Buch „Improvisationstechniken“ gilt als Standardwerk in der Theaterpädagogik (Vgl. Spolin 2005)

taten, unterrichtete er bald viele der Fähigkeiten, die seine eigenen Lehrer ignoriert hatten (vgl. Johnstone 1998, 20f) und entwickelte so seine eigene Improvisationsform.

Noch heute gibt Keith Johnstone auch in Deutschland regelmäßig Theater-Workshops, in denen er sowohl Laien als auch professionellen Schauspielern die von ihm entwickelten Improvisationstechniken und –regeln sehr anschaulich vermittelt. Ihn zu erleben ist sehr beeindruckend, weil er trotz seines hohen Alters ein sehr jung gebliebener, verspielter und neugieriger Mensch ist. Und das bestätigt die Annahme, dass die Beschäftigung mit dieser Theaterform gut tut und sich positiv auf die Persönlichkeit auswirkt.

## **4.2. Grundsätzliches...**

### **4.2.1. ... zum Theatersport**

Um *sein* Improvisationstheater auf die Bühne zu bringen, entwickelte Keith Johnstone – angeregt durch Catchkämpfe und die dadurch hervorgerufene Begeisterung der Zuschauer – in den 1970er Jahren den so genannten Theatersport. Dabei handelt es sich um eine Spielform, bei der zwei konkurrierende Improvisationsteams gegeneinander in einen Wettkampf treten und sich vor den Augen des Publikums und der Schiedsrichter stets neuen Herausforderungen der Gegner stellen. Das Publikum schlägt die Themen vor und die Improvisationsspieler entwickeln daraus einzigartige Geschichten. Die beiden Mannschaften improvisieren so um die Gunst der Zuschauer, da diese nach jeder Spielrunde abstimmen und durch ihre Punktevergabe darüber entscheiden, wer am Ende als Sieger aus dem Match hervorgeht. „Theatersport bietet sowohl den Zuschauern als auch den Darstellern die Möglichkeit, Theater neu zu erleben“ (Koch/Streisand (Hg.) 2003, 325).

In den 1990er Jahren kam die Improvisations- und Theatersportwelle nach Europa und hat nach Frankreich, Dänemark und den Niederlanden auch Deutschland erreicht, wo das Improvisationstheater nach Johnstone auch unter der Bezeichnung Improtheater bekannt geworden ist (vgl. M. Andersen 1996, 7ff).

„Theatersport“ ist ein geschützter Begriff und darf nur mit offizieller Lizenz verwendet werden. In Deutschland gibt es viele Gruppen, die auch ohne diese Lizenz

Improtheater spielen und es in Anlehnung an den Theatersport auf die Bühne bringen. So existieren neben dem Theatersport noch weitere bühnentaugliche Spielformen des Improtheaters, wie z.B. die *Improshow*, der *Maestro* und die *Langform* (vgl. Koch/Streisand (Hg.) 2003, 324). Die schnelle und kontinuierliche Verbreitung dieser Theaterform hat auch dazu geführt, dass stets neue Spiele und Spielformen entstehen, die zwar alle auf der von Johnstone entwickelten Methode basieren, aber nicht immer seine Zustimmung finden würden.

Dass Improtheater überhaupt vor Publikum gespielt werden soll, steht außer Frage und wird als selbstverständlich vorausgesetzt, denn:

Die Kunst drängt nach öffentlicher Zustimmung oder Verständigung. Auch wenn der schöpferisch Tätige in erster Linie schafft, um sich selbst ‚zu retten‘, so ist dieser Prozeß der Selbstbespiegelung doch nicht ohne das Echo der anderen denkbar (Weintz 2008, 14).

In welcher Form es auf die Bühne gebracht wird, spielt allerdings für die vorliegende Arbeit keine große Rolle, der Fokus soll vielmehr darauf gelegt werden, was das Improvisationstheater ausmacht und welche Bedeutung ihm im theaterpädagogischen Kontext zukommt.

#### **4.2.2. ... zum Improtheater**

Die gesamte Arbeit von Keith Johnstone ist von seinem großen Vorbild, dem Kunsterzieher Anthony Stirling, geprägt, welcher daran glaubte, dass die Kunst im Kind selbst vorhanden ist und nicht durch den Erwachsenen dem Kind aufgedrängt werden kann (vgl. Johnstone 1995, 22ff). In dieser Einstellung fand Johnstone die Bestätigung, dass seine eigene Erziehung ein zerstörerischer Prozess war (vgl. Johnstone 1995, 25f) und er suchte nach einer Möglichkeit, die schöpferische Kraft des Kindes wiederaufzuspüren und den Menschen in der Wiederentdeckung seiner Phantasie zu fördern. (vgl. Johnstone 1995, 8).

Ich wollte etwas, von dem ich nicht wusste, ob es existierte, das aber ‚Die Schauspielkunst als Selbstvervollkommnung‘ hätte heißen können, und ich hatte recht, es zu wollen. Es hätte dazu beitragen können, mich zu retten (und Millionen andere) (Johnstone 1998, 20).

Auf dieser Grundlage entwickelte Keith Johnstone eine Improvisationsform, die vom Menschen selbst ausgeht und auf Kreativität, Spontaneität, Phantasie, Risikofreude, Ausschaltung des Intellekts, Zusammenarbeit und Spaß am Spiel gekennzeichnet ist. Es geht ihm darum,

die oft vergrabenen Möglichkeiten der Phantasie und Vorstellungskraft der Erwachsenen wiederzubeleben und hierüber hinaus Geschichten und Szenen entstehen zu lassen, die in ihrer Handlung und Abfolge ungewiss sind und im Moment entstehen (Bidlo 2006, 106).

So lassen sich die Spieler ohne Text, ohne festgelegte Rollen, ohne Vorbereitung, ohne Bühnenbild und mit nur wenigen bis keinen Requisiten stets auf neue Situationen ein, ohne zu wissen, was als nächstes geschehen wird. Das, was für den Zuschauer oft sehr leicht aussieht, ist allerdings nur dann zu erreichen, wenn man die Regeln und Techniken des Improtheaters beherrscht und auch in der Lage ist, diese im Spiel umzusetzen.

Die wichtigsten sind<sup>5</sup>:

- Der Geschichte eine Richtung geben und nicht zurück gehen
- Negatives an den Schluss der Geschichte setzen und positiv beginnen
- Die Vorschläge der anderen akzeptieren: Wenn man den Vorschlag seines Mitspielers verneint, so blockiert man und zerstört die gemeinsame Geschichte
- Eigene Ideen zugunsten der gemeinsamen Geschichte zurückstecken
- Nicht versuchen, besonders gut oder clever sein zu wollen, sondern darauf vertrauen, dass man schon gut genug ist
- Nicht versuchen, besonders komisch sein zu wollen
- Nicht zu viele interessante Ideen ins Spiel bringen
- Nicht an die Zukunft denken, sondern in der Gegenwart bleiben
- Nicht andauernd sprechen
- Den anderen und sich selbst verändern
- Sich auf der Bühne wohl fühlen und Spaß mit seinen Mitspielern haben
- Mit seinen Mitspielern eine Beziehung eingehen
- Nichts vorausplanen: Weder der einzelne Spieler, noch die Mitspieler untereinander sollten Absprachen treffen, da dies hinderlich und kontraproduktiv für die Kreativität und Spontaneität aller ist
- Den ersten Gedanken nehmen, der einem durch den Kopf geht: Ziel ist es, die innere Kontrollstimme auszuschalten und sich nicht zu überlegen, wie andere auf das reagieren, was man sagt und spielt

---

<sup>5</sup> Die folgende Zusammenstellung basiert auf Erfahrungen, die ich in zwei Workshops mit Keith Johnstone (2000 und 2008) gesammelt habe, auf den Inhalten anderer Impro-Workshops sowie auf dem Studium seiner beiden Bücher (vgl. Johnstone 1995 und 1998)

- Zusammenspielen: Selbst wenn nur zwei Spieler auf der Bühne stehen, sollten die restlichen der Gruppe in Bereitschaft stehen und sich sofort am Spiel beteiligen, sobald es notwendig ist (sie können auch durch Geräusche, Gegenstände etc. helfen)
- Den anderen wahrnehmen: Nur, wenn jeder Einzelne aufmerksam gegenüber seinen Mitspielern ist, und ihnen den nötigen Raum zum Spielen gibt, kann etwas Gemeinsames entstehen

Insbesondere in seinem zweiten Buch (vgl. Johnstone 1998) hat Johnstone eine Menge an Übungen zusammengestellt, die zum Training seiner Grundsätze sehr geeignet sind. Neben dem Erfinden und Erzählen von Geschichten legt er dabei besonders großen Wert auf den so genannten Status<sup>6</sup> und seine Bedeutung als grundlegendes Element menschlicher Interaktion (vgl. Bildo 2006, 107f), da durch die Veränderung des eigenen Status und den des Mitspielers Geschichten interessanter und authentischer werden (vgl. Johnstone 1998, 52). Zudem steht der Spaß am Spiel, das Unvoreingenommene und Ungeplante, die Beziehungen zwischen den Akteuren und das gemeinsame Erleben im Mittelpunkt seiner Aufmerksamkeit. In jedem Fall bedarf es einer intensiven Trainingsphase, um diese Improvisationsform spielen zu können. Es ist eine außergewöhnliche schauspielerische Fertigkeit, die auch irgendwo erworben werden muss (vgl. Vlcek 1997, 11). Bereits auf dem Weg des Erlernens kommt ihr eine große Bedeutung hinsichtlich ihrer positiven Wirkung auf die persönliche Entwicklung der einzelnen Spieler zu. Dies soll im Folgenden näher beleuchtet werden.

### **4.3. Theaterpädagogische Bedeutung**

Ein wichtiges Element von Theaterpädagogik ist, dass der Mensch und die Arbeit am Menschen im Mittelpunkt stehen. Dies ist auch der Kern dieses modernen Improvisationstheaters, bei dem es u.a. darum geht, dass Menschen ihr kreatives Potenzial entfalten, ihre Spontaneität, Phantasie und Kreativität freigesetzt werden und sie persönlich wachsen können (vgl. Koch/Streisand (Hg.) 2003, 139). Keith Johnstone spricht davon, dass es dazu verhilft, zwischenmenschliche Fähigkeiten zu verbessern, dass es zu einer lebenslangen Beschäftigung mit menschlicher

---

<sup>6</sup> „Eigentlich müsste ich von Dominanz und Unterwerfung sprechen, doch dann würde Widerstand aufkommen [...]. Ich glaube, Status ist ein nützlicher Begriff, vorausgesetzt, der Unterschied zwischen dem Status, den man hat und dem Status, den man spielt, ist klar“ (Johnstone 1998, 57)

Interaktion ermuntert, dass es das ‚Funktionieren‘ auf allen Gebieten verbessert und das es sogar ‚stumpfsinnige‘ Leute in ‚brillante‘ Leute verwandeln kann (vgl. Johnstone 1998, 33). Und Radim Vlcek sagt:

Nur der, der sich selbst kennt und sich so angenommen hat, wie er ist, kann sein gesamtes Ausdruckspotential entfalten. Nur derjenige, der bereit ist zu spielen und zu riskieren, kann ganz zu sich selbst kommen (Vlcek 1997, 11).

Es scheint sich dabei um hochgesteckte Ziele zu handeln, die sicherlich nicht leicht und nicht für jeden erreichbar sind, doch kann Improtheater einen großen Teil dazu beitragen. Es hilft, sich selbst immer besser kennen zu lernen, neue Fähigkeiten und Talente in sich zu entdecken, einen anderen Zugang zu sich und den Mitspielern zu bekommen, Vertrauen in sich selbst zu gewinnen, Ängste zu überwinden, Mut zum Risiko zu entwickeln, scheitern zu dürfen, Respekt vor sich selbst und den anderen zu haben und letztendlich ein positives Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein im Sinne einer ganzheitlichen Persönlichkeitsstärkung zu erlangen. Voraussetzung dafür ist natürlich, dass sich der Einzelne mit Freude auf das unvorhersehbare Spiel einlassen kann. Wer das schafft, dem öffnet sich ein weites Feld an neuen Erfahrungen und persönlichen Erlebnissen, die sich auch positiv auf sein Alltagsleben und seine sozialen Kontakte auswirken.

Für manche Menschen kann „Impro“ auch zu einer Art Lebensphilosophie werden und ihnen dabei helfen, schwierigere Situationen zu überstehen. Dies soll am Beispiel von „Ehemals Drogenabhängigen“ in den nächsten beiden Kapiteln genauer erläutert und dargestellt werden.

## **5. Die besondere Bedeutung des Improtheaters für ehemals Drogenabhängige**

Wie bereits anfangs erwähnt, gab es in meiner langjährigen praktischen Theaterarbeit mit ehemals drogenabhängigen Menschen immer wieder Hinweise darauf, dass es einen besonderen Zusammenhang zwischen dieser Zielgruppe und dem Improtheater geben muss. Eine Bestätigung dieser Annahme finde ich u. a. in der geringen Anzahl an Rückfällen in den zurückliegenden 14 Jahren und in dem Großteil der Spieler, die über einen langen Zeitraum dabei geblieben sind und mir von Tag zu Tag stärker und selbstbewusster erscheinen. Ich habe gesehen, wie jemand, der stark an Depressionen litt, schon nach ein paar Monaten Improtheater seine Antidepressiva absetzen und wieder aus Herzenslust lachen konnte. Genauso

erinnere ich mich an die junge Frau, die nach ein paar Wochen Praktikum sagte, sie könne niemals Theater spielen und traue sich das nicht zu, und nun schon seit vielen Jahren fast täglich auf der Bühne steht und eine verantwortungsvolle Funktion ausübt. Ebenso habe ich die Menschen vor Augen, die es im Laufe der Zeit geschafft haben, in festen Beziehungen zu leben, sich eine Familie aufzubauen und die Verantwortung nicht nur für sich, sondern auch für Kinder zu übernehmen. Und dann sind da noch all diejenigen, die persönliche Krisensituationen ohne erneuten Drogenkonsum überstanden haben und gestärkt aus ihnen hervor gegangen sind. Das alles legt die Vermutung nahe,

dass ähnlich wie in der Improvisation auch im Leben immer wieder alles neu erlebbar und veränderbar ist. [...] Starre Verhaltensweisen, Automatismen und Blockaden können verändert werden, insofern bestehen [...] enge Analogien zwischen Bühne und Realität (Bidlo 2006, 105).

Was dies bedeuten kann, soll anhand mehrerer Elemente des Improtheaters für die Zielgruppe „ehemals Drogenabhängige“ erläutert werden.

## 5.1. Kreativität

In der Literatur finden sich viele Umschreibungsversuche für den Begriff Kreativität, auf die hier im Detail nicht näher eingegangen werden kann.

Für das weitere Verständnis soll folgende Definition als Grundlage dienen:

the ability to make or otherwise bring into existence something new, whether a new solution to a problem, a new method or device, or a new artistic object or form [...] The single most important element in the creative process, however, is believed to be originality, or uniqueness (McHenry (Hg.) 1993, 721).

Es ist also das Schöpferische und Neue, das Originelle und vielleicht Einzigartige, was Kreativität ausmacht.

Als ein Hauptelement des Improtheaters kann Kreativität nur dann funktionieren, wenn sie nicht durch Selbstkritik oder Bewertung blockiert wird (vgl. M. Andersen 1996, 37). Ehemals drogenabhängige Menschen verfügen über ein hohes kreatives Potenzial, sonst hätten sie nicht so viele Jahre auf der Drogenszene überlebt. Sie mussten stets neue Wege finden, um sich den nächsten Stoff bzw. das Geld für die nächste Dosis zu beschaffen<sup>7</sup>. Und auch das wurde - im oben genannten Sinn - nicht durch Bewertung blockiert, denn ein Abhängiger überschreitet moralische und gesetzliche Grenzen und bestiehlt seine engsten Freunde und Verwandten.

---

<sup>7</sup> In diesem Zusammenhang spricht man von der so genannten Beschaffungskriminalität (vgl. Schmitt-Kilian 1995, 17f)

Allerdings gibt Improtheater den ehemals drogenabhängigen Menschen die Möglichkeit, dieser in ihnen steckenden Kreativität eine positive Ausdrucksform zu geben. Im Gegenteil zu früher dürfen und können sie jetzt kreativ sein, ohne dass dabei Gefahr droht, sich in die Illegalität zu begeben. Das bietet ihnen die Chance, ihre eigene Kreativität in einem anderen, lebensbejahenden Kontext wieder zu entdecken, begleitet von dem beruhigenden Gefühl, nichts Negatives oder Verbotenes zu tun, sondern so sein zu dürfen, wie man ist. „Sagt ja zu euch selbst und zu eurer Phantasie, so wie sie ist“ (M. Andersen 1996, 37).

Um kreativ zu sein, braucht man Vertrauen sowohl in sich selbst als auch in seine Mitspieler (vgl. M. Andersen 1996, 37). Welche Bedeutung sich darin für ein drogenfreies Leben verbirgt, soll im Folgenden erläutert werden.

## **5.2. Vertrauen und Zusammenspiel**

Improtheater kann nur dann gut funktionieren, wenn es in einem vertrauensvollen Rahmen stattfindet, in dem sich die Spieler geschützt und aufgehoben fühlen. Sie müssen spüren, dass ihnen nichts passieren kann und sie scheitern dürfen, ohne dass dies persönliche Konsequenzen für sie nach sich zieht. Es ist die Aufgabe des Anleiters, diesen vertrauensvollen Rahmen aufzubauen und somit jedem Einzelnen die Chance zu bieten, Vertrauen in sich und die anderen zu entwickeln. Für einen ehemals Drogenabhängigen stellt dies kein leichtes Unterfangen dar, denn die Zeit seiner aktiven Drogenabhängigkeit war von Zweckbeziehungen und Misstrauen geprägt. Das einzig Interessante war, ob man aus einer anderen Person einen direkten Nutzen für seine Sucht ziehen konnte, wie beispielsweise leichter an Stoff zu kommen. Wirkliche Freunde gibt es auf der Szene nicht und somit auch kein Vertrauen. Die Angst, selbst ausgenutzt zu werden, lässt einen immer mehr zum Einzelkämpfer werden. Improtheater ist genau das Gegenteil: Ohne Zusammenspiel und gegenseitiges Vertrauen können keine gemeinsamen Geschichten entwickelt und auch keine guten Szenen gespielt werden.

„Vertraut darauf, dass die anderen euch retten. Und rettet die anderen, wenn es nötig ist. Man könnte sagen [...], dass alles, was man improvisiert, dazu dient, den anderen zu helfen“ (M. Andersen 1996, 28).

Dies stellt für einen Menschen, der sich nach Jahren der Abhängigkeit für ein drogenfreies Leben entschieden hat, eine vollkommen neue Situation dar. Schafft er es, Vertrauen zu sich und den anderen aufzubauen, so ist er einen großen Schritt

weiter gekommen und hat sich selbst die Basis für ein gelungenes soziales Miteinander geschaffen.

Und wo Vertrauen herrscht, ist auch Spontaneität möglich – ein Grundelement der Improvisation.

### **5.3. Spontaneität**

„Wenn einem Improvisierenden nichts einfällt, sollte er nicht krampfhaft versuchen, sich etwas auszudenken, sondern sich auf die Fähigkeit seines Partners verlassen, spontan ‚ungedachte‘ Antworten zu geben“ (Johnstone 1995, 139). Spontan zu sein, heißt, nichts zu planen, den ersten Gedanken zu nehmen, der einem durch den Kopf geht und ihn nicht zu bewerten, seiner Phantasie freien Lauf lassen zu können und nicht Angst zu haben, man könne nicht gut genug sein oder sich blamieren. „Spontaneität betrifft die Empfindungen und Gedanken, die ‚freiwillig‘ auftauchen, ohne dass ihr über die Dinge nachdenkt“ (M. Andersen 1996, 34). Die meisten Impro-Spieler sind selbst überrascht darüber, was aus ihnen so heraus sprudelt und wie zusammen mit den Ideen der Mitspieler daraus ein großes Ganzes entsteht, das man sich in dieser Form zuvor nicht hätte ausdenken können. Improtheater lebt von Spontaneität – sie macht den Reiz dieser Theaterform aus. Ehemalige sind oft sehr kreative, phantasievolle Menschen, die die Abwechslung suchen, so wie sie früher stets auf der Suche nach dem nächsten Kick waren. Eine langweilige, eher monotone Beschäftigung oder Arbeit stellt für sie oft eine Rückfallgefahr dar.

Improtheater dagegen hält sie lebendig und bietet ihnen die Möglichkeit, sich immer wieder in spannende, unvorhersehbare Situationen zu begeben, die sie herausfordern und ihnen das gewünschte Nervenkitzeln bereiten. Sie dürfen stets neue Probleme lösen, sich mit positivem Kribbeln im Bauch auf unbekanntes Terrain begeben und sich dabei sicher und aufgehoben fühlen. Diese Erfahrung fördert das Selbstvertrauen und zeigt ihnen, welch großes Potenzial in ihnen selbst steckt.

### **5.4. Vielfältigkeit**

Dieses Potenzial ist sehr vielfältig. Improtheater spricht den Menschen in seiner Gesamtheit an und lässt ihn tanzen, singen, sprechen, fühlen, schreien, schweigen, denken, erleben und vieles mehr. Es fördert Talente und Fähigkeiten zu Tage, von deren Existenz man nie etwas geahnt hätte, und die einen sich selbst immer wieder

neu kennen lernen lassen und positiv überraschen. Wie viele der heutigen Erwachsenen hatten in ihrer Schul- und Jugendzeit schon die Möglichkeit, sich zu entfalten und eigene kreative Prozesse in Gang zu setzen?

Vielen erging es doch in Ansätzen wohl eher so, wie Keith Johnstone es von sich beschreibt:

Meine Atmung war gehemmt, meine Stimme und meine Körperhaltung waren kaputt, mit meiner Phantasie stimmte irgend etwas ernsthaft nicht – es fiel mir immer schwerer, überhaupt Einfälle zu haben. Wie hatte das bloß passieren können, da doch der Staat so viel Geld ausgegeben hatte für meine Erziehung? (Johnstone 1995, 19)

Manchem mag *Johnstone's* Aussage vielleicht überzogen erscheinen. Die Erfahrung in der Arbeit mit Menschen zeigt jedoch, dass dem neuzeitlichen Vernunftmenschen die Ausbildung einer in sich stimmigen, ganzheitlichen Identität erschwert wird und ihm die Möglichkeiten des Ausdrucks seiner Gefühlsseite abhanden gekommen sind (vgl. Weintz 2008, 63). Die Beschäftigung mit Improvisationstheater ermöglicht es, seine persönliche Vielfältigkeit zu entdecken und zu sehen, dass man mehr ist als das, was man dachte zu sein. Diese Erfahrung ist für ehemals Drogenabhängige von sehr großer Bedeutung, da sie sich selbst oft gar nicht kennen. In der Regel konsumierten sie seit ihrer Jugend Drogen und haben nie ein Bewusstsein über sich selbst entwickelt – weder als Jugendlicher, noch als Erwachsener. Und nun erhalten sie über „Impro“ die Chance, sich mit vielen verschiedenen Facetten zu sehen und ihre eigene persönliche Vielfältigkeit zu entdecken. Das ermöglicht ihnen eine neue Sicht auf sich selbst, fördert ihr Selbstbewusstsein und macht dazu auch noch sehr viel Spaß.

## **5.5. Spaß bzw. Freude**

Leider ist die Bezeichnung Spaß heutzutage sehr negativ besetzt und wird meistens im Zusammenhang mit der von Konsum beherrschten Spaßgesellschaft verwendet, in der man sich alles sehr schnell erkaufen kann und das Hauptziel der oberflächliche Spaß ohne Tiefgang ist. „Ich will Spaß, wir wollen Spaß – Spaß ist so etwas wie gute Laune auf Knopfdruck, die den ‚Frust‘ vertreiben soll“ (Koch/Streisand (Hg.) 2003, 279). Daher soll der Begriff Spaß hier eher im Sinne von Freude verstanden werden, denn „Freude muss man mitbringen oder sich von ihr anstecken und überwältigen lassen, d.h. Freude bedarf ihr eigener Gründe, während zum Spaß alles taugt“ (Koch/Streisand (Hg.) 2003, 279). Die Freude am Spiel ist ein Hauptbestandteil des

Improtheaters und für die Zielgruppe ehemals Drogenabhängiger von großer Bedeutung. Einer Beschäftigung nachzugehen, die ihnen Freude bereitet, sie zum Lachen bringt und ihnen für Momente die zum Teil große Dramatik ihrer Vorgeschichte vergessen lässt, stellt eine neue, positive Erfahrung für sie da. Und diese, im Zusammenspiel mit anderen (wieder)entdeckte Freude hat auch einen großen Einfluss auf ihre allgemeine Lebensfreude, die sich mit Hilfe des Improtheaters langsam wieder einstellen kann. Sie erfahren, dass Freude als positiver Gefühlszustand genauso zum Leben gehört wie Angst, die sie bereits zu Genüge kennen gelernt haben. Früher gab es den Kick und die damit verbundenen, vermeintlich positiven Gefühle nur über die Zufuhr von Drogen und ohne sie war das Leben scheinbar unerträglich. Die Erfahrung, über das Improtheater zum Lachen zu kommen und Spaß zu haben, gibt ihnen die Gewissheit, dass sie selbst in der Lage sind, aus sich heraus positive Gefühlszustände zu erreichen und sie sich dafür nichts von außen zuführen müssen. Je mehr dieser positiven Erlebnisse ein ehemals Drogenabhängiger erfahren hat, desto eher ist er in der Lage, sich auch in schwierigen Situationen wieder daran zu erinnern. Das kann ihn vor einem Rückfall schützen, denn er weiß jetzt, dass es in ihm selbst eine Quelle gibt, aus der er mit eigener Kraft schöpfen und die ihm positive Gefühlszustände bereiten kann. Lachen tut gut und kann sowohl entspannend als auch befreiend sein. Über das Improtheater erreicht man Gefühlszustände, die nachhaltig sind und nicht so schnell vorüber gehen wie ein Schuss Heroin. „Die Rausche dieser Menschen waren zuvor künstliche, chemische. Jetzt kommen die Rausche von ganz alleine! Das ist ein tolles Gefühl, das viel länger vorhält und nachwirkt“ (Wilde Bühne e.V. (Hg.) 1998, 47). Die positive Reaktion des Publikums kann dieses tolle Gefühl noch verstärken.

## **5.6. Interaktion mit dem Publikum**

Egal in welcher Spielform Improtheater auf die Bühne gebracht wird, charakteristisch für diese Theaterform ist, dass Kontakt zum Publikum hergestellt wird und dieses an der Gestaltung der Theatervorstellung beteiligt ist. In der Regel schlagen die Zuschauer die Spielthemen vor, übernehmen kleine Funktionen wie beispielsweise Einzählen oder Schiedsrichter und geben durch ihre Reaktionen (wie Lachen, Applaus, Zwischenrufen) eine direkte Rückmeldung an die Spieler. Erfahrungsgemäß ist das Publikum begeistert und weiß es sehr zu schätzen, dass sich die Darsteller ohne Plan, Vorbereitung und Text trauen, ihre Themen spontan auf der Bühne

umzusetzen und in Geschichten zu verwandeln. Daher ist die Akzeptanz seitens der Zuschauer meistens sehr groß – natürlich stets unter der Voraussetzung, dass die Spieler das Handwerkszeug des Improvisierens beherrschen, nicht ohne Training auf die Bühne gehen und wirklich zusammen spielen.<sup>8</sup>

Somit erfahren die Darsteller in der Regel eine große Wertschätzung und Bestätigung. Und das ist für ehemals Drogenabhängige ein ganz besonderes Erlebnis. Während ihrer aktiven Drogenzeit haben sie am Rande der Gesellschaft, verwahrlost auf der Straße gelebt und dort erlebt, wie es ist, wenn man keinerlei Anerkennung oder Achtung erfährt, sondern eher zum „Abschaum“ der Gesellschaft gehört. Und in diesem anderen, drogenfreien Leben werden sie nun beklatscht, bestätigt, man lacht über ihre Einfälle und sie müssen sich nicht mehr verstecken. Sie dürfen so sein, wie sie sind, werden akzeptiert und erhalten die öffentliche Chance, andere Seiten als ihre Vergangenheit von sich zu zeigen. Diese neu erfahrene Wertschätzung wirkt sich - wenn sie entsprechend begleitet wird - sehr positiv und nachhaltig auf die persönliche Entwicklung ehemals Drogenabhängiger aus und lässt sie erfahren, dass sie gut sind und ihr drogenfreies Leben durchaus lebenswert ist. Und das hält sie bei der Stange.

## **5.7. Erfolg und Motivation**

Wenn ehemals Drogenabhängige aus der Therapie kommen, verfügen sie meistens weder über eine realistische Selbsteinschätzung, noch wissen sie, was sie wirklich wollen. Sie bewegen sich in einer Art luftleerem Raum, in dem sie sich erst mal zurecht finden müssen. Mit dem Wunsch nach einem sinnerfüllten drogenfreien Leben machen sie sich auf die Suche nach einer entsprechenden Beschäftigung. Sie brauchen Erfolgserlebnisse, Bestätigungen und das Gefühl, die richtige Entscheidung getroffen zu haben. Improtheater kann ihnen dabei behilflich sein. Dadurch, dass sie nicht erst lange Rollen- und Textarbeit hinter sich bringen müssen, um ein erstes Mal auf der Bühne zu stehen, sondern schon ziemlich schnell mitspielen können, kommen sie zügig zu kleinen Erfolgserlebnissen, die sich wiederum positiv auf ihre Motivation auswirken.

Motivation bezeichnet [...] einen Zustand des Organismus, der die Richtung und Energetisierung des aktuellen Verhaltens beeinflusst. Mit der Richtung des Verhaltens ist insbesondere die Ausrichtung auf Ziele gemeint ([www.wikipedia.de](http://www.wikipedia.de))

---

<sup>8</sup> Das liegt in der Verantwortung der Spielleitung

Eine sinnlose, nicht zielorientierte Beschäftigung lässt den ehemals Abhängigen an seiner Entscheidung für ein drogenfreies Leben zweifeln. Es ist für ihn sehr wichtig, sich kleine Ziele zu setzen, die er erreichen und erspüren kann. Das ist mit Improtheater möglich. Zum einen verbessert es schrittweise die Selbsteinschätzung, denn

„wer so spielend mit sich und seiner Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft umgeht, wird im Spiel sich zwangsläufig kennen lernen: seine geistig-seelischen Anlagen und Defizite, seine unbezähmbaren Gefühle, seine Ausdauer und Schwäche“ (Reilstab 2003, 65).

Zum anderen motivieren ihn die sich einstellenden Erfolgserlebnisse, weiter zu machen, sich nicht aufzugeben und sein drogenfreies Leben selbst zu gestalten. Neben dem persönlichen Erfolg, geht es aber auch um den der gesamten Gruppe, denn dem Ensemble kommt eine ganz besondere Bedeutung zu.

## **5.8. Ensemble**

Ehemals Drogenabhängige haben in ihrem Leben so oft Ablehnung und Ausgrenzung erfahren und selten ein Gefühl von Aufgehobensein erlebt. Daher ist es für sie außerordentlich wichtig, nicht alleine, sondern eingebunden in ein Ganzes zu sein und zu spüren, dass sie gebraucht werden und erwünscht sind. Das Ensemble beim Improtheater kann dieses Gefühl vermitteln. Jeder ist wichtig und gleichberechtigt am Spiel beteiligt. Es gibt keine festgelegten Haupt- und Nebenrollen, keiner wird ausgeschlossen, sondern jeder leistet seinen persönlichen Beitrag und kann sich mit dem einbringen, was und wie er ist. Selbst eher schüchterne, zurückhaltende Ensemblemitglieder erhalten beim Improtheater ihren Platz und ihre Anerkennung. Und so trägt jeder auf seine Art und Weise zum gemeinsamen Gelingen bei.

„Es ist nicht der Sinn des Theatersports, dass sich ein einzelner produziert. Der Sinn liegt darin, dass man alle so gut wie möglich in die Zusammenarbeit mit einbezieht“ (M. Andersen 1996, 43). Die Unterschiedlichkeit der Spieler macht das Spiel erst interessant und je besser die Techniken des Zusammenspiels funktionieren, desto erfolgreicher wird das ganze Ensemble. Dazu zu gehören und zu spüren, dass man ein bedeutungsvoller, gleichberechtigter Teil des Ganzen ist, bestärkt ehemals Drogenabhängige in ihrer Entscheidung gegen die Abhängigkeit. Trotz ihrer Drogengeschichte erfahren sie Akzeptanz statt Ablehnung. Das gibt ihnen Halt und ihrer Beschäftigung einen Sinn.

## **5.9. Improregeln als Stütze im drogenfreien Alltag**

Alle bisherigen Ausführungen unter Kapitel 5 zeigen die rückfallprophylaktischen Bedeutungen der einzelnen Elemente des Improvisationstheaters nach Keith Johnstone für die Zielgruppe ehemals drogenabhängiger Menschen auf.

Ein drogenfreies Leben zu führen heißt, zu lernen, wie es anders geht, wie man sich ein lebenswertes Leben gestalten und ein soziales Netz aufbauen kann. Damit dies gelingt, bedarf es ein hohes Maß an Selbstvertrauen, Selbstreflexion und Bereitschaft, unbekannte Wege zu betreten. Die Regeln und Techniken des Improtheaters können dabei eine große Stütze sein und als Schule für den Alltag und das soziale Miteinander fungieren. Dies soll im Folgenden an einigen ausgewählten Beispielen veranschaulicht werden.

### **5.9.1. Ja sagen und annehmen**

Improtheater funktioniert nur dann, wenn man sein Gegenüber annimmt und seine Ideen akzeptiert. Wer dies trainiert hat, wird auch im Alltag eher in der Lage sein, andere nicht abzutun und ihnen den nötigen Raum zu geben, um sich auszudrücken. Das macht soziale Kommunikation erst möglich und gibt ehrlichen, zwischenmenschlichen Beziehungen eine Chance. Wer selbst Anerkennung erfährt und nicht abgelehnt wird, kann wiederum viel offener und wohlwollender auf seine Mitmenschen zugehen. Dazu gehört natürlich auch, sich selbst anzunehmen und auf die eigenen Ideen zu vertrauen.

### **5.9.2. Gegenseitige Wahrnehmung**

Wer im Theater gelernt hat, seinen Mitmenschen Aufmerksamkeit zu schenken und sie in ihrer Ganzheit wahrzunehmen, schafft es, einen respektvollen Umgang zu pflegen und auf andere Rücksicht zu nehmen. Wahrnehmen heißt auch Interesse haben, am Geschehen unserer Umwelt neugierig teilzuhaben und dem Leben offen gegenüber zu stehen (vgl. Rellstab 2003, 65f). Wenn die Wahrnehmung Gefahr läuft zu verkümmern, nimmt man nicht mehr aktiv am Leben teil. Eine passive, zur Resignation neigende Lebenseinstellung reicht nicht, um „clean“ zu bleiben und führt

fast unwiderruflich zum Rückfall. Daher ist es gerade für ehemals Drogenabhängige lebensnotwendig, ihre Wahrnehmung zu schulen.

### **5.9.3. Fokus**

Eine Handlung kann nicht an zwei Orten gleichzeitig stattfinden (vgl. M. Andersen 1996, 49). Nur wer sich auf das konzentriert, was gerade geschieht – ob im Leben oder auf der Bühne -, kann es wirklich erleben und erfassen. Wenn man beim Theaterspielen gelernt hat, einen unbeschwerten und direkten Kontakt mit einem ungewohnten Milieu und den Objekten und Menschen darin herzustellen, dann stellt sich fast automatisch auch ein direkter Kontakt mit der Außenwelt ein (vgl. Spolin 2005, 29). Und diese Kontaktaufnahme zu sich selbst und den anderen ist ein weiterer, wichtiger Baustein für ein drogenfreies Leben.

### **5.9.4. Nicht Vorausplanen**

Hat man über das Improspiel erfahren, dass einem auch in unvorhersehbaren Situationen Ideen eingefallen sind, so verliert man langsam die Angst vor unbekanntem Terrain und kann sich immer mehr auf sich selbst verlassen. Man lernt, keinen fertigen Plan vom „cleanen“ Leben haben zu müssen, sondern sich auch spontan in neue Situationen zu begeben, ohne dabei gleich den Boden unter den Füßen zu verlieren. Das Leben ist eine Ansammlung von unbekanntem Situationen, und je mehr man davon überstanden hat, desto größer ist das Selbstvertrauen.

### **5.9.5. Mut zum Scheitern**

Gerade im Improtheater kann nicht immer alles funktionieren und es gibt Szenen, die hätte man im Nachhinein am Liebsten gar nicht begonnen. Aber man lernt auch, dass das Scheitern dazugehört und weder die Gruppe noch das Publikum einen deswegen abstrafen. Dafür funktioniert es vielleicht beim nächsten oder übernächsten Mal wieder besser (vgl. M. Andersen 1996, 67). Die Sicherheit, dass auch das Misslingen nicht so schlimm ist und man noch eine Chance bekommt, baut Druck ab und lässt einen befreiter in neue Situationen hineingehen. Wer verinnerlicht hat, dass er nicht immer Höchstleistung vollbringen muss, kann als ehemals Drogenabhängiger auch einem drogenfreien Leben viel gelassener entgegensehen

und wird eher in der Lage sein, Niederlagen als normalen Bestandteil des Lebens zu akzeptieren.

### **5.9.6. Eine gemeinsame Geschichte erzählen**

Beim Impro lernt man, mit dem Partner gemeinsam eine Geschichte zu entwickeln, und dass dies nur dann funktionieren kann, wenn man selbst nicht schon eine eigene im Kopf hat, die man auf der Bühne durchsetzen will. Es geht nur im Miteinander, im Geben und Nehmen, im Agieren und Reagieren. Wer diese Fähigkeiten erlernt hat, kann teamfähig und weniger egoistisch sein. Ein Ehemaliger, der jahrelang nur an sich und an die Befriedigung seiner Sucht dachte, kann dadurch ein Stück seiner Ich-Bezogenheit zugunsten der Gemeinschaft, die ihm wichtig ist, aufgeben und in die Lage versetzt werden, intensivere soziale Kontakte einzugehen.

Im Folgenden soll anhand eines Beispiels aus der Praxis aufgezeigt werden, wie unter den beschriebenen rückfallprophylaktischen Bedingungen die berufliche und soziale Integration von ehemals Drogenabhängigen mittels Improtheater funktionieren kann.

## **6. Improtheater als berufliche Wiedereingliederung**

### **6.1. RequiSiT**

1995 wurde ich bei dem Verein SiT e.V.<sup>9</sup> (Selbsthilfe im Taunus) als Leiterin eines zu gründenden kreativen Beschäftigungsprojektes für ehemals Drogenabhängige eingestellt, das im Rahmen der EU-Gemeinschaftsinitiative HORIZON bewilligt wurde und auf eine Dauer von zwei Jahren angelegt war. Die Grundidee bestand darin, Improtheater<sup>10</sup> mit Suchtprävention zu verbinden. Insgesamt standen uns in dem Projekt namens RequiSiT zusätzlich zur Leitung 5 ABM-Stellen für Ehemalige zur Verfügung. Nachdem diese besetzt waren und nach einer ersten intensiven Probephase starteten die ersten praktischen Versuche an Schulen. Vor Schülern und

---

<sup>9</sup> Die SiT – Selbsthilfe im Taunus e.V. bietet Arbeitssuchenden, Jugendlichen und ehemals Drogenabhängigen seit 1984 Hilfe zur sozialen wie beruflichen Integration durch qualifizierende Beschäftigung, Ausbildung, Schulung und berufliche Vermittlung u.a. durch gemeinnützige Arbeitnehmerüberlassung: [www.sit-taunus.de](http://www.sit-taunus.de)

<sup>10</sup> Wir wussten durch einen Kontakt zur Wilden Bühne in Stuttgart, dass sich Improtheater für diese Zielgruppe eignet

Lehrern wurde eine kleine Improshow gezeigt und im Anschluss daran stellte man sich in mehreren Kleingruppen für Fragen zum Thema Drogen und Sucht zur Verfügung.

Schon nach wenigen Veranstaltungen wurde deutlich, dass mit dieser Kombination eine innovative Form der Suchtprävention ins Leben gerufen war, die so gut bei Jugendlichen und Erwachsenen ankam, dass innerhalb kürzester Zeit immer mehr Schulen ihr Interesse daran anmeldeten. Somit konnte das Konzept wiederholt auf seine Praxistauglichkeit hin überprüft und entsprechend verfeinert werden.

Nach Ablauf der Projektdauer Ende 1997 war RequiSiT bereits so bekannt, nachgefragt und erfolgreich, dass sich die SiT e.V. dazu entschied, es als einen festen Bestandteil in den Verein zu integrieren. Dies stellte zwar jedes Jahr aufs Neue eine große finanzielle Herausforderung<sup>11</sup> für alle Beteiligten dar, doch ist es bis heute gelungen, RequiSiT am Leben zu erhalten. In den fast 14 Jahren haben sich die Menschen weiter entwickelt – einige der frühen Mitarbeiter sind noch heute wichtige Säulen des Ensembles – und das Angebot hat sich stets erweitert. Aktuell besteht RequiSiT aus der Leitung, fünf ehemals Drogenabhängigen in einem festen Arbeitsverhältnis und max. drei Praktikantenstellen. Zu den Schulen und sozialen Einrichtungen sind u.a. auch Unternehmen als Auftraggeber hinzu gekommen und neben den Veranstaltungen im Rahmen der Suchtprävention bietet RequiSiT auch Theater-Workshops und –Trainings für unterschiedliche Zielgruppen und mit anderen Schwerpunkten an.<sup>12</sup>

Der Hauptanteil der Arbeit besteht allerdings noch heute in der Durchführung von verschiedenen Suchtpräventionsveranstaltungen an Schulen (ab Jahrgang 8), wovon die wichtigsten im Folgenden kurz beschrieben werden.

### **6.1.1. Eintägige Veranstaltungen**

Diese stellen den größten Anteil der Auftragsarbeiten dar, da sie für die Schulen am besten umzusetzen und in den Schulalltag zu integrieren sind. Sie bestehen aus einer Improshow von RequiSiT (keine Drogenthemen) und anschließenden drei Schülergesprächsgruppen plus einer Erwachsenenrunde, in denen die Teilnehmer den Akteuren alle Fragen zum Thema Drogen, Sucht und Abhängigkeit stellen können und ehrliche Antworten erhalten. Die Authentizität, Glaubwürdigkeit und hohe

---

<sup>11</sup> z.B. unterstützt die Barmer Krankenkasse RequiSiT seit über 10 Jahren, indem sie in Hessen und in Rheinland-Pfalz Schulen, die das Theater engagieren wollen, einen finanziellen Zuschuss gewährt

<sup>12</sup> Weitere Informationen unter: [www.theater-requisit.de](http://www.theater-requisit.de)

Fachkompetenz der Spieler als Darsteller und Gesprächspartner sorgen dafür, dass sich die Schüler wirklich angesprochen und ernst genommen fühlen.<sup>13</sup>

Zielsetzung der gesamten Veranstaltung ist es, die Teilnehmer für das Thema Sucht zu öffnen, ihre Selbstreflexion bezüglich ihres eigenen Konsumverhaltens in Gang zu setzen, die Kommunikation über Sucht sowohl in der Schule als auch in der Familie positiv zu fördern und ihnen ein besonderes, nachhaltiges Erlebnis in der Schule zu ermöglichen.

Dabei kommen dem Theater als ersten Teil insbesondere folgende Aufgaben zu: Eine angenehme Atmosphäre zu schaffen, das Interesse und die Neugierde an den Spielern zu wecken, die Schüler zur Interaktion aufzufordern, ihnen Theater als Kunstform näher zu bringen und zugänglich zu machen, sowie aufzuzeigen, dass nicht immer alles gelingen muss, sondern man auch scheitern darf. Zudem ist es sehr kurzweilig, macht viel Spaß und öffnet die Türen für den sich anschließenden Dialog, denn die Erfahrung hat gezeigt, dass die Gespräche durch das vorangehende Theater eine viel größere Intensität, Offenheit und Emotionalität erfahren.

Diese eintägigen Veranstaltungen werden von Schulen stark nachgefragt und im Schnitt drei bis vier Mal pro Woche durchgeführt.

### **6.1.2. Elternabende**

Ein ergänzendes Angebot zu den Schülerveranstaltungen, die in der Regel am Vormittag stattfinden, sind Elternabende, die nach dem gleichen Muster ablaufen, sich aber explizit an die Eltern richten. In einem vertrauensvollen Rahmen erhalten auch sie die Chance, das Theater als emotionales Erlebnis zu erfahren, Antworten auf ihre Fragen zum Thema Sucht zu erhalten und einen neuen Zugang dazu zu finden.

Für die Lehrer hält RequiSiT noch ein weiteres Angebot bereit.

### **6.1.3. Lehrerfortbildungen**

Um ihnen zusätzlich zu den eintägigen Veranstaltungen die Chance zu geben, sich intensiv mit ihrer Rolle als suchtpreventiv Handelnder auseinanderzusetzen, habe ich vor wenigen Jahren ein Konzept für eine 6-stündige, vom Institut für

---

<sup>13</sup> Die fast täglichen Rückmeldungen bestätigen die Qualität dieser Arbeit und zeigen auf, wie sinnvoll

Qualitätsentwicklung (IQ) akkreditierte<sup>14</sup>, Lehrerfortbildung entwickelt. Sie umfasst sowohl einen praktischen als auch einen theoretischen Teil und richtet sich an mindestens zehn Lehrer einer Schule. In einer für sie ungewöhnlichen, vertrauensvollen und angenehmen Atmosphäre können sie sich und ihre Kollegen mal anders erleben, ohne den alltäglichen Schulstress gemeinsam Spaß haben, und Spiele bzw. Übungen kennen lernen, die sie auch im Unterricht mit ihren Schülern anwenden können. Die Teilnehmer werden ausgehend von den anfänglichen Spielen langsam über den Körper, die Haltung, die Stimme und das Zusammenspiel an die Thematik Suchtprävention herangeführt (vgl. Koch/Streisand (Hg.) 2003, 284).

An den theatermethodischen Teil schließt sich eine Gesprächs- und Reflexionsrunde zum Thema an, in der die Fragen und Erwartungen der Teilnehmer ihren Platz finden. Im Rahmen der Auflagen des IQ werden diese Fortbildungen regelmäßig mit Hilfe eines Fragebogens evaluiert. Die Ergebnisse zeigen auf, dass sich die Lehrer von dieser Arbeit sehr angesprochen fühlen und viele sinnvolle Anregungen für ihre persönliche Entwicklung und ihre Arbeit mit nach Hause nehmen.

Der Großteil dieser Fortbildungen findet in Zusammenhang mit Projektwochen statt, die RequiSiT im Rahmen der Suchtprävention an Schulen durchführt.

#### **6.1.4. Eine Woche Suchtprävention mit RequiSiT**

Im Mittelpunkt dieses Angebotes steht ein viertägiger Theater-Workshop für die Schüler. Er bietet ihnen die Chance, über das Medium Improvisationstheater eine ganzheitliche Erfahrung zu machen, mutig zu sein, ihr Selbstvertrauen zu steigern, einen anderen Zugang zu sich und den Mitschülern zu gewinnen, sich neu kennen zu lernen und letztendlich eine Ich-Stärkung zu erfahren, die ihnen auch in Bezug auf ihr Konsumverhalten helfen kann.

Den Auftakt einer solchen Schul-Projektwoche bildet eine Impro-Show von RequiSiT mit anschließenden Gesprächen. Darauf folgt ein viertägiger Theaterworkshop für die Schüler, während dem sie stets die Möglichkeit haben, noch mal mit einzelnen Mitarbeitern von RequiSiT ins Gespräch zu kommen. Flankiert wird der Workshop von einem täglich stattfindenden Gesprächsangebot für alle an dieser Arbeit

---

sie für die Jugendlichen ist. Einige sind auch im Gästebuch auf der Homepage zu finden

<sup>14</sup> In Hessen sind Lehrer dazu angehalten, Fortbildungspunkte in ihrem so genannten Qualifizierungsportfolio zu sammeln. Veranstaltungen, deren Teilnahme zu Punkten führen, müssen vorab vom Institut für Qualitätsentwicklung, einer hessischen Evaluationsagentur, akkreditiert werden. Für die 6stündige Lehrerfortbildung von RequiSiT kann man 10 Punkte erhalten. Weitere Informationen unter: [www.akkreditierung.hessen.de/](http://www.akkreditierung.hessen.de/)

Interessierten und einer oben beschriebenen Lehrerfortbildung. Den Abschluss bildet eine Impro-Show der Schüler vor großem Publikum, an der sich bei Bedarf auch Lehrer aus der Fortbildung beteiligen und mit den Schülern gemeinsam auf der Bühne stehen können.

## **6.2. Worauf es ankommt**

Es bedarf mehrerer Voraussetzungen, die in ihrer Gesamtheit dazu beitragen, dass aus einem zu Beginn eher kleinem theaterpädagogischen Projekt ein professioneller Arbeitsbereich für und mit ehemals Drogenabhängigen werden kann. Dazu gehören neben der Finanzierung und der Einbettung in ein geeignetes Setting, wie bei RequiSiT zum Beispiel der Suchtbereich des Vereins<sup>15</sup>, natürlich auch eine professionelle theaterpädagogische Leitung mit der Funktion eines Allrounders (vgl. Rellstab 2003, 33). Sie muss begeistert sein von der Idee, mit dem Herzen dabei sein und als Zugpferd sowohl nach innen, für die Mitarbeiter, als auch nach außen, für mögliche Sponsoren fungieren<sup>16</sup>. Darüber hinaus spielen aber noch weitere Faktoren eine große Rolle, „denn ästhetisch-theatralische Arbeit mit Gruppen ist auch psychosoziale Gruppenarbeit“ (Weintz 2008, 359). Die wichtigsten der vorwiegend psychosozialen Elemente sollen im Folgenden am Beispiel von RequiSiT exemplarisch herausgestellt werden.

### **6.2.1. Sinnhaftigkeit und Wertschätzung**

Ein großer Teil des Erfolgs dieser Arbeit liegt sicherlich darin, dass sie in doppelter Hinsicht von gesellschaftlichem Interesse ist: Sie bietet einerseits Suchtprävention und Sensibilisierung für Jugendliche und Erwachsene und andererseits gelebte Rückfallprophylaxe für die Spieler. Somit erleben die ehemals Abhängigen neben den stabilisierenden und rückfallprophylaktischen Faktoren, die sie über ihre Theaterarbeit erfahren, tagtäglich, dass sie einer sinnvollen Beschäftigung nachgehen. Trotz ihrer oft dramatischen Vorgeschichte können sie anderen Menschen etwas Gutes tun, müssen sich nicht verstecken und erfahren, dass sie

---

<sup>15</sup> Der Suchtbereich umfasst verschiedene Arbeitsangebote und Betreutes Wohnen für ehemals Drogenabhängige. Grundvoraussetzung ist die Entscheidung für ein drogenfreies Leben. Wer rückfällig wird, verlässt den Verein, hat aber die Chance, nach ein paar Monaten des „Clean“ Seins wieder zurück zu kommen

<sup>16</sup> Meine Erfahrung hat gezeigt, dass sich immer wieder neue Finanzquellen auftun und der Schneeball, hat man ihn einmal zum Rollen gebracht, immer weiter rollt

gebraucht werden, dass andere zu ihnen aufblicken, dass sie gut sind und dass sie etwas tun, von dem viele begeistert sind. Das zeigt auf, wie sinnvoll es ist, die Theaterarbeit über die individuelle Förderung der Selbstkenntnis und des Selbstbewusstseins der Betroffenen hinaus mit noch einer weiteren, zum Beispiel sozialen Zielsetzung zu verbinden, die sie für ein bestimmtes Publikum zugänglich und interessant macht. RequiSiT erfüllt „Kriterien künstlerisch ernstzunehmenden Theaterspiels und einer ganzheitlichen, zukunftsgerichteten Pädagogik“ (Rellstab 2003, 29) und vereint pädagogische, soziale, ästhetische und wirtschaftliche Zielsetzungen. Das führt bei den Betroffenen zu einer mehrfachen Wertschätzung, da sie für diese kreative, ihre Persönlichkeit stärkende, sinnvolle, künstlerische und pädagogische Arbeit auch finanziell entlohnt werden<sup>17</sup>. Zudem stellt sie eine sehr gute Alternative zur akuten Abhängigkeit dar und hält ihnen vor Augen, was sie bei einem Rückfall alles aufs Spiel setzen würden.

### **6.2.2. Balance zwischen Unter- und Überforderung**

Mit ehemals Drogenabhängigen zu arbeiten, heißt auch, sich mit Menschen zu beschäftigen, die häufig über eine unrealistische Selbsteinschätzung verfügen. Entweder glauben sie, ihnen kann gar nichts passieren oder aber, sie trauen sich überhaupt nichts zu. Die Leitungsperson sollte daher sehr sensibel im Umgang mit ihnen sein und sie langsam an die Arbeit heranführen. Man bewegt sich auf einem schmalen Grat zwischen Unter- und Überforderung und muss stets beide Augen offen halten, da sowohl zu wenig als auch zu viel eine Gefahr für die Betroffenen darstellen kann. RequiSiT eignet sich inhaltlich sehr gut für eine, auf die individuellen Bedürfnisse, abgestimmte Einarbeitung neuer Mitarbeiter, da sie sowohl Schritt für Schritt an das Improtheater als auch an die Inhalte der Gesprächsrunden herangeführt werden können. Die ersten drei Phasen, bestehend aus der Aktivierung des Vorstellungsvermögens, der Übersetzung der Vorstellung in eine Lebensäußerung und des produktiven Miteinanders (vgl. Koch/Streisand (Hg.) 2003, 284) dauern unterschiedlich lang, so dass der Zeitpunkt, wann jemand bereit ist, das erste Mal vor Publikum zu treten, sehr individuell ist. Manche brauchen mehr Unterstützung, andere weniger - wichtig ist es, sie nicht zu drängen, sondern sukzessive vorzubereiten und dafür zu sorgen, dass die innere mit der äußeren Bereitschaft übereinstimmt. Improvisationstheater ermöglicht es, zu jedem Zeitpunkt

---

<sup>17</sup> Die meisten Mitarbeiter von RequiSiT verfügen über einen unbefristeten Arbeitsvertrag

neue Mitarbeiter aufnehmen zu können und sie langsam an die Bühne und einzelne Szenen heranzuführen. Und das wiederum fördert eine kontinuierliche Auseinandersetzung und Reflexion über die richtige individuelle Balance zwischen Unter- und Überforderung.

### **6.2.3. Verantwortung**

Ein weiterer, sehr wichtiger Faktor für die Professionalisierung ist die sukzessive Übernahme von Verantwortung seitens der Mitarbeiter. Auf die Phase der intensiven Auseinandersetzung mit sich, der Gruppe und dem Publikum folgt die Phase der Konsolidierung der eigenen Fähigkeiten und Kompetenzen. Es geht darum, seinen festen Platz innerhalb der Gruppe und des Arbeitsbereichs zu finden, der sich auch an den individuellen Bedürfnissen, Interessen und Fähigkeiten orientiert. Zu diesem Zeitpunkt ist es sinnvoll, den einzelnen Mitarbeitern jeweils die Teilverantwortung für einen speziellen Arbeitsbereich zu übergeben, für den er alleine zuständig ist. Das gibt Sicherheit und stärkt das Gefühl, für die Gruppe und die Arbeit wichtig zu sein. Bei RequiSiT gibt es viele Möglichkeiten für einzelne Verantwortungsbereiche, wie beispielsweise Bühnentechnik, Auf- und Abbau, musikalische Begleitung der Szenen, Requisiten, Moderation, Dokumentation der Veranstaltungen, Organisation und Durchführung der Auftritte, Erstellen der Auftrittspläne, Zuständigkeit für Praktikanten und vieles mehr. Je länger die Mitarbeiter dabei sind, desto mehr werden sie zu Säulen für die gesamte Gruppe und sollten daher, entsprechend ihrer persönlichen Entwicklung, immer mehr Verantwortung erhalten. Dazu gehört auch ein bewusster Umgang mit der Verantwortung, die sie gegenüber neuen Mitarbeitern tragen, für die sie als Vorbilder in Bezug auf ein drogenfreies und ausgefülltes Leben fungieren.

### **6.2.4. Gelebtes Konzept**

Umso besser die Betroffenen in die Gruppe integriert und aktiv an der Gestaltung der täglichen Arbeit beteiligt sind, desto stärker ist auch ihre Verwurzelung mit dem, was sie tun und in diesem Fall auch mit einem drogenfreien Leben. Diese Einbindung wurde erreicht, weil RequiSiT aus einer offenen Konzeptidee entstanden ist, die alle Beteiligten von Anfang an involviert hat. Es sind die Menschen, die diesen kreativen Arbeitsbereich gestalten und mit Leben füllen. Auf der Grundlage des „learning by doing“ wurde / wird das Konzept durch eine kontinuierliche Reflexion mit allen

Beteiligten immer wieder verändert, inneren und äußeren Bedürfnissen angepasst und stets weiter entwickelt. Eine Grundvoraussetzung dafür ist auch, dass sich die Leitung auf diesen Entwicklungsprozess einlassen kann, sich auf das Wesentliche fokussiert und den Mitarbeitern viel Gestaltungsspielraum bietet. Diesen ermöglicht auch die gewählte Theaterform, denn beim Improtheater schöpfen die Darsteller aus sich selbst und jeder arbeitet „aus seiner Wirklichkeit und seinen Möglichkeiten“ (Jenisch 1996, 12). Die Rollen, Figuren und Beziehungen sind weder vorausgeplant noch festgelegt – jeder kann sich gleichermaßen einbringen und trägt daher mit seiner ganz persönlichen Erfahrung zum Gelingen des Ganzen bei.

### **6.2.5. Theater, keine Therapie**

Die ehemals Drogenabhängigen, die zum Theater RequiSiT kommen, haben in der Regel alle eine Entwöhnungstherapie absolviert, wissen um therapeutische Abläufe, kennen Theater zum Teil als soziotherapeutische Maßnahme (vgl. Koch/Streisand (Hg.) 2003, 327) und sehnen sich jetzt nach einer realistischen Arbeits- und Lebenswelt. Aus diesem Grund ist es für sie sehr wichtig, dass der Arbeitsbereich nicht in einem therapeutischen Kontext steht. Die Theaterarbeit hat die berufliche Integration zum Ziel und nicht „die Linderung oder Heilung einer individuellen Problematik/Erkrankung durch therapeutische Behandlung der *Ursachen*“ (Weintz 2008, 301). Somit übt auch der Anleiter keine therapeutische Funktion aus. Vielmehr sollte er in der Lage sein, die Lebenserfahrung, die ehemals Drogenabhängige mitbringen, als wertvolle Bereicherung für die kreative Arbeit mit der Gruppe anzuerkennen und wert zu schätzen.

Oft denken wir, dass Menschen am Rande der Gesellschaft be- und eingeschränkte Erfahrungen machen; das ist nur teilweise richtig. Meist verfügen gerade jene über einen Fundus an existentiellen Lebens- und Todeserfahrungen, der den unseren weit übertrifft. Vielmals fehlt es ihnen aber an Möglichkeiten und Fähigkeiten, diese Erfahrungen in unser gesellschaftliches und ihr persönliches Leben zu integrieren (Wilde Bühne e.V. 1998, 7).

Improtheater kann dies leisten, und dass beim und durch das Theater spielen auch therapeutische Effekte entstehen, liegt in der Natur der theaterpädagogischen Arbeit. Doch müssen sie weder groß angekündigt noch besonders instrumentalisiert werden – sie entstehen fast wie von selbst und tragen stillschweigend zur Ich-Stärkung bei.<sup>18</sup> Daher kann und sollte bei der Theaterarbeit mit dieser Zielgruppe der Fokus

---

<sup>18</sup> Ein zusätzlicher therapeutischer Effekt ergibt sich aus der gemeinsamen Suchterfahrung, die dazu führt, dass sich die Betroffenen in der Gruppe unter Ihresgleichen aufgehoben fühlen

vordergründig auf der Qualität der Theaterauftritte, also der Kunstform Theater sowie deren Bedeutung für das Publikum liegen.

#### **6.2.6. Flexibilität**

RequiSiT ist Dank des Improtheaters sowohl nach Innen als auch nach Außen hin flexibel. Nach Innen deshalb, weil diese Theaterform viele Mitarbeiter mit unterschiedlichem Entwicklungsstand integrieren und gemäß ihren persönlichen Fähigkeiten und Bedürfnissen fördern kann. Es handelt sich um eine offene Gruppe und nicht um ein geschlossenes Ensemble, was den Zugang neuer Mitarbeiter sehr erschweren würde. Im umgekehrten Fall heißt das auch, dass durch Mitarbeiter, die das Ensemble aufgrund eines Rückfalls plötzlich verlassen müssen, nicht die gesamte Arbeit ins Stocken gerät. Wenn ein Hauptdarsteller eines festen Bühnenstückes ausfällt, ist es dramatisch, wenn bei RequiSiT ein Improspieler wegfällt, so ist das menschlich gesehen eine Katastrophe für alle Beteiligten, die Arbeit geht aber weiter.

Flexibilität nach Außen deswegen, weil Improtheater weder eines großen Bühnenbildes bedarf, noch vieler Requisiten und Kostüme. Alles, was benötigt wird, passt in einen kleinen Bus und kann jederzeit auf- und wieder abgebaut werden. Das macht mobil und erhöht die Nachfrage auch in weiter entlegenen Gebieten und somit die gesamte Auftragslage.

#### **6.2.7. Warum Impro?**

In dem Moment, in dem das Theater zur Hauptbeschäftigung wird und sich entsprechend oft einem breiten Publikum öffnet, geht es nicht mehr nur um die persönliche Entwicklung der einzelnen Darsteller. Eine Theaterform, die zum Beispiel die eigene Lebensgeschichte der ehemals Drogenabhängigen zum Inhalt hat, würde sie auf Dauer zu sehr belasten und könnte nicht fast täglich eingesetzt werden. Die Leichtigkeit des Improtheaters bietet ihnen einerseits Schutz und durch die ständige Herausforderung immer wieder neue Entfaltungsmöglichkeiten und Abwechslung. Es ist ein Theater, das im Gegensatz zu festen Inszenierungen sehr oft gespielt werden kann, ohne dass sich so schnell eine lähmende Routine einschleicht. Die Inhalte gestalten sich immer wieder neu und jede Aufführung ist eine Premiere. Es ist eine

Theaterform, die sowohl den Mitwirkenden als auch dem Publikum einen positiven, eigenen Zugang zur Kunst des Theaters ermöglicht (vgl. Weintz 2008, 297).

### **6.3. Was es zu beachten gilt**

Trotz der vielen positiven Kriterien, die für diese Form der beruflichen Integration sprechen, möchte ich es nicht verfehlen, auch die andere Seite zu beleuchten und im Folgenden auf einige wichtige kritischen Punkte eingehen, die bei Nichtbeachtung auch zu einem Misserfolg führen können.

#### **6.3.1. Teilnehmer**

Es ist nicht leicht, Menschen zu finden, die ihre Sucht überwunden haben, über ein hohes Maß an Selbstreflexion verfügen und darüber hinaus auch die Lust und Bereitschaft haben, Theater zu ihrer Hauptbeschäftigung zu machen. Die Rekrutierung neuer Mitarbeiter gestaltet sich daher oft schwierig und funktioniert dann am besten, wenn man mit Therapie- und Nachsorgeeinrichtungen kooperiert.

#### **6.3.2. Theater als Arbeit**

Die Akzeptanz von Theater im Kontext der beruflichen Integration ist leider noch lange nicht erreicht. In vielen Köpfen steckt die Überzeugung fest, dass Kunst eindeutig dem Freizeitbereich zuzuordnen ist. Auch, wenn Theater immer stärker in den Arbeitsbereich Einzug hält, so gibt es doch noch viel Widerstand. Diese Akzeptanz sowie die Gleichberechtigung von Theater im Verhältnis zu den klassischen Arbeitsbereichen zur beruflichen Integration von sozialen Randgruppen voranzutreiben, ist harte Arbeit, aber unbedingt notwendig und muss zu Beginn fast täglich geleistet werden. Die Ehemaligen brauchen das Gefühl, dass sie einer anerkannten Arbeit nachgehen, sonst ist es keine berufliche Integration.

#### **6.3.3. Impro ist nicht für jeden geeignet**

Trotz aller positiven persönlichen Effekte, die das Theater spielen bei ehemals Drogenabhängigen bewirken kann, ist Improtheater als Arbeit für manche eher kontraproduktiv und somit nicht geeignet. Dies ist insbesondere dann der Fall, wenn

die Betroffenen aufgrund ihrer persönlichen, sehr ausdrucksstarken Gestik und Mimik nicht viel dafür tun müssen, sondern schon Applaus bekommen, wenn sie nur auf der Bühne stehen. Im Laufe meiner praktischen Arbeit habe ich zwei solcher Fälle erlebt und jedes Mal war der Rückfall fast schon vorprogrammiert. Das Theater war für sie keine Arbeit, für die sie sich anstrengen mussten, sondern eine nette Beschäftigung, die in ihren Augen mit ziemlich wenig Aufwand zu ziemlich viel Applaus führte. Das bewirkte ein Rauscherlebnis der besonderen Art und führte wieder zur ursprünglichen Abhängigkeit zurück.

Daher ist es sehr sinnvoll, die Aufnahme und Einarbeitung von neuen Mitarbeitern intensiv zu begleiten und ihre persönliche Entwicklung stets im Auge zu behalten.

#### **6.3.4. Finanzierung**

Damit sich der Arbeitsbereich halten kann, bedarf es einer relativ sicheren Auftragslage, um die man sich intensiv kümmern muss. Das stellt einerseits eine große Herausforderung für alle dar, denn sie tragen mit ihrem persönlichen Einsatz bei den Veranstaltungen direkt zum Weiterbestehen ihres Arbeitsplatzes bei. Andererseits erschwert der ständige Spagat zwischen wirtschaftlichen und sozialen Zielsetzungen die Theaterarbeit und kann zu einer Überforderung der Mitarbeiter und einem hohen Leistungsdruck führen, die es – so gut wie möglich - abzufangen gilt.

#### **6.3.5. Perspektive**

Wenn die Mitarbeiter über eine längere Zeit in den Theaterbereich integriert sind und wöchentlich bis zu vier Impro-Veranstaltungen mitgestalten, verfügen sie über einen großen Erfahrungsschatz und verschiedene fachliche Kompetenzen. Diese sollten aufgefangen werden und für neue Arbeitsinhalte und eine Weiterentwicklung des gesamten Bereichs genutzt werden. Ist dies nicht der Fall, so stellen sich Monotonie und Antriebsschwäche ein, zwei Kontrahenten eines zufriedenen, drogenfreien Lebens. Daher ist es von großer Bedeutung, die Theaterarbeit auszudehnen, nach neuen Inhalten und Zielsetzungen zu suchen und den Mitarbeitern eine entsprechende Qualifizierung zu bieten. Ohne Perspektive und ständig neue Herausforderungen hat auch dieser kreative Arbeitsbereich auf Dauer keine Überlebenschance.

## 7. Schlussbetrachtung

Ich habe Antworten auf meine Fragen gefunden und bin mir sicher, dass dem Improtheater rückfallprophylaktisches Potential innewohnt und es ehemals Abhängigen dabei helfen kann, ein drogenfreies Leben zu führen. Und nicht nur das: In ihm steckt auch das Potenzial für eine gesellschaftliche Wiedereingliederung dieser Zielgruppe.

Die vorliegende Arbeit zeigt auf, wie komplex und vielschichtig Theaterpädagogik sein kann, und dass sie den Menschen in seiner Gesamtheit anspricht. Sie ermöglicht ihm, sich mit allen Sinnen und auf seine ganz individuelle Art, mit sich, seiner Umgebung und Kultur auseinanderzusetzen. Durch die dabei gesammelten, ästhetischen Erfahrungen werden in ihm schöpferische Potenziale geweckt, die ein selbst bestimmtes, ausgefülltes und zufriedenes Leben ermöglichen können (vgl. Bidlo 2006, 155f). Für ehemals Drogenabhängige heißt das: Ein Leben ohne Abhängigkeit führen zu können. Das ist – wie wir gesehen haben - kein leichtes Unterfangen, da es sich einerseits um eine sehr sensible Zielgruppe handelt und andererseits der Sucht ein starker Eigencharakter innewohnt, der sich dem rationalen Zugang verschließt. Mittels Improtheater als ganzheitlichem Ansatz gelingt es, den ehemals Abhängigen wieder mit sich selbst in Kontakt zu bringen, sein Vertrauen in die eigenen Ressourcen zu wecken, seine zwischenmenschlichen Fähigkeiten und „das Funktionieren auf allen Gebieten (zu) verbessern“ (Johnstone 1996, 33). Und das alles, ohne dass er seine noch so dramatische Lebensgeschichte weder thematisieren noch bewusst auf die Bühne bringen muss.

Impro als theaterpädagogische Methode sowie als Kunstform beinhaltet viele lebensbejahende Faktoren, die für ein drogenfreies Leben von Bedeutung sind. Die Betroffenen schöpfen aus sich selbst, sind spontan, kreativ, phantasievoll und interaktiv zugleich, während sie von außen dafür Akzeptanz, Wertschätzung und Dankbarkeit erhalten. Sie können sich individuell entfalten, soziale Kompetenz sowie die Fähigkeit zu Flexibilität und kreativer Problemlösung erlangen und Ich-Stärkung erfahren. Das alles führt nicht nur zur Verbesserung ihrer aktuellen Lebensqualität (vgl. Koch/Streisand (Hg.) 2003, 319), was schon sehr viel ist, sondern kann ihnen zusätzlich eine berufliche und soziale Perspektive eröffnen. Instrumentalisiert man das Improtheater über die Rückfallprophylaxe hinaus für die berufliche Integration ehemals Abhängiger, indem man es z. B. mit einer sozialen Zielsetzung verbindet

und somit für andere Zielgruppen nach außen öffnet, so findet die persönliche Entwicklung der ehemals Drogenabhängigen ihre Manifestation in einem eigens für sie zugeschnittenen Beschäftigungsfeld, in dem sie zu Experten werden. Improtheater kann somit theaterpädagogische Arbeit sowohl nach Innen als auch nach Außen ermöglichen und wie z. B. im Fall von RequiSiT Rückfallprophylaxe und Ich-Stärkung für die einen mit Suchtprävention und Sensibilisierung für die anderen verbinden. Und fast wie von selbst ermöglicht man damit Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die sich sonst dem Theater eher verschließen, über eigene positive Erlebnisse einen Zugang zu dieser Kunstform.

In ihr steckt das Potenzial, ehemals Drogenabhängige nicht nur zu stabilisieren, sondern vom Rande der Gesellschaft weg zu holen und sie mit und trotz ihrer Lebensgeschichte zu einem integrativen Bestandteil derselben werden zu lassen. Das ist gelebte Rückfallprophylaxe kombiniert mit beruflicher und sozialer Wiedereingliederung in die Gesellschaft und übertrifft die Erwartungen, die weitläufig an Theaterpädagogik gestellt werden.

Ist es nicht erstaunlich, was mit Theater alles möglich ist?

Ich möchte mit dieser Arbeit auch andere ermutigen, mit sozialen Randgruppen zu arbeiten und ihnen mittels theaterpädagogischer Arbeit eine neue Lebensperspektive zu eröffnen. Es lohnt sich!

## Literaturverzeichnis

**Bidlo, Tanja (2006):** *Theaterpädagogik. Einführung.* Essen.

**Fleisch, Elmar [u. a. ] (Hg.) (1997):** *Lehrbuch zur Vorbeugung, Beratung und Therapie.* Weinheim und Basel.

**Fredersdorf, Frederic (1998):** *Irgendwann ist wieder Alltag. Gespräche mit langzeitabstinenten Suchtkranken.* Geesthacht.

**Gronemeyer, Andrea (5. Auflage 2005):** *Theater. Schnellkurs.* Köln.

**Gross, Werner ( 2.Auflage 2003):** *Sucht Ohne Drogen. Arbeiten, Spielen, Essen, Lieben....* Frankfurt am Main.

**Gross, Werner (2. Auflage 1995 ):** *Was ist das Süchtige an der Sucht?* Geesthacht.

**Jenisch, Jakob (1996):** *Der Darsteller und das Darstellen. Grundbegriffe für Praxis und Pädagogik.* Berlin.

**Johnstone, Keith (1998):** *Theaterspiele. Spontaneität, Improvisation und Theatersport.* Berlin.

**Johnstone, Keith (2. Auflage 1995):** *Improvisation und Theater.* Berlin.

**Koch, Gerd / Streisand, Marianne (Hg.) (2003):** *Wörterbuch der Theaterpädagogik.* Berlin, Milow.

**Kuntz, Helmut (2005):** *Das SuchtBuch. Was Familien über Drogen und Suchtverhalten wissen müssen.* Weinheim und Basel.

**Kuntz, Helmut (2000):** *Der rote Faden in der Sucht. Neue Ansätze in Theorie und Praxis.* Weinheim und Basel.

**McHenry, Robert (Hg.) (15. Auflage 1993, Band 3):** *The New Encyclopaedia Britannica.* Chicago.

**Miami Andersen, Marianne (1996):** *Theatersport und Improtheater*. Planegg.

**Rellstab, Felix (Nachdruck 2003):** *Handbuch Theaterspielen. Band 4 Theaterpädagogik. Entwicklung – Begriff – Grundlagen – Modelle – Übungen – Beispiele – Projekte*. Wädenswil.

**Schmitt-Kilian, Jörg (1995):** *Ratgeber Drogen. Vorbeugung Konfliktlösung Therapie*. Düsseldorf.

**Spolin, Viola (7.Auflage 2005):** *Improvisations Techniken für Pädagogik, Therapie & Theater*. Paderborn.

**Vlcek, Radim 1997):** *Workshop Improvisationstheater. Übungs- und Spielesammlung für Theaterarbeit, Ausdrucksfindung und Gruppendynamik*. München.

**Weintz, Jürgen (4.Auflage 2008):** *Theaterpädagogik und Schauspielkunst. Ästhetische und psychosoziale Erfahrung durch Rollenarbeit*. Berlin, Milow.

**Wilde Bühne e.V. (Hg.) (1998):** *Kultur vom Rande der Gesellschaft. Aus der Praxis authentischer Theaterarbeit*. Freiburg im Breisgau.

<http://www.iq.hessen.de/>

<http://www.sit-taunus.de/>

<http://www.sit-taunus.de/requisit/index.html>

<http://de.wikipedia.org/wiki/Motivation> (Stand: 27.Juli 2009)

## **Eidesstattliche Erklärung**

Hiermit erkläre ich an Eides statt, dass ich die theoretische Abschlussarbeit „Impro für ein drogenfreies Leben – Theater als Rückfallprophylaxe“ im Rahmen der Ausbildung zur Theaterpädagogin BUT in selbständiger Arbeit erstellt und nur die angegebenen Quellen als Hilfsmittel genutzt habe.

Frankfurt am Main, den 28. Juli 2009

Nora Staeger