

Aus: Textarchiv H. G. Petzold et al. Jahrgang 1982

<http://www.fpi-publikationen.de/textarchiv-hg-petzold>

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper Hückeswagen.

Hilarion G. Petzold (1982f) : **Gestaltdrama, Totenklage und Trauerarbeit***

Erschienen in: *Petzold, H.G. (1982a): Dramatische Therapie. Neue Wege der Behandlung durch Psychodrama, Rollenspiel, therapeutisches Theater, Stuttgart: Hippokrates, S. 335-368. Auch in: Petzold, H.G.(1985a): Mit alten Menschen arbeiten. Bildungsarbeit, Psychotheapie, Soziotherapie, München: Pfeiffer. S. 500-537.*

Er wird in Polyloge 2015 mit einigen notwendige Revisionen und aufgrund aktueller Trauerforschung kommentiert neu eingestellt mit der Sigle 2015h.

In diesem Internet-Archiv werden wichtige Texte von Hilarion G. Petzold und MitarbeiterInnen in chronologischer Folge nach Jahrgängen und in der Folge der Jahrgangssiglen geordnet zur Verfügung gestellt. Es werden hier auch ältere Texte eingestellt, um ihre Zugänglichkeit zu verbessern. Zitiert wird diese Quelle dann wie folgt:

Textarchiv H. G. Petzold et al.

<http://www.fpi-publikationen.de/textarchiv-hg-petzold>

* Aus der „**Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit**“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung (Leitung: Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold, Prof. Dr. phil. Johanna Sieper, Hückeswagen <mailto:forschung.eag@t-online.de>, oder: EAG.FPI@t-online.de, Information: <http://www.Integrative-Therapie.de>).

Gestalt drama, Totenklage und Trauerarbeit*

1. Gestalttherapie als dramatische Therapie

Die Gestalttherapie, die von dem Berliner Psychiater und Psychoanalytiker *Friedrich S. Perls* (1893–1970) zusammen mit seiner Frau *Lore Perls* und *Paul Goodman* begründet wurde, ist eine Form »dramatischer Therapie«. Ihre Wurzeln, Psychoanalyse, Gestaltpsychologie, Existentialismus und Phänomenologie, laufen zusammen in der dramatischen Aktion, im Spiel der Gefühle, Gesten, Gedanken, Traumbilder, im Spiel der Gestalten, die sich aus dem Dunkel des Hintergrundes ausgliedern, um im Vordergrund prägnant und erkennbar zu werden. Das Spiel der Gestaltformation folgt seinen eigenen Regeln, der Dramaturgie des Organismus, der auf die Welt gerichtet ist (vgl. hier das Konzept von *M. Merleau-Ponty* [1945] eines *être-au-monde*, der *Verschränkung* von Mensch und Welt; dazu *Müller* 1976) und mit ihr in Wechselwirkung steht. Diese beständige Bewegtheit begründet das universelle Spiel des Lebens, das universelle Leben des Spiels: »A game is a game is a game« (*Perls*)**.

Wie *Moreno* und *Iljine* war auch *Perls* vom Theater fasziniert: »The theater was my first love, this, philosophy and literature« (aus einem Interview mit *Gustaitis* 1969). Als Schüler und Student in Berlin wurde *Perls* vom Theater *Max Reinhardt*s, diesem Meister farbiger Sinnhaftigkeit, angezogen. Er wirkte bei den monumentalen Inszenierungen zuweilen als Komparse mit, Erfahrungen, die sicher nicht ohne Einfluß auf ihn geblieben sind (*Petzold* 1984). Die Dramatisierung von Erinnerungen, von Träumen, von Konflikten, widerstreitenden Emotionen ist ein Charakteristikum gestalttherapeutischer Arbeit: ein inneres Psychodrama oder ein Psycho-Drama im eigentlichen Sinne des Wortes. Es ist sicher kein Zufall, daß *Perls* Ende der 40er Jahre, nicht lange nachdem er aus Südafrika nach New York gekommen war, mit *Moreno* in Kontakt kam. *Zinker* sieht *Moreno* als »Wegbereiter des kreativen Lösens von Problemen in einer Gemeinschaft durch das Medium des Dramas, der mit seiner Betonung des innovativen Spiels, das so sehr dem Zeitgeist der 50er Jahre entsprach, den Grund für die Popularität der Gestaltgruppentherapie legte« (*Zinker* 1977, 161). Die

* Aus: *H. Petzold*, *Dramatische Therapie*, Hippokrates, Stuttgart 1982, 335–368.

** Aus: »Fritz«. An impressionistic study of *Frederick S. Perls* in his home at Esalen Institute. Film der Sheil-Kama Productions, P.O. Box 926, Half Moon Bay, Ca. 94019.

Gestalttherapie verdankt *Moreno* zumindest im Bereich der therapeutischen Technik wesentliche Anregung. Der »Rollentausch« und die Arbeit mit dem »leeren Stuhl« – *Morenos Monodrama** – wurden übernommen. Wenn auch zwischen Psychodrama und Gestalttherapie Gemeinsamkeiten bestehen, so dürfen die Unterschiede nicht übersehen werden. *Moreno* wandte sich explizit gegen einen gestalttheoretischen Ansatz. Für ihn ist der Gestalter *vor* der Gestalt. Der Therapeut »befaßt sich nicht mit etwas Vorgegebenem, der Gestalt, er ist selbst derjenige, der die Gestalt bildet, und deshalb ein *Gestalter*, der Schöpfer des Rahmenwerks« (*Moreno* 1933; zit. in *Moreno* 1951, 13). *Morenos* »Selbst«, das sich als »Summe« von Rollen und Rollenclustern konstituiert (so *Moreno* 1962, 115 und *Leutz* 1974, 49), unterscheidet sich grundsätzlich von der gestalttherapeutischen Auffassung, die »das Selbst als die Kraft auffaßt, die die Gestalt im Feld bildet; oder besser, das Selbst ist der Figur-Grund-Prozeß in Kontaktsituationen« (*Perls et al.*, 1951, 374).

Die gestalttherapeutische Theorie des »Selbst« stellt uns in einen dramatischen Raum: Spieler, Bühne und Spiel stehen synonym für Figur, Hintergrund und Zeitkontinuum. In dieser Konfiguration ist »das Selbst nicht als Institution mit festem Standort zu denken; es existiert, wo und wann immer eine Grenzinteraktion tatsächlich stattfindet« (*ibid.*). Der Leib (*corps phénoménal*), der man als inkarnierte Person *ist*, wird vom physikalischen Körper (*corps objectif*), den man *hat*, unterschieden (vgl. *Marcel* (1978); *Merleau-Ponty* 1945). Der wahrnehmende Kontakt des Leibes mit dem Feld gebiert das Selbst, ja, »das Selbst ist dieser Kontakt« (*Perls et al.*, 1951, 373), Berührung und Grenzziehung zugleich, durch die *hier und jetzt* das Eigene und das Fremde als verschieden erkannt werden. Die Figur braucht den Grund, der Spieler die Bühne. Im Spiel, das von Gegenwart zu Gegenwart schreitet, d. h. in der Zeit, erkennt sich das Selbst. »Die Gegenwart ist ein Durchgang aus Vergangenheit in die Zukunft, und dies sind die Stadien einer Handlung, in der das Selbst mit der Wirklichkeit in Kontakt tritt« (*ibid.*; vgl. *Petzold* 1980a). *Goodman* vollzieht hier mit seinem dynamischen Selbstbegriff eine inverse Figur zu *Goffman*, der

* »*Monodrama* in which no auxiliary egos are used. The patient plays all parts himself. Used extensively in Gestalt Therapy« (*Blatner* 1970, 110); vgl. auch *Morenos* Techniken des Autodrama und der Self-Presentation, *Moreno* 1937, »i.e., to live through, in the psychiatrist's presence, situations which are a part of his dayly life and especially to live through crucial conflicts in which he is involved. He must also enact and represent . . . every person near him . . . but the auxiliary ego remains outside the situation«.

gleichfalls das Selbst nicht als starre Größe sieht: »Eine richtig inszenierte und gespielte Szene veranlaßt das Publikum, der dargestellten Rolle ein Selbst zuzuschreiben, aber dieses zugeschriebene Selbst ist ein Produkt einer erfolgreichen Szene und nicht ihre Ursache. Das Selbst als dargestellte Rolle ist also kein organisches Ding, das einen spezifischen Ort hat und dessen Schicksal es ist, geboren zu werden, zu reifen und zu sterben; es ist eine dramatische Wirkung, die sich aus einer dargestellten Szene entfaltet . . .« (Goffman 1973, 231). Der Spieler im Gestaltdrama jedoch wird nicht von den Mitspielern, den Statisten, den Kulissen, dem Publikum determiniert, und er selbst ist nicht der *deus ex machina*, der die Szene regiert, vielmehr gehören Bühne und Spieler einander zu (vgl. Petzold 1982, 167 f und 23 f). Das Selbst als Grenz- und Kontakthänomen »vermittelt den Kontakt zur Umwelt und gehört beidem an, dem Organismus wie der Umwelt« (Perls et al., 1951, 373). Die wache Bewußtheit (awareness) konstituiert das wahrnehmende Selbst als die Instanz, die in einem gegebenen Moment und an einem konkreten Ort die Beziehung des Menschen zur Welt und zu seinen Mitmenschen regelt (ibid. 376). Das Zentrum gestalt-dramatischer Arbeit ist deshalb das gleiche wie im Theater: *die Gegenwärtigkeit des Erlebens*. Der »leere Raum« (Brook 1970) wird mit Erleben gefüllt, dem des einzelnen und dem aller Anwesenden, seien sie nun Spieler, Komparsen, Zuschauer, Bühnenarbeiter. Der Leib, d. h. der Binnenraum, die Mitspieler als sozialer Raum und die Ausmessungen der Bühne als ökologisches Feld werden im Kontakt erfahren. Das Gestaltdrama zielt, wie die Bühnenarbeit, auf *vollen Kontakt*. Der Schauspieler muß im Spiel mit seinen Mitspielern auf der Fläche der Bühne im Kontakt sein, um sich orientieren zu können, und die Orientierung zeigt sich in leiblicher Wahrnehmung und Handlung, in Sensibilität und Expressivität. Dieser Prozeß gegenwärtigen Wahrnehmens und Handelns aber steht in der Zeit. Der Szene hier und jetzt sind Szenen vorausgegangen, gelungene und verfehlete, vollendete und unabgeschlossene. Die vergangenen Formen können als »fixed forms« (Perls et al., 1951, 241) fortbestehen und zwar, solange sie im gegenwärtigen Erleben und Handeln eine Funktion haben. Alte Szenen als »erinnerte Szenen« haben in der Gegenwart nur Relevanz, wenn sie als unerledigte auf Vollendung drängen und somit das gegenwärtige Spiel unterbrechen und zerstören, oder wenn sie als traumatische Szenen unter erheblichem Energieaufwand zurückgehalten werden müssen, um sie nicht – in der Regel unter großen Schmerzen – zu vollenden. Goodman und Perls haben den »vergessenen Szenen«, den erinnerten und nicht erinnerten, besondere Aufmerksamkeit geschenkt. Traumatische Situationen werden als unvollständige Szenen verstanden, ein Spiel, das

keinen Abschluß gefunden hat und deshalb in seiner Dynamik fortwirkt; die unausgelebten Gefühle, die unterbrochenen emotionalen Reaktionen leben latent fort. Sie können, ausgelöst durch gegenwärtige Situationen ähnlichen Charakters oder durch mangelnde Ablenkung und damit stärkere Zentrierung auf »das, was ist«, aufkommen. »Plötzlich verschaffen sich das »immergegenwärtige« latente Gefühl und sein Gestus Ausdruck und mit ihnen taucht das Bild der *alten* Szene auf. Und es ist nicht das alte Bild, welches das Gefühl freigesetzt hat, sondern die Lockerung der gegenwärtigen Unterdrückung. Die alte Szene wird wiedererlebt, weil sie zufällig die letzte freie Betätigung jenes Gefühls und jenes Gestus im sinnhaft wahrgenommenen Umfeld war, als man versuchte, die unerledigte Situation zum Abschluß zu bringen« (ibid. 295). Das Durchleben derartiger verdrängter Szenen, das Offenkundigmachen ihrer latenten Präsenz, ist gleichbedeutend mit der Möglichkeit ihrer Vollendung und dem Abschließen der in ihnen festgehaltenen Gefühle (ibid.).

Ein solches Abschließen kann nicht durch Verbalisation allein geschehen. Szene bedeutet Involvierung des Leibes, Handeln im Kontext, der sich aus Objekten und Personen konstituiert. Weiterhin handelt es sich selten um *eine* Szene, sondern eher um eine Szenensequenz, ein »Skript«, das in seinem zeitlichen Verlauf vergegenwärtigt und »durchagiert« werden muß. »Wenn wir in der Gestalttherapie von »ausagieren« reden, so meinen wir nicht »ausleben«, sondern »ein Akteur sein« (be an actor). Wir haben ein Skript in Form eines Traumes oder einer Phantasie. Wir sehen, daß der Traum und die Phantasie eine Geschichte ist, ein Drama ist, und wir agieren es in der Therapie wieder aus, um uns dessen bewußt zu werden, was wir sind und was uns verfügbar ist« (Perls 1968 in: 1980, 179). Die Dramatisierung unerledigter Situationen im Dienst des Durchagierens wird in der Gestalttherapie als Form deutungsfreien Durcharbeitens gesehen. Der dramatische Ansatz verbindet die Fülle des Affektes mit dem totalen Ausdruck in der jeweils durchgespielten Szene und vermag das Skript bzw. die Struktur der Szene nachhaltig zu ändern, so daß die Gegenwart von ihr nicht weiter verstellt wird. Die Offenheit, auf die gegenwärtige Szene adäquat zu reagieren, wird dadurch gewährleistet. Im konkreten therapeutischen Ablauf bedeutet das, daß im Bewußtsein auftauchende Elemente *in Aktion* gesetzt werden. Die Dramatisierung im therapeutischen Prozeß geschieht immer durch den Protagonisten selbst. Es gibt keine »auxiliary egos« wie im Psychodrama *Morenos*, die verschiedene Rollen aus der Szene des Protagonisten übernehmen. Selbst wo dies in gestaltdramatischer Arbeit einmal geschieht, etwa in der Dramatisierung von Träumen unter Einbeziehung der gesamten Gruppe (Zinker 1971, 19), geht eine protago-

nist-zentrierte Arbeit voraus, in der der Spieler alle wichtigen Personen oder Elemente seiner Szene selbst verkörpert; denn es sind ja seine Erinnerungen, die Gestalt gewinnen, seine Traumbilder, die Sedimente seiner Phantasie, die verdrängt oder unzugänglich waren. Die Übernahme einer Rolle, eines Parts im Gestalt drama bedeutet, sich mit ihm zu identifizieren und ihn auf diese Weise in die Ganzheit zu integrieren. *Mit jeder Identifizierung, und das heißt mit jedem wahrnehmend vollzogenen Kontakt, findet sich das Selbst, wächst Identität.* Das ist der Kern der Rollenübernahme und der gestalttherapeutischen Identifikationstechnik. Sie ermöglicht, die Teile dem Ganzen einzugliedern, sie ermöglicht die *Integration* (vgl. *Petzold 1977a*, 160). Die Einführung von Mitspielern würde die Identifikationsmöglichkeiten verringern und verhindern, daß sich der Protagonist all das zu eigen macht, was er verleugnet oder vermieden hat. *Reowning* fordert Identifikation (dieses Buch S. 482).

Handelt es sich bei der anstehenden Arbeit um das »Durchagieren« eines Konfliktes, so wird im Gestalt drama die Dialogtechnik eingesetzt. Zwei widerstreitende Personen aus einer konkreten Szene oder zwei widersprüchliche Gefühle oder zwei Strebungen im Selbst (z. B. top-dog/under-dog) werden in Dialog gebracht, indem der Protagonist *beide Seiten* spielt. Die Identifikation mit den widersprüchlichen Teilen ist die Voraussetzung für mögliche Integration. In all diesen Formen gestalt dramatischer Arbeit steht die »Wahrnehmung des Offensichtlichen«, dessen *was ist*, im Zentrum. Der Kontakt zu den Vorstellungen, Gefühlen und Menschen aus unerledigten Situationen ist der Beginn. Dabei darf Kontakt nicht statisch aufgefaßt werden, nicht als Momentaufnahme dessen, *was ist*, sondern als *Zeitgestalt* (vgl. *V. v. Weizsäcker 1960*). Auf die konstative Frage: »*Was ist jetzt?*« folgt die prozessuale: »*Wie erlebst du das?*« Hier beginnt das eigentliche Gestalt drama. Szene folgt auf Szene, und zurückgehaltenes, unerledigtes Material tritt ins Bewußtsein und drängt ins Spiel. Eine Tür gibt den Zugang zur nächsten frei, und sofern diese verschlossen ist, besteht die Hilfe des Therapeuten darin, aufzufinden und zu sehen, was auf der Schwelle liegt und zu Blockierungen führt. Vermeidungen des Klienten werden nicht wie im Psychodrama durch die Technik des Doppeln angegangen. Auftauchende Blockierungen (*impasse*) sind zu wichtig, als daß sie durch »überleitendes Doppeln« (*Leutz 1974*, 131) überspielt werden sollten. Der Widerstand des Patienten hat *Sinn*. Es gilt, ihn in seiner Schutz- und Schlüsselfunktion ernst zu nehmen (vgl. *Schneider 1980*; *Petzold 1980b*). Das Ziel ist nicht das Öffnen der Tür – notfalls durch gewaltsames Aufbrechen –, sondern erlebbar und erfahrbar zu machen, *wie* man sie öffnet. Ein Beispiel mag das verdeutlichen.

In einer Trauerarbeit kann eine Klientin ihren Zorn über ihren Vater, einen hochdekorierten NS-Offizier, nicht zum Ausdruck bringen. Ihm war es »gelingen«, am letzten Kriegstag noch erschossen zu werden, in Ehren zu fallen, durch eine Unvorsichtigkeit, die auf einen indirekten Suizid schließen ließ. Wir hatten die Szene zuerst klassisch psychodramatisch gespielt und haben dann, als der Affekt flach blieb, die Sequenz im gestalt-dramatischen Ansatz fortgeführt.

Klassisches Psychodrama

Doppel tritt hinter *K*: Ich finde es schlimm, wie du dich davongemacht hast, auf die letzte Minute den Helden gespielt!

K: Ja, den Held hat er gespielt und uns allein gelassen (ballt die Fäuste, aber die Stimme ist ohne Affekt).

Doppel: Ich habe einen solchen Zorn auf ihn.

K: Ich bin schon wütend, wenn ich daran denke, aber ich fühl's nicht richtig.

Doppel: Wenn ich nur einmal alles herausagen könnte, was er uns damit angetan hat.

K: Ja, das wäre gut (schweigt).

D: Du Feigling, du hast dich davongemacht.

K: Ja. (Schweigt und nimmt die Interjektion des Doppels nicht auf.)

Gestalt-drama

Therapeut: Was geht jetzt in Ihnen vor, Frau *K*?

K: (ohne Affekt) Ich bin wütend, daß er sich entzogen hat.

T: Was fühlen Sie jetzt?

K: So leer (ballt wieder die Fäuste).

T: Was spüren Sie in Ihren Händen?

K: Die sind geballt. Das ist wohl die Wut (stockt, bricht in Tränen aus), die geht ins Leere, meine Hände sind ja leer. Vater, warum bist du nur weggegangen? Warum bist du nicht bei mir geblieben? O Vater! Ich habe dich doch so lieb!

T: Gehen sie nur mit ihrem Schmerz!

K: (Weint lange Zeit heftig.) Und Mutter und mich hast du zurückgelassen, mit nichts . . . nein, mit *Schande* (zornig), o du Schuft, du verbohrter Nazi! Noch am letzten Tag für deinen Führer sterben (weint), du armer dummer Narr!

Nachdem mit dem psychodramatischen Doppeln die Widerstände nicht gelöst werden konnten, macht die Gestaltintervention die Blockierung deutlich erlebbar. Ziel ist nicht das Ausdrücken von Zorn, sondern das Aufzeigen dessen, *was ist*. Die Klientin *dachte*, sie müsse zornig sein. Die Körpersprache, an der sich das Doppel orientierte, schien auf Zorn zu deuten, doch die geballten Fäuste verwiesen auf den Vater, der nicht mehr zu fassen war. Der Schmerz war *vor* der Wut, und erst sein Ausdruck ermöglichte auch das Aufkommen von Zorn, der sich schließlich in Mitleid löst: »Du armer dummer Narr!« In der Gestaltintervention wird dem *Weg* größere Bedeutung beigemessen als dem *Ziel*, und auf diesem *Weg* »ereignen« sich die Szenen und Affekte, ohne daß sie durch etwaige Projektionen des Doppels kontaminiert werden (vgl. zum Doppeln ausführlicher *Petzold* 1979a, 139–197).

Das Gestaltdrama zielt darauf ab, vollen Kontakt zu ermöglichen und damit ein prägnantes Selbsterleben zu fördern. Kontakt mit der Außenwelt, Kontakt mit dem eigenen Leib, Kontakt mit der Innenwelt, den Phantasien, Vorstellungen und Gedanken. Widerstands- und Vermeidungsphänomene werden nicht durch Doppeln oder Deutung, sondern durch Kontakt gelöst. Nur so wird aus *re-sistance as-sistance* (Perls 1980, 125). Die Aufgabe, im gestalt-dramatischen Prozeß auch zu schmerzvollen, angstbesetzten, bedrohlichen Situationen Kontakt aufzubauen, gestaltet sich zuweilen schwierig, denn es ist nicht einfach, dunkle Seiten als *seine* anzuerkennen und Schmerzvolles noch einmal zu durchleben und zu vollenden, Abgelehntes zu integrieren. Aber das Selbst ist kein klares Wasser ohne Trübungen. Wirbel rühren den Grund auf, und das ist ein Zeichen von Lebendigkeit. Solange die Kraft vorhanden ist, Getrübtes zu klären, solange der Strom der *awareness* frei fließen kann, solange sich der Prozeß der Gestaltformation ohne größere Hindernisse vollzieht, geht das Spiel des Lebens weiter. Die gestalt-dramatische Arbeit hat kein weiteres Ziel, als seinen Verlauf, wo immer er blockiert ist, wieder möglich zu machen. Insofern kann das Gestaltdrama als Teil des Lebensvollzugs betrachtet werden, ein Sonderfall vielleicht, aber prinzipiell nicht verschieden von dem alltäglichen Geschehen von Kontakt und Rückzug, Gestaltformation und Gestaltdestruktion, Figurbildung und Versinken im Hintergrund.

2. Gestaltdrama und Trauerarbeit

Um gestalt-dramatische Arbeit plastischer werden zu lassen und zu zeigen, wie sie sich einfügt in die *natürliche* Realität des menschlichen Lebens, soll der Prozeß des Trauerns herausgegriffen werden als ein Geschehen, das jedem Menschen in seinem Leben widerfährt. Die Trauer gehört zum Leben wie der Tod. Nicht nur als Kontrapunkt der Freude, sondern als konstitutives Element im Prozeß des Kontaktes und des Rückzugs, des Wachsens und des Abnehmens, stellt sie die natürliche Reaktion auf die vielfältigen Verluste von geliebten Menschen, von Dingen, von Werten, von körperlicher Integrität dar, und nur das Hineingehen in die Trauer, das Loslassen des Verlorenen macht einen neuen Anfang möglich.

Trauer ist immer im Zusammenhang mit Verlust zu sehen, genau wie Ablösung immer Bindung voraussetzt (Petzold 1980c, 256; 1980d). Verlust bedeutet, daß etwas, was zu mir gehört, z. B. körperliche und geistige Fähigkeiten, oder etwas, was »zu einem Stück von mir« geworden ist, z. B. ein geliebter Mensch, ein Haus, eine Landschaft, unwiederbringlich aus

meinem Leben verschwindet, d. h. der Möglichkeit unmittelbaren Kontaktes entzogen ist. Da aber aus Kontakt, Berührung und Grenzziehung also, mein Selbst und meine Identität erwächst, sind Verluste nicht nur schmerzlich, sie sind immer auch bedrohlich für das Identitätserleben. Bedrohung, Schmerz und das Eingestehen, daß Vertrautes verloren ist, werden jedoch vom Menschen ungerne erlitten und nach Möglichkeit abgewehrt. *Freud* hat dies treffend beschrieben: »Die Realitätsprüfung hat gezeigt, daß das geliebte Objekt nicht mehr besteht, und erläßt nun die Aufforderung, alle Libido aus ihren Verknüpfungen mit diesem Objekt abzuziehen. Dagegen erhebt sich ein begreifliches Sträuben – es ist allgemein zu beobachten, daß der Mensch eine Libido-Position nicht gern verläßt, selbst dann nicht, wenn ihm der Ersatz bereits winkt . . .« (*Freud*, Trauer und Melancholie 1916, GW 10, 1967, 480). Aber der Ersatz ist selten wirklicher Ersatz. *Freud* bringt dies 1929 in einem Brief an *Ludwig Binswanger* zum Ausdruck: »Man weiß, daß die akute Trauer nach einem solchen Verlust ablaufen wird, aber man wird ungetröstet bleiben, nie einen Ersatz finden. Alles, was an die Stelle rückt, und wenn es sie auch ganz ausfüllen sollte, bleibt doch etwas anderes und eigentlich ist es recht so. Es ist die einzige Art, Liebe fortzusetzen, die man ja nicht aufgeben will« (Brief vom 12. April 1929, in: *E. Freud*, *L. Freud* 1960, 403). *Freud* beschreibt hier treffend das, was in der Gestalttherapie als »*hanging on reaction*« (vgl. hierzu ausführlich *Tobin* 1975 und *Perls* 1969, 134) bezeichnet wird. Ein solches Festhalten ist um so stärker, je wesentlicher das verlorene »Objekt« für den Menschen war, je bedeutsamer und zahlreicher die zwischen ihnen *unerledigten Situationen* sind, je geringer sein Selfsupport und je größer sein Reservoir an unverarbeiteten Verusterlebnissen ist, die im Zulassen der Trauerreaktion mitaktiviert werden können. Es ist naheliegend, daß der Verlust eines Partners, mit dem man in einer glücklichen Beziehung lebte, schwerer wiegt als der eines entfernten Verwandten, und die Zerstörung eines Hauses, in dem man viele Jahre gelebt hat und in das man viel Lebenskraft investierte, belastender ist als die Kündigung einer Mietwohnung in einem Serienwohnblock. Derartige Verluste schlagen Wunden, die nur heilen können, wenn nicht Energien in ein Festhalten investiert werden, wo nichts mehr zu halten ist. Solange der Schmerz über den Verlust nicht voll zugelassen und die Realität des Unwiederbringlichen gelehnet wird, solange kann das verlorene Objekt nicht verinnerlicht werden und in meinen Erinnerungen einen wirklichen und angemessenen Ort erhalten als etwas, das zu meiner Innenwelt gehört und das ich nicht mehr im Außenbereich suche, erhoffe oder ersehne. Die »unerledigten Situationen« verhindern Trauerarbeit, wenn z. B. Zärtlichkeit nicht gelebt wurde,

Zuwendung nicht Ausdruck fand. Aber nicht nur positive Gefühle können als »unfinished business« zu einem Wunsch nach Fortsetzung von Bindung und einer Festhalterreaktion führen. Auch unausgesprochener Groll, Ärger über Verletzungen, schlechte Behandlung, jede Form des Nachtragens führen zu dem Wunsch, eine Beziehung so lange fortzusetzen, bis die unerledigte Situation erledigt werden kann.

Das »Loslassen« fällt gerade Menschen mit geringem Selfsupport schwer, da für sie der Verlust von Bezugspersonen, deren Zuwendung und Unterstützung sie als lebensnotwendig erfuhren oder die Zerstörung materieller Güter besonders schwer zu ertragen ist. Trauerarbeit hat bei ihnen oftmals keinen »Grund«. Das schwache Selbst vermag weder den Schmerz zu ertragen noch die Faktizität von Defiziten zuzulassen. In ähnlicher Weise ist das Abwehrverhalten gegenüber genuinen Trauerreaktionen bei Menschen sehr stark, die schon sehr viele Verluste hinnehmen mußten und diese nicht adäquat verarbeiten konnten. Die Reaktivierung alter Szenen mit der ganzen Fülle ungelebten Schmerzes wäre bei einem Zulassen der Trauerreaktion unvermeidlich. Um der Gefahr zu entgehen, von Trauer überschwemmt und konfluent zu werden, kommen eher typische Vermeidungsreaktionen als Form der Abwehr auf (vgl. hierzu *Petzold* 1980c, 268–276 und *Spiegel* 1973). Im wesentlichen geht es:

- 1) um das Vermeiden tatsächlichen Schmerzes, der durch den Verlust emotional relevanter Beziehungen und Dinge ausgelöst wird;
- 2) um das Vermeiden der Reaktivierung früher schmerzlicher und unlustvoller Situationen, die durch die strukturelle Ähnlichkeit aufkommen;
- 3) um das Vermeiden unabgeschlossener Situationen mit realen Personen und Kontexten;
- 4) um das Vermeiden des Abschließens unabgeschlossener Situationen aus der Vergangenheit, die noch emotional fortwirken.

Diese Vielzahl von Festhalte- und Vermeidungsreaktionen kommt zu einem Teil dadurch zustande, daß die genuinen Trauerreaktionen durch einen entfremdeten gesellschaftlichen Kontext verhindert werden. Die Trauer findet heute kaum noch Stütze im Familienverband, geschweige denn in der Nachbarschaft, die, besonders in Städten, wo gewachsene Quartiere zerstört sind, jede Support-Funktion verloren hat. Es stehen uns weiterhin keine Vorbilder zur Verfügung, bei denen wir Trauern lernen können. Die Großfamilien werden in einzelne Fragmente aufgesplittert, und intakte Dorfgemeinschaften sind selten geworden. Es sind damit auch die Rituale des Trauerns verlorengegangen: die dramatischen Abläufe, in denen der Schmerz kanalisiert werden konnte, der Verlust durchlebt, das

Leid geteilt und der Abschied vollzogen wurde. Das dramatische Ritual natürlicher Klagen ermöglicht es, den Schmerz zuzulassen, ohne daß Ausdruck zurückgehalten wird, ohne daß die Atmung verflacht und die Stimme verstummt, ohne daß in Mimik und Gestik der Ausdruck eingefroren wird – eine Steinwüste unvollendeter Handlungen. Der dramatische Verlauf des Klagegeschehens ähnelt in seiner Dramaturgie einer gestalttherapeutischen Sitzung, einem Psychodrama, einem Krisenprozeß. Eine Folge von Phasen läßt sich herausarbeiten, die mit gewissen Variationen über einen Anstieg emotionaler Intensität zu einem Höhepunkt und darauf folgend zu einer Restabilisierung führt. Die verschiedenen Dreiphasen- und Vierphasen-Modelle weisen eine relativ hohe Übereinstimmung auf, und Unterschiede lassen sich aus divergierenden theoretischen und methodischen Positionen der Autoren erklären oder aus dem unterschiedlichen Klientel, das beobachtet wurde.

Nimmt man eine Gliederung in eine *Phase des Schocks* (I), eine *Phase der Kontrolle* im Sinne vorgegebener soziokultureller Muster (II), eine *Phase der Desorganisation* (III) und eine *Phase der Reorganisation* (IV) an (vgl. Spiegel 1973; 1973 I, 58), so ist damit eine Grobstruktur vorgegeben, die eine große Variationsbreite an individuellen Äußerungen zuläßt. Eine weitere Spezifizierung der einzelnen Phasen in Unterphasen ist möglich. Die Analogie eines solchen Mehrphasenprozesses zu den aus Verfahren dramatischer Therapie bekannten Phasen liegt auf der Hand ebenso wie zum kreativen und zum Krisenprozeß (vgl. Petzold 1982, 17 f und 1979a, 340). So kann auch die Trauer im Sinne einer konstruktiven Bewältigung verlaufen oder pathologisch im Sinne eines chronifizierten Kontaktverlustes mit all seinen Folgen; denn Verlust bedeutet Unterbrechung des Kontaktes, und zwar eine plötzliche. Im Unterschied zu organischen Veränderungsprozessen oder den vorsichtig gesteuerten Therapieverläufen erfolgt in der Regel ein abrupter Einbruch in das Persönlichkeitsgefüge und nicht ein sanftes Auftauen vorhandener Strukturen (*unfreezing*) mit der dadurch möglich werdenden Veränderung (*change*) und der daraus folgenden Neustabilisierung (*refreezing*, Lewin 1948). Die strukturelle Nähe zu kreativen und zu krisenhaften Prozessen (vgl. Abbildung S. 149) eröffnet der Trauerarbeit beide Möglichkeiten. So finden wir in den Trauerliedern und Totenklagen vieler Völker Beispiele für kreative Bewältigung, Umgestaltung der Energie des Schmerzes in Schöpfungen, die Integration ermöglichen (Petzold 1970; Canaçacis-Canas 1975; 1982); und wir finden andererseits auf den Friedhöfen zwischen den Steinwüsten der Großstädte versteinerte Trauer oder doch vielfach unlebendige oder ausschließlich vom Schmerz geprägte Reaktionen (Fuchs 1973). Auch die

gestaltdramatische Arbeit kann derart unterschiedliche Qualitäten haben. Sie ist zuweilen schmerzvolles Durcharbeiten (*work*), zuweilen spielerisch (*play*), zuweilen beides (*plork = play + work*). Das Gestaltdrama eröffnet deshalb Möglichkeiten der kreativen Gestaltung von Trauer. Auf die Analogie von Trauerverlauf und gestalttherapeutischem Prozeß hat *Frings Keyes* (1975) aufmerksam gemacht. Sie hat Gestaltmethoden eingesetzt mit dem Ziel, die Phasen des »*los-grieving-cycle*« nach dem Modell von *Bowlby* und *Lindemann* durchleben zu lassen. Ich selbst habe auf der Grundlage der Analyse von russischen und südslawischen Toten- und Klagebräuchen sowie der griechischen *μυρολογία* und aufgrund zahlreicher therapeutischer Trauerbegleitungen folgenden Prozeßverlauf herausgearbeitet:

»Verlust →

- 1) *Schock*. (Physische und/oder psychische Extremreaktionen, eventuell Dekompensation.)
 - 1a Verleugnung (Die Faktizität des schmerzauslösenden oder bedrohlichen Ereignisses wird nicht angenommen. »Das kann nicht wahr sein.«)
- 2) *Kontrolle*. (Das Individuum versucht, seine Gefühle »in den Griff zu bekommen«. Die äußeren, sozial vorgegebenen Rituale, Verhaltensklischees, die Notwendigkeiten des Alltags werden wirksam.)
- 3) *Turbulenz*.
 - 3a Ausbruch in Vorwurf
 - 3b Ausbruch in Verzweiflung
 - 3c Ausbruch in Schmerz, Beginn des Abschieds
- 4) *Restitution*.
 - 4a Annahme der Faktizität des Verlustes, Vollzug des Abschieds
 - 4b Bewußtwerden der daraus folgenden Konsequenzen
 - 4c Überschau über die verbleibenden Möglichkeiten und Alternativen
 - 4d Neuorientierung

Das vorgelegte Modell hat natürlich heuristischen Charakter. Die einzelnen Phasen und Unterphasen können variieren, stärker akzentuiert oder weniger ausgeprägt auftreten oder zum Teil ganz fehlen. Es ist überdies möglich, daß eine Fixierung auf eine der genannten Phasen stattfindet, jemand also in der Verwirrung des Schocks bleibt, in der Haltung der Verleugnung, des Grolls, der Verzweiflung, des Schmerzes, was in eine chronische Resignation oder Depression übergehen kann. Es wird auf diese Weise die vierte Phase der Restitution verhindert, für die die Aufnahme und das Ausleben des Schmerzes Voraussetzung ist. Nur dann kann die Faktizität der Verlustes voll akzeptiert werden und eine Neuorientierung geschehen. Diese ist letztlich in der durchlebten emotionalen Erfahrung *und* der rationalen Einsicht gegründet (aus *Petzold* 1980c, 277).

Wichtig ist, daß ein solcher Ablauf natürlich nicht in *einer* Sitzung

geschieht (obgleich dies im Einzelfall möglich ist), sondern ein mittelfristiger Prozeß ist, dessen Intensität von der Bedeutung des Verlustes abhängt. Dies gilt auch dann, wenn der Verlust schon einige Zeit zurückliegt und der Patient durch einen pathologischen Verlauf in einer der Phasen seines Trauerprozesses »eingefroren« ist. Wenn es zu Lösungen kommt – und Lösung aus Jahre und Jahrzehnte alter Erstarrung ist möglich –, braucht die Trauer Zeit, um in Fülle ausgelebt zu werden, damit Vorwurf, Verzweiflung, Schmerz bis »zum Grunde ausgeleert« werden können*. Die sich in den verschiedensten religiösen Riten findenden Rhythmen, z. B. Vierwochenamt, Halbjahresgedächtnis, Trauerjahr, haben ihren *Sinn*. Gestalttherapeutische Trauerarbeit sollte deshalb darauf bedacht sein, Trauer zu *erlauben* und nicht Trauer zu *beenden*. Unerledigte Situationen beenden sich selbst, wenn sie abgesättigt sind, und eine Versöhnung mit dem Verlust muß, wenn er wirklich schwerwiegt, wieder und wieder angestrebt werden, bevor sie sich wirklich vollziehen kann. Das Ziel einer therapeutischen Trauerarbeit soll ja nicht die Hinwegnahme von Schmerz und Betroffenheit sein, in einer Art, daß Berührtheit nicht mehr möglich ist. Durcharbeiten, Durchleben der Trauer bewirkt, daß sie uns nicht mehr überflutet, wenn wir im Leben durch irgendwelche Ereignisse mit dem erlittenen Verlust in Kontakt kommen. Das Zulassen-Können der Traurigkeit, die uns nicht mehr übermannt, sondern zu uns gehört, steht am Ende der Arbeit, die Trauer zu leisten hat und nicht Entleertheit oder Starre.

Der vierstufige Prozeß der Trauer läßt sich dem vierstufigen Prozeß der Integrativen Therapie (*Petzold* 1982, 178 ff) parallel setzen oder dem Verlauf, der in der klassischen Gestalttherapie nach *Perls* (1980) in mehr deskriptiven Kategorien dargestellt wird.

Auf eine Klischee- und Rollenspielphase, in der die Menschen in habituellen Verhaltensklischees und Rollen agieren, folgt die Phase der Blockierung (*impasse*), in der nichts weitergeht. Wird sie durchschritten, folgt die Implosion, in der die Klienten mit ihren existentiellen Konflikten in Kontakt kommen; darauf eine Phase der Explosion, in der sie die angestauten Gefühle zulassen und ausleben, und eine Phase der Integration, in der das Erlebte sich setzt, verstanden wird und die Basis für eine Neuorientierung gewonnen wird.

In der gestalttherapeutischen Arbeit geht es darum, durch die habituellen Verhaltens- und Rollenklischees hindurch zu der Schicht vorzudringen, wo der Klient wirklich getroffen und betroffen ist. Die Kontrolle, die sich der

* Vgl. *Perls*, Grief and pseudo-grief. Filmaufzeichnung von zwei Trauerarbeiten, bei Mediasync Corporation, P.O. Box 486, Del Mar, Ca. 92014.

Trauernde selbst auferlegt, und die sozial geforderten Bewältigungsleistungen verhindern oftmals das Zulassen der Hilflosigkeit, des Schmerzes, des Grolls, der Angst, die in der zweiten Phase des Trauerprozesses bzw. in der Implosionsphase des Gestaltprozesses vorherrschend sind. Das volle Zulassen dieser Gefühle, durch das sie leibhaftig, die gesamte Person erschütternd, zum Ausdruck gebracht werden, ermöglicht wirkliche Trauerarbeit, die »*explosion in genuine grief*« (Perls 1980). Die damit verbundene Entlastung, das Einlassen auf den tatsächlichen, durch den Verlust bewirkten Schmerz bereitet den Boden für die Integration, die Einsicht in die Zusammenhänge, die neue Übersicht, ein Ordnen des Vorhandenen, das eine innere Neuorientierung zuläßt und zu neuem Handeln führt.

Oftmals ist es notwendig, herauszufinden, in welcher Phase des Trauerprozesses eine Verfestigung und Fixierung stattgefunden hat und in welcher Weise ein pathologischer Trauerverlauf daraus resultierte: Blieb der Patient in der Verleugnung, deren Formen z. B. extremer Totenkult oder tägliche Friedhofsbesuche mit Gesprächen mit dem Toten sind? Lebt der Patient im Vorwurf, der in eine allgemeine Verbitterung und Bösartigkeit überging, oder in der Verzweiflung, die in eine chronische Depression mündete, oder im Schmerz, der zur Kränklichkeit und Anfälligkeit führte, oder blieb er in der Starre der Kontrolle?

Bei der Exploration von Patienten, die eine große Starre und Gefühlsarmut zeigen, aber auch bei depressiven, verbitterten, somatisierenden Menschen findet man gar nicht so selten Fixierungen auf unabgeschlossene Trauerprozesse, bei denen der Kontakt in irgendeiner Phase abgebrochen ist, so daß sich die Situation nicht vollenden konnte. Die gestaltdramatische Bearbeitung rollt den gesamten Vorgang neu auf. Das »ganze Trauerspiel« muß noch einmal gespielt werden, damit der Patient bzw. der Klient diese Phase durchleben kann, sich mit dieser zu identifizieren vermag und sie sich damit zu eigen macht. Die Einverleibung des »verlorenen Objekts« kann auf diese Weise geschehen. Dabei ist es wichtig, daß man nicht »zu kurz greift«, d. h. sich nur auf die Situation des Verlustes, etwa eines plötzlichen Todes, beschränkt. Der Verlust muß in seiner Ganzheit wahrgenommen werden. Es ist ja nicht nur ein Mensch, den man als Körper, als physikalische Präsenz verliert, sondern es sind Situationen, gemeinsam durchlebtes Schicksal, gemeinsam erwartete Zukunft, die verloren werden. Ein Abschiednehmen – und das bedeutet Trauerarbeit letztlich – muß von all den wesentlichen guten und schlechten Seiten und Szenen erfolgen und auch von den Hoffnungen und Träumen, die man gemeinsam gehofft und geträumt hat. Die Qualität eines solchen Abschiednehmens kann Verzweif-

lung, Schmerz oder Vorwurf sein, aber sie muß in ein »Gebenlassen« münden. Nur wenn der Patient aufhört, nach Phantomen zu greifen, kann er die Wirklichkeit erfassen und sich ihr neu und ganzheitlich zuwenden. Dann wird die Trennung nicht ein *Verlust*, sondern das *Abschiednehmen* zu einem *Nehmen*, einer neuen Form der *Aneignung* (Hart 1981). Zur Verdeutlichung dieser theoretischen Ausführungen sollen gestaltdramatische Trauerprozesse dargestellt werden, und zwar einmal aus »natürlichen« Situationen und zum anderen aus therapeutischen Sitzungen.

3. Trauerarbeit in russischen Totenklagen

Um den Trauerprozeß in »natürlichen« Situationen zu dokumentieren, möchte ich Beispiele aus russischen Totenklagen bringen, die nicht nur die verschiedenen Phasen und Aspekte des Trauerprozesses illustrieren, sondern zeigen, wie einfachen, bäuerlichen Menschen eine kreative Bewältigung ihres Schmerzes möglich ist, die in ihrer Schönheit selbst schon Trost und Integration ist.

Als in der deutschen Romantik ein lebhaftes Interesse für das Volksgut erwachte und zu Sammlungen von Liedern und Märchen führte, hat die »Slavophile Bewegung« im Rußland des 19. Jahrhunderts sich der Volkspoesie zugewandt. Daß relativ wenige Sammler sich mit den Totenklagen befaßten, liegt auf der Hand. Die Beschäftigung mit dem Tod ist erschreckend und schmerzlich. So antwortet eine Bäuerin dem Forscher *F. Istomin* (1899): »Die Totenklage tut einem ja weh, die Erinnerung schmerzt einen doch« (zit. bei *Mahler* 1936, 9).

E. Barsov, *M. Azadovskij*, *P. Šejn* u. a. sowie *E. Mahler* in ihrer immer noch klassischen Darstellung (siehe Literaturverzeichnis) haben jedoch ein reiches Material zusammengetragen. Die Betrachtung von Totenklagen (μυρολόγια) unter psychologischen Gesichtspunkten ist unlängst für den griechischen Raum von *G. Canaçacis-Canas* versucht worden (1982). Eine größere monographische Behandlung dieses Materials bleibt indes desiderat; denn die Totenklagen führen in ihrer ursprünglichen Unmittelbarkeit an das eigentlich Menschliche im Menschen, an die tiefsten Bereiche des Gefühls, an das Leid, dem nur noch die Liebe, die Freude und der Haß an Intensität gleichgestellt werden können.

Der Wunsch des bäuerlichen Menschen ist «по-людски» auf »Menschenweise« (*Šejn* 1896 I, 2.512) zu sterben, von seinen Nächsten umgeben, aufgebahrt in der häuslichen Stube unter Beteiligung der ganzen Sippschaft, der Nachbarn, des Dorfes: »die Familie und die Nachbarn in

Reih und Glied und all die guten Leute« (*Mahler* 1936, 45). Die Totenklage, das »Große Weinen«, плачъ великій (ibid. 46), wie es schon in den altrussischen Texten bezeugt ist, setzt ein mit der Nachricht über den Verlust. Im Unterschied zu der in unserer Kultur geförderten Haltung der Kontrolle geht es nicht darum, das Leid »gefaßt« zu tragen, sondern dem Leid Ausdruck zu verleihen. »Die Totenklagen sind ein wirklich herzerreißendes Weinen, sie leben ein wahres Leben, weil persönliches Leiden sie weckt und großer Schmerz sie formt« (*Mahler*, ibid. 49). Von Kind auf haben die Menschen immer wieder der Klage beigewohnt, sie erlebt und damit Vorbilder gewonnen, die ihnen in Augenblicken eigener Betroffenheit die Freiheit und die Möglichkeit gaben, ihre Klagen zu improvisieren, ihren Schmerz zu gestalten. Die Mitteilung der Todesnachricht läßt sie nicht im Schock verharren, sondern wird selbst in die Gestaltung einbezogen, wenn das Klagen gleichsam ohne Zutun hervorbricht, wie es ein russisches Sprichwort ausdrückt: »Das Leid brach ein, die Totenklage kam von selbst« (ibid. 50). Die Klagenden bleiben nicht allein. Die Verwandten und Nachbarn gesellen sich dazu, und es vollzieht sich das Drama des Klagens und Abschiednehmens: »Man kommt, den Ritus anzusehen, ohne das Auge davon zu wenden, Alt und Jungerlebt ihn, wie der antike Zuschauer seine Tragödie oder sein Mysterienspiel durchlebte« (*Ozarovskaja* 1927; zit. nach *Mahler* 54).

Die Stadien des Trauerverlaufes, wie sie im voranstehenden aufgezeigt wurden, lassen sich immer wieder auffinden als ein Zyklus, der über die größte Verletzung schließlich zur Annahme führt. Eines der schönsten und ältesten Beispiele ist die Klage der Fürstin *Jevdokija* um ihren Gatten *Dimitrij Donskoj* in der 4. Novgoroder Chronik unter dem Jahre 1897 (AD 1389).

3.1 Verlust

»Als die Fürstin ihn tot auf seinem Lager liegen wußte, begann sie bitterlich zu weinen. Ihren Augen entströmten feurige Tränen . . . mit den Händen schlugen sie sich an die Brust . . . und sie sprach wie eine Schwalbe, die frühmorgens zwitschert, wie Orgelpfeifen klingend: Wie ist nun mein teurer Geliebter gestorben und ließ mich zurück als einsame Wittib? Warum bin ich nicht vor dir gestorben? Wie ist das Licht vor meinen Augen erloschen? Wohin gehst du, du mein Lebenskleinod? Warum sprichst du nicht zu deiner Frau, du mein Innerstes? Du wunderbare Blüte, weshalb verwelktest du so vor der Zeit?«

Von Schmerzen überwältigt, bricht die Fürstin in die klassischen Trauergebärden aus, und sie will die Wahrheit des schrecklichen Geschehens eigentlich nicht annehmen: »Weshalb denn du, mein lieber Gebieter,

blickst du mich nicht mehr an? Weshalb sagst du mir kein Wort? Warum wendest du dich auf deiner Lagerstätte nicht mir zu?»

Es erfolgt im Verlauf des Trauerprozesses auch der Ausdruck von Vorwurf: »Wem lässest du mich und deine Kinder? Nicht lange, o du mein Gebieter, habe ich mich mit dir gefreut, und nun ernte ich für die Freude Gram und Tränen und für Glück und Trost Klage und Kummer.« – Und Ausbruch in Verzweiflung: »Hörst du, mein Fürst, denn nicht meine armen Worte? Erweichen dich meine bitteren Tränen nicht?« Es bleibt die Feststellung: »Tief bist du eingeschlummert, mein treuer Gebieter. Ich kann dich nicht wecken. Von welchem Kampf kehrtest du denn heimwärts? Du bist sehr müde geworden!« Mit dem Bewußtwerden dieser Faktizität bricht noch einmal Schmerz auf, und die Konsequenz, die dieser Tod für das Leben der Hinterbliebenen bringt, wird deutlich: »Was bin ich von jetzt ab? Wie heiße ich jetzt? Heiße ich Witwe? Ich weiß es nicht! . . . Heiße ich Gemahlin? Ihr alten Witfrauen, tröstet mich, ihr jungen Witwen, weinet mit mir: denn Witwenschmerz ist bitterer denn alles Menschenleid, (Полное собрание русских летописей, Bd 4, Petrograd 1915, 358 bis 360).

Der Tod geliebter Menschen löscht nicht nur ein Stück gegenwärtig gelebten Miteinanders, er erregt auch bei den Hinterbliebenen alten Schmerz, »der immer schon« da ist und auf Verlusterlebnisse in frühen Kindertagen zurückgeht. Es wird das, was *Melanie Klein* als »depressive Position des kleinen Kindes« beschrieben hat, angesprochen. »Die frühe depressive Position und mit ihr Ängste, Schuld, Gefühle des Verlustes und Kummers werden wiederbelebt« (*Bowlby* 1960, 82). Dieses klingt in der Totenklage des heiligen *Alexius* an, wenn seine Mutter ruft: »Weh mir, du mein geliebtes Kind, weshalb wecktest du in mir ein so großes Seufzen?« (*Mabler* 30).

Deutlich taucht dieses Thema in verschiedenen Totenklagen auf:

»Schon nistet wohl das böse Ungeschick,
Wo ich geboren ward, im kargen Bauernhöfchen.
Da harrt es meiner schon, das Unheilvolle.
Durch die durchnästen, armen Kinderwindeln,
Schlich sich das böse Ungeschick an mich heran,
Umwand die Wiegenriemen um und um,
Und schaukelt mit mir in der abgebrauchten Wiege.« – *Nordrußland*
(*Barsov* 1882, 63; *Mabler* *ibid.* 64)*.

* Die Texte der Klagen werden in der Regel nach den von mir durchgesehenen und, wo erforderlich, revidierten bzw. sprachlich veränderten Übertragungen von *Mabler* oder in eigenen Übersetzungen zitiert. Die geographische Herkunft wird jeweils hinter der Klage angegeben.

3.2 Verleugnung

Die Fülle dieser Leiden ist überflutend, manchmal so stark, daß die Klagenden am Grabhügel ohnmächtig zusammenbrechen (Šejn 1898, 779). Hier wird oft Zuflucht zur *Verleugnung* des entsetzlichen Geschehens genommen. Der Tote wird gesucht, unter verschiedener Gestalt erwartet, mit Weckrufen beschworen.

»Ich setz mich unter einen Busch,
Auf meinen Ivanuška wart ich,
Ob er nicht wenigstens als Tierchen zu mir kommt,
Ob er nicht als Spätzchen zu mir fliegt,
Oder als graues Gurretäubchen? . . .
Nach meinem Fälkchen schaut ich aus und harrete,
Ob es nicht längs dem raschen Flusse,
Im schwarzen Kahne angerudert komme,
Ob er nicht als weißes Fischlein herschwimme.« – *Vladimir*
(*Mabler* 124).

Oder aus einer Klage um die Schwester:

»Ich ging zu dir des Wegs und forschte immer,
Ob man dich, Schwesterlein, nicht angetroffen,
Ob nicht jemand mit dir sprach oder dich sah . . .« – *Vladimir*
(*ibid.* 128).

Doch die Klagenden müssen die Unausweichlichkeit und Unabänderlichkeit des Geschehens annehmen:

»Wohin ich armes Schmerzenshäuptchen geh,
Ich find mein Kindchen, mein geborenes nirgends!« – *Olonec*
(*Barsov* 112).

Auch im Weckrufmotiv drückt sich der Versuch aus, die Unabänderlichkeit des Todes abzuwehren:

»Ich trete hin, ich Waisenkindchen,
Zu meinem Brotgeber, dem Väterchen,
Wach auf, erhebe dich, Brotgeber-Väterchen,
Von deinem Schlaf, von deinem schweren,
Öffne deine klaren Augensterne,
Öffne deinen süßen Mund,
Hab doch Mitleid mit dem Waisenkindchen . . .« – *Beloozero*
(*Mabler* 419).

»Brauset ihr tobenden Winde,
Aus allen vier Himmeln heran!
Zur Gotteskirche jaget ihr Winde,
Zerstreuet die feuchte Erde!
Reißt an der großen Glocke,
Ihr tobenden Stürme!
Sollt' ihr Klang nicht mein trautes Mütterlein wecken?
Sollt' sie nicht ein Herzenswort zu mir sprechen?« . . . – *Großrußland*
(ibid. 448).

Aber der Weckruf bleibt unerhört.

»Doch es kann ja nicht sein, nicht geschehen.
Kein Toter kann Lebendem nahen,
Wie das weiße Steinchen nicht
Aus blauer Meerestiefe steigen kann,
So kann ich Arme nicht auf Erden leben,
Mit der Gebärerin, dem Mütterchen . . .« – *Olonec*
(*Sejn* 1898, 788).

Wenn der Wahrheit des endgültigen Todes nicht mehr ausgewichen werden kann, so zeigen sich die Motive des Ausbruchs in Vorwurf, in Verzweiflung, in Schmerz.

3.3 Vorwurf

Der Vorwurf ist der Versuch, die aggressiven Gefühle, die der Verlustschmerz aufkommen läßt, auf einen Schuldigen zu richten. Zuweilen sind es Selbstklagen der Hinterbliebenen.

»Säumig handelten wir an unserem ersehnten Väterchen,
Ließen das rasche Tödchen an ihn herankommen
Und schlossen die neue Gittertür nicht zu,
Verriegelten nicht die Fensterchen aus Glas.« – *Olonec*
(*Mahler* 259).

Und so konnte der Tod heimtückisch Zugang gewinnen.

»Heute nahte sich schleichend das jähe Tödchen,
Schlich sich in das schmucke Häuschen ein,
Flog des Wegs als schwarzer Rabe,
Flatterte als kleines Vögelein auf den Flur,
Flog hinein als ein graues Täubchen.« – *Olonec*
(*Barsov* 167).

»Wenn ich das jähe Tödchen auf dem Weg gesehen,
Zugeschoben hätte ich die Fensterchen aus Glas,
Das weite Tor mit flinkem Griff verrammelt,
Schloß und Riegel vor die neue Eichentür geschoben.« – *Olonec*
(*Šejn* 1898, 780; *Mabler* 262).

Häufiger aber ist der Vorwurf gegen den Toten, der ohne Mitleid von dannen geht und die Hinterbliebenen ohne Versorgung und Schutz läßt.

»Du hast mich verlassen, Väterchen,
Zur Unzeit, zur unrechten Stunde,
Verlassen in junger Blütezeit,
Du lässest mich, Väterchen, Arbeit tun,
Die meine Kräfte übersteigt,
Mehr Sorge tragen, als ich fassen kann.« – *Olonec*
(*Barsov* 56).

Und gegen die Mutter bricht die Tochter in den Vorwurf aus:

»Du hast kein Mitleid, du erhebst dich nicht,
Weder am frühen noch am späten Abend,
Noch mitten am weißen Tag.« – *Archangel'sk*
(*Mabler* 333).

Oder an den Vater:

»Du hast, Väterchen, ein Herz von Stein,
Daß du uns verlassen konntest, Väterchen.« – *Sibirien*
(*Azadovskij* 1922, 86).

Oder gegen verstorbene Kinder:

»Ach, meine Kinderchen, meine Blümchen!
Was blättert ihr denn von mir ab?
Verstand ich euch nicht zu pflegen,
Verstand ich denn euch nicht zu singen?
Wer wird denn da euch besser hegen?
Oder habt ihr euch dort ein besseres Mütterchen gewählt?« – *Mogilev*
(*Šejn* 1896, 655; *Mabler* 336).

3.4 Verzweiflung

»Eine ganze Winternacht wähere mir Armen nicht genug,
Um mein schweres Härmen zu umfassen.« – *Olonec*
(*Barsov* 185).

Die Verzweiflung über den Verlust hat in den Totenklagen viele Bilder.
Die Hoffnungslosigkeit, weil man ohne den geliebten Menschen weiter

leben muß, die Angst vor der Ungewißheit des Lebens, der bohrende Schmerz des Kummers, all das drücken die improvisierten Klagen aus.

»Vor Gram erbebte mein verwegener Kopf,
Vor Leid verwirrte sich die dunkle Flechte,
Vor Qual zersprangen mir die Fingerringe,
Vor Kränkung rollte meine Perle weg,
Mein bunt Gewand zerreißt vor Kummer.« – *Olonec*
(*ibid.* 64; *Mabler* 537).

»Schmäher kränken mich genug,
Mitleid finde ich nirgends . . .
Ohne Hilfe ist das Herz verdorrt,
Ohne Frost ist mir das Herz erstarrt,
Ohne dich, meines Herzens lieber Freund,
Wärmt die liebe Sonne mich nicht mehr.« – *Belozero*
(*Mabler* 536).

»Wo soll ich Kummerwehe mit meinem Kummer hin?
Trage ich den Kummer in den dunklen Wald?
Der Wald will meinen Kummer nicht:
Die schmucken Bäume würden alle dürr.
Trage ich den Kummer in das ferneklare Feld?
Das Feld will meinen Kummer nicht:
Im Unkraut erstickten alle breitgefurchten Äckerchen.« – *Olonec*
(*Barsov* 17; *Mabler* 543).

In der Verzweiflung wird jeder Trost zurückgewiesen.

»Gebet meinen Tränen freien Lauf, ihr Nachbarsleutchen,
Die Wehe, Schmerzgebeugte tröstet nicht,
Vermag es nicht zu tragen, arme Grambeschwerte,
Wie mich das große Leid so niederbricht!« – *Olonec*
(*Barsov* 11).

3.5 Schmerz

Wird die Verzweiflung durchlebt, so bricht sich der Schmerz in Bildern Bahn.

»Traurig steht die hohe Stube da,
Die gerahmten Fensterchen von Tränen na,
Zertrümmert die vielstufige Treppe,
Verweint ragt die Wand aus Tannenholz.« – *Olonec*
(*Sejn* 1898, 794).

»Mein großes Sehnsüchtchen ist versunken,
In Fluten, meine Sehnsucht, in der Tiefe,
In wilde finstere Schlummerwälder,
Hinter felsige Berge, meine Sehnsucht,
Als hätt' ein Fischlein ich ins blaue Meer gesetzt,
Als hätt' einem Paradiesvogel ich den Käfig geöffnet.« – *Olonec*
(*Barsov* 61; *Mahler* 381).

Die Trauerarbeit richtet sich auf alle Bereiche des Lebens, auf gemeinsame Freuden, gemeinsame Arbeit. Von all dem muß Abschied genommen werden.

»Wenn der Stürme-Winter zieht ins Land,
Mit den eisigen Knirsche-Frösten,
Mit den weißschimmernden Schneenächten,
Wie werd' ich, mein Lieber, da frieren und zittern,
Ohne dich, du mein lichter Falke.« – *Olonec*
(*Šejn* 1898, 793).

»Der lichte Frühling zieht heran,
Die guten Leutchen treten
Zur schweren Ackerarbeit an,
Nur ich bitter Kummerwehe,
Habe keinen geliebten Herzensfreund!
Die schwere Heuzeit kommt heran,
Ungewetzt liegt meine Sense von Eisenstahl . . .« – *Perm'*
(*Mahler* 560).

»Keinen Pflüger habe ich im ferneklaren Feld,
Keinen Holzhacker im dunklen Wald!
Kommt der armen Kummerwehen die heiße Sommerzeit,
Die schwere Arbeitszeit . . .
Da stehe ich Schmerzenswehe,
Mit meiner kleinen Kinderschar,
Keine Knechte, keine Helfer sind sie mir!« – *Novgorod*
(*Šejn* 1898, 783; *Mahler* 571).

Aber es werden nicht nur die guten Dinge verabschiedet, auch die negativen Seiten des Verstorbenen kommen zur Sprache.

»Wie schwer wird's mir, dich zu vergessen!
Wenn du zuweilen mich auch vergewaltigtest,
Durchprügeltest und anbelltest . . .
Aber du brachtest mir auch etwas mit,
Ein Tüchlein oder einen Perlenknopf,
Oder auch etwas anderes noch,
Wenn auch nur einen Kuchen oder eine Brezel!« – *Weißrußland*
(*ibid.* 640).

Die Aufzählung der Eigenschaften des Toten, der Verweis auf gemeinsam gelebtes Leben, auf den gemeinsamen Lebensraum, Hof und Gemarkung bereitet jenen totalen Abschied vor, der die Verinnerlichung des geliebten Verstorbenen ermöglicht und eine Neuorientierung vorbereitet. In diesem dramatischen Ablauf waren die Trauernden nicht allein, sie hatten Mitspieler: die Sippe, das Dorf, wie dieser Bericht aus dem letzten Dezennium des 19. Jahrhunderts zeigt:

»Das Zimmer, in dem die Leiche aufgebahrt lag, war von den Bauern, die gekommen waren, Abschied zu nehmen, angefüllt. Plötzlich erhob sich ein 18jähriges Mädchen, küßte die Hand der Verstorbenen und begann unter Schluchzen laut zu erzählen, wie gut und edel die Tote war. Aus ihren Worten . . . verstand ich erst, was sie den Dorfbewohnern bedeutet hatte . . . das war keine gewöhnliche Klage, sondern eine ganze Grabrede in dichterischen Bildern. Die Klagende hatte ihre Klage noch nicht beendet, als ein zweites Mädchen an die Tote herantrat und ihr gleichfalls unter Schluchzen ein Klagelied anstimmte, ähnlich dem ersten, aber in ganz anderem Ausdruck und Bildern. Jedes Wort, jedes Bild wirkte auf mich herzerreißend. Auch die anderen müssen ähnlich empfunden haben, denn überall sah man Tränen« (zit. bei *Mabler* 84).

3.6 Besondere »therapeutische« Elemente der Totenklage

Des öfteren wird in Totenklagen die Form des Dialogs verwendet. Die Klagende übernimmt die Rolle des Verstorbenen oder die anderer Personen, die am Trauergeschehen beteiligt sind. Auf diese Weise geschieht eine Identifikation mit dem gesamten Geschehen. Zuweilen wird die Sterbesituation als besonders belastendes Ereignis nochmals im Dialog aufgegriffen:

Kinder: »Sag uns doch nur, Mütterchen, wie sollen wir ohne dich leben?«

Mutter: »Meine Kinderchen, wenn ihr Mitleid mit mir habt, stört mich nicht, mir ist es schlecht, furchtbar elend, jedes Wort, was ich sagen muß, kostet mich teuer wie ein Rubel.«

Kinder: »Mütterchen, Ernährerin, warum sollen wir denn nicht mit dir sprechen?«

Mutter: »Meine Kinderchen, betet zu Gott für mich, weil ich so leide!

Wird es dadurch denn nicht leichter? . . .«

Kinder: »Mütterchen, mein liebes!«

Mutter: »Hört auf, mit mir zu reden, zündet mir das Sterbekerklein an! . . .«
(*Mabler* 115). – *Smolensk*

In der Gegend von Smolensk finden sich Klagen, die drei oder fünf verschiedene Rollen beinhalten (ibid. 116).

Häufiger ist der Dialog mit dem Verstorbenen in der Klage.

»Du aber sagtest mir: Mütterchen trag mich hinaus in den Hof. Ich brachte dich in den Hof, du aber sprachst: Ist es überall schön, ist es überall grün, die Vögelchen zwitschern! Ich aber werde unter der Erde liegen!« (ibid. 117). – *Ukraine*

Der Dialog ermöglicht nochmals eine intensive Auseinandersetzung mit dem Verstorbenen, ruft gemeinsame Erlebnisse in Erinnerung, spricht Ungesagtes aus und vermittelt manchmal Tröstung dadurch, daß der Verstorbene mitteilt, daß es ihm gutgehe oder daß er die Hinterbliebenen nicht vergißt. Als Beispiel eine nordrussische Totenklage, in der die trauernde Mutter ihren toten Sohn zu wecken sucht:

»Wache auf, du guter Junge!
Ferne in der weiten Fremde,
Liegst du in der feuchten Mutter Erde.
Um dich klagen, junger Bursche,
Deine Brüderlein und Schwesterlein . . .
Das Herzenskind aber erwidert mir:
Du unsere Mutter, unsere Nährerin
Sorg dich doch nicht, unser Mütterlein!
Ich vergesse die trauten Schwestern nicht,
Helfen werde ich ihnen und sie trösten.
Nein, ach nein, zu Gast komme ich nicht wieder,
Und so viel ihr schaut, ihr erspäht mich nicht!« – *Beloozero*
(ibid. 110).

Wir haben hier Formen, die denen der dramatischen Therapie durchaus entsprechen. Im Gestaltdrama finden sich derartige Dialoge häufig bzw. werden als therapeutische Intervention eingesetzt, um den Prozeß der Trauerarbeit voranzutreiben (siehe unten S. 527).

Ein weiterer Zusammenhang, in dem in der Totenklage Dialoge verwendet werden, ist die Auseinandersetzung mit dem Tod. Ein beliebter Topos ist der Versuch des Opfers, sich durch Bewirtung, Vieh, Geld usw. vom Tod freizukaufen. Die dramatische Gestaltung dieses Handels endet natürlich in einer Absage.

»Der rauhe Unhold Tod aber gab zur Antwort:
In Bauernstuben ess' und trink' ich nicht,
Kein Viehchen, das euch lieb geworden, brauche ich,
Ein frommes Pferd aus eurem Stall bedarf ich nicht . . .
Ich aber, Bösewicht und jähes Tödchen, raffte
Verwegene Burschenköpfe voller Mut,
Verschmäh' auch nicht, ich Tod und Seelenräuber
Das fahrende Volk und Bettelmann,
Kein armer Schlucker ist mir zu gering!« – *Nordrußland*
(*Barsov* 4).

Auch in gestaltdramatischen Arbeiten ist der Dialog mit dem Tod ein Mittel der Auseinandersetzung und Bewältigung, die z. T. konfrontativ, z. T. versöhnlich verläuft.

Besondere Bedeutung hatten die Klagefrauen, die nicht als bezahlte »Heulweiber« ein leeres Ritual vollzogen, sondern die den Betroffenen ein Imitationsmodell gaben, sie aus Schock und Erstarrung rissen und mit ihnen gemeinsam das dramatische Geschehen des Trauerns gestalteten. »Diese Klagefrauen waren nicht nur Deuterinnen fremden Leides und Weckerinnen des Beileids, sie kündeten auch, indem sie sich in den Gemütszustand der Leidtragenden versenkten, dem zum Begräbnis versammelten Volke den menschlichen und brüderlichen Wert des Verschiedenen, die Not der Witfrau und der Waisen und weckten dessen Bereitschaft, den Verlassenen zu helfen« (Mähler 83). Die Klagefrauen, häufig alte, »im Leid erprobte« und in der Überwindung des Leidens gereifte Frauen, waren oftmals Hüterinnen der altertümlichen Riten, »sozusagen Trägerinnen eines unbewußten poetischen Berufs« (ibid. 82). Sie boten den Betroffenen Entlastung und Hilfe zur kreativen Bewältigung. Sie ermutigten durch ihr Vorbild zu Eigenimprovisationen der Trauernden, in denen diese ihr Leid gestalten und in eine Form bringen konnten.

3.7 Der elterliche Segen

Im Volksbrauchtum fast aller Kulturen ist der »elterliche Segen« von zentraler Bedeutung. So auch im russischen Totenbrauchtum. Der Segen ist die Lossprechung, die Bestätigung, daß die Eltern mit dem Weg der Kinder einverstanden sind, daß sie ihn gutheißen und anerkennen, daß die Kinder mündig und erwachsen sind. Er ist ein letzter Erweis elterlicher Liebe, ein Ausdruck des Wunsches, daß es den Kindern gutgehen möge, da der Sterbende mit seinem Rat, seiner Fürsorge und Liebe nichts mehr auszurichten vermag. In diesem Gestus, diesen Worten des Segens wird noch einmal kondensiert, was die Beziehung zwischen Eltern und Kind ausmacht. Es wird Ungesagtes ausgedrückt, Schuld und Kränkungen werden vergeben, es wird der Hoffnung Ausdruck verliehen, daß sich die Liebe der Familie über die Generationen fortsetzen möge. Und dieses Geschehen ist ein *wechselseitiges*. Es ist nicht nur der, der den Segen spendet, aktiv Gebender, sondern auch der, der den Segen empfängt, leistet einen Beitrag. Empfangen ist eine *aktive* Haltung, durchaus nichts Rezeptives. Dadurch, daß der Sohn den Segen des Vaters annimmt, ihn nicht verweigert oder sich ihm entzieht, bejaht er die Liebe des Vaters, vergibt auch ihm

Verletzungen und bringt ihm seinerseits die Liebe des Kindes entgegen, da er, groß geworden, sich dennoch ein letztes Mal unter der segnenden väterlichen Hand beugt.

Das Versäumen des elterlichen Segens wird als ein schwerer Mangel empfunden. Es wird die befreiende Lossprechung nicht gegeben, es fehlt die elterliche Bejahung des Lebensweges. So kommen Brautleute, deren Eltern schon verstorben sind, am Tage der *радуница*, dem Fest des Gedächtnisses der Vorfäter, zum Grab der Eltern, um sich den Segen zu ihrem Lebensbund zu holen (*Šejn* 1898, 780). In den Hochzeitsklagen, den Klagen der Braut, die das elterliche Haus verläßt, und in den Totenklagen wird das Thema des fehlenden Segens immer wieder angesprochen.

»Eins fehlt dem schönen Mägdelein,
das Väterchen, der traute Vater . . .
einen Freier gaben sie ihm wohl,
um es zu segnen, aber . . .
ist niemand da!« – *Petrozavodsk*
(*Barsov* 69).

Alle Verwandten und Freunde, ihr Zuspruch, ihre Bestätigung zählen nicht, wenn der elterliche Segen nicht gesprochen werden kann.

»Viele Nahe, viele Freunde,
hat das Mädchen zwar,
eines fehlet nur dem Mädchen, –
die Gebärerin, das Mütterchen . . .
wenn sie auch die Junge schmücken,
niemand aber kann sie segnen.« – *Olonec*
(*ibid.* 116).

»Einen Versorger für Speis und Trank, hat die Junge, nicht aber den Segner!
Das Licht, den Brotgeber, das Väterchen,
die Gebärerin, das Mütterchen,
(die fehlen hier),
wachst du mein Sönnchen,
Du mein trautes Brüderchen,
vom Niklas Gottesacker her,
der Ernährer, unser Licht, das Väterchen,
er versprach zu kommen, das traute Väterchen,
als der rasche Tod ihn nahm,
bei seiner letzten Lebensstunde,
zum festen Handschlag zu kommen,
zum letzten Abschiedswörtchen,
zum ewigen Segensspruch.« – *Jalgubskij Pogost*
(*ibid.* 118).

Der elterliche Segen scheint aber nicht nur in bäuerlichen Kulturen Bedeutung zu haben. Auch in einer weitgehend säkularisierten Gesellschaft hat das »letzte Wort« der Eltern, sei es nun ausgesprochen oder ungesagt geblieben, Bedeutung (vgl. *Lemoine, Lemoine*, in: *Petzold* 1982). Insgesamt aber sind in unserer Zeit derartige Institutionen verlorengegangen. Weder die Gemeinschaft der Sippe oder die eines Dorfes steht den meisten, denen der Tod einen Menschen nimmt, zur Verfügung. Sterberituale sind verschwunden oder zu sterilen Leerformen erstarrt, und Klagefrauen gibt es nicht mehr. Was am schwersten wiegt, ist das Fehlen von Vorbildern, die zeigen, wie Leiden und Sterben und Trauern vor sich gehen. Wo die ursprünglichsten, im tiefsten Wesen des Menschen wurzelnden Impulse sich Bahn brechen wollen, werden sie von sozialen Konventionen zurückgedrängt. Bislang ist nichts an die Stelle der verlorengegangenen Formen getreten – nicht einmal die Trauer um sie. Aber die Kraft der Verdrängung ist gewachsen und mit ihr die Versteinerung des Leibes, die Magerkeit der Gefühle und die Verdorrtheit zwischenmenschlicher Kontakte, die unsere Zeit kennzeichnen. Und doch ruht die Möglichkeit, Schmerz schöpferisch zu bewältigen, in uns allen. Die Totenklagen der Völker in aller Welt zeigen das, genau wie die spontanen, lebendigen Ausbrüche von Verzweiflung, Trauer und Schmerz, die sich zuweilen in therapeutischen Sitzungen mit Verfahren dramatischer Therapie ereignen, die Ausdruck zulassen und den Betroffenen ermutigen, eine Form des Leides zu finden, die ihm entspricht.

4. *Trauerarbeit in der gestalttherapeutischen Gruppe*

In der gestalttherapeutischen Gruppenarbeit kommen die Themen Verlust, Tod und damit verbundene Angst, Verzweiflung und Schmerz regelhaft auf, besonders wenn die Therapeuten selbst ihre Trauerarbeit geleistet haben und deshalb derartige Themen zulassen können. Es besteht ansonsten die Möglichkeit, daß sie im Verein mit den Phänomenen individueller und kollektiver Abwehr das Aufkommen derartiger Themen verhindern, um sich selbst vor aufkommendem Schmerz zu schützen, denn »ein Kummer ruft den anderen« (*Hamāsa* V. 258).

In der Arbeit mit alten Menschen und ihren Angehörigen kommen die Themen Verlust und Trauer relativ häufig auf, weil im sozialen Netzwerk immer wieder Todesfälle eintreten, auf die die Familie und das nähere soziale Feld reagieren müssen und der Therapeut allenfalls *in situ* Hilfen

geben kann, wenn er gerade mit dem alten Menschen und seiner Familie arbeitet. Ansonsten ist das Setting, in dem sich das Gestaltdrama vollzieht, in der Regel eine Gruppe von Menschen, die über eine Zeit miteinander gearbeitet, die Ereignisse ihrer Lebensgeschichte miteinander geteilt haben und so etwas wie eine Gemeinschaft, eine Familie geworden sind. Sie stellen damit einen sozialen Kontext bereit, der, was Intimität und Dichte anbetrifft, auf der strukturellen Ebene Ähnlichkeiten zu gewachsenen Gemeinschaften aufweist und deren Funktion übernehmen kann. Wenn wir Trauerprozessen in der Gruppe begegnen, so in der Partizipation an einem Ereignis aus der aktuellen Lebenssituation eines Teilnehmers, der eine für ihn wichtige Bezugsperson verloren hat, oder wir stoßen, was häufiger ist, auf eine unvollendete Trauersituation, etwa wenn ein Klient in der »Phase der Kontrolle« verblieben ist und seine Gefühle eingefroren hat. Zuweilen begegnen wir auch einer Symptomatik, die sich im Verlauf der Arbeit als Ergebnis eines pathologischen Trauerprozesses erweist: Fixierung auf die Phase des Vorwurfs, der Verzweiflung oder des Schmerzes. Seltener findet man ein Eingefrorensein in der Phase des Schocks oder der Verleugnung. Ziel jeder therapeutischen Intervention ist, Fixierungen zu lösen oder zu mobilisieren, um den unvollendeten Prozeß der Trauerarbeit zum Abschluß zu bringen und damit die Integration des verlorenen »Objektes« zu gewährleisten.

Im folgenden ein *Beispiel*:

In einer fortlaufenden gestalttherapeutischen Gruppe schied eine ältere Teilnehmerin aus, weil ihr Mann in eine andere Stadt versetzt wurde. Die Verabschiedung verlief in einem freundlichen und guten Klima. In der folgenden Sitzung berichtete Ullrich (27 Jahre), ein Patient, der unter Angstzuständen und schweren Kontaktstörungen leidet, daß er sich die ganze Woche sehr unruhig gefühlt habe und seine Angstgefühle kaum habe meistern können. Eine auslösende Ursache in seinem Alltagsleben ließ sich nicht ermitteln, und auch von der Dynamik des Therapieverlaufes, der Übertragung zu den Therapeuten und zur Gruppe insgesamt, ergab sich kein Anhaltspunkt zur Erklärung seines Zustandes. Wir beginnen eine personenzentrierte Gestaltsitzung.

T: Ist die Unruhe auch jetzt da?

U: Ja, sie dauert schon die ganzen Tage an. Ich weiß nicht, wann sie anfang. Ich glaube, irgendwann am Wochenende.

T: Wie erlebst du die Unruhe?

U: Ganz eigenartig. Ich fühle mich so total starr und doch so unruhig, als wenn's mir unter der Haut kribbelt.

T: Bleibe bei diesem Gefühl!

- U: Das ist fast nicht zu ertragen, sich nicht bewegen können und trotzdem so unruhig sein.
- T: Als wenn . . .
- U: Als wenn man eingesperrt wäre und Gefahr da wäre. Ich bekomme jetzt Angst.
- T: Bleib bei der Angst!
- U: Mir wird sterbensangst. Ich fühle mich so verlassen.
- T: Sag das noch einmal: »sterbensangst« und schau, was in dir aufkommt.
- U: Ich hab' Angst vorm Sterben. Mir kommt jetzt ein Traum in den Sinn, den habe ich früher oft gehabt. Da kommt der Tod mich zu holen. Ich hatte ihn oft in meinem Dachzimmer. Meine Eltern wohnten unten Parterre und ich hatte oben mein Kinderzimmer. Ich hab' da oft Angst gehabt.
- T: Kannst du dein Kinderzimmer vor dir sehen?
- U: Ja, ich hab' das schon die ganze Zeit klar vor mir stehen. Es ist düster, es hat nur so eine Dachluke für das Licht.
- T: Wie alt bist du?
- U: 11 oder 12 – die Angst wird jetzt wieder stärker. (Weinerlich) Ich hab' so Angst.
- T: Wovor?
- U: Da hinten in der dunkeln Ecke lauert der Tod. Der wartet da neben dem Schrank, wo es so dunkel ist.
- T: Kannst du dir vorstellen, was der Tod sagt, was er denkt?
- U: Ja, der denkt, »den hol' ich und den nehm' ich mit unter die Erde, dann kommt er nicht mehr wieder.«
- T: Was antwortest du dem Tod?
- U: (Mit deutlicher Stimmregression) Ich will aber nicht mit, ich will nicht in so ein Loch.
- T: Laß den Tod antworten.
- U/T: Ich hole sie alle, ich hol' dich jetzt auch.
- U: Ach laß mich doch noch bitte ein bißchen, ich will jetzt noch nicht weg.
- U/T: Das Heulen nützt dir nichts, und schreien brauchst du auch nicht. Es hört dich ja doch niemand.
- T: Hör noch mal hin, wenn er sagt, »es hört dich ja doch niemand«. Was geht da in dir vor?
- U: Ich werd' traurig (fängt an zu weinen). Die Omi hat er auch geholt; die war immer gekommen. Die hat ihr Zimmer neben meinem gehabt. Erst hat er die geholt, und jetzt wird er mich auch holen.
- T: Was geht dir so durch den Sinn, wenn du an die Omi denkst?
- U: Die hat immer mit mir gespielt und mir Geschichten erzählt. Die war die einzige, die sich um mich gekümmert hat, (weint stärker) ich fühl' mich so allein. Warum bist du bloß weggegangen, jetzt ist niemand mehr so richtig lieb zu mir. (Zornig) Warum bist du bloß gestorben? Warum bist du so alt gewesen?
- T: Was würde deine Großmutter antworten, wenn sie das hören würde?
- U: Sie wäre traurig. (Übernimmt die Rolle der Großmutter) Ich habe doch immer mit dir gespielt und bin mit dir spazierengegangen. Ich war eben alt und irgendwann muß jeder einmal gehen. Wir hatten doch eine schöne Zeit zusammen, wir beide.
- T: Ullrich, was kommt dir denn in den Sinn bei der »schönen Zeit«?
- U: Wie sie im Schloßpark mit mir spazierengegangen ist. Wie wir Enten gefüttert haben und Tauben, und sonntags ist sie manchmal in einen Märchenfilm mit

mir gegangen (weint stärker). Warum bist du bloß weggegangen? Die Mutti kümmert sich überhaupt nicht um mich. Mit dir war es wenigstens schön.

T: Übernimm wieder die Rolle der Großmutter!

U/G: Aber ich mußte weggehen, ich war ja schon sehr alt. Und krank war ich auch. Das Leben war schon für mich sehr schwer geworden. Und du bist ja auch schon groß, sieben Jahre.

T: Sei wieder Ullrich!

U: Ich will dich ja auch gehen lassen. Es tut nur so weh. Es war mit dir so schön. Du warst immer so gütig. Du hast immer so viel gearbeitet. Du hast die Ruhe verdient.

T: Kannst du sie jetzt gehen lassen?

U: Ja, ich möchte hier aufhören. Es ist gut so.

Im Sharing der Gruppe wird sehr viel Beteiligung und Betroffenheit zum Ausdruck gebracht. Mehrere Teilnehmer berichten von eigenen Verlust-erlebnissen. Es schließen sich zwei kleinere Arbeiten (Vignetten) an, und es wird deutlich, daß Ullrich mit seiner Arbeit auch das Thema der Gruppe zum Ausdruck gebracht hat. Der Abschied von der freundlichen, älteren Teilnehmerin, die in der Gruppe eine wichtige, ausgleichende und fürsorgliche Funktion hatte, ohne dabei bemutternd zu sein, hatte noch Nachwirkungen gehabt. Die Gruppe hatte ihr Weggehen noch nicht ganz assimiliert. Bei Ullrich hatte es eine sehr verdrängte Abschiedssituation angeregt, die szenisch unbewußt geblieben ist. Nur die Gefühle von Angst und Erstarrung, die, wie sich in der Nachbesprechung herausstellte, auch für das Verhalten des kleinen Jungen beim Tod der Großmutter kennzeichnend waren, sind reaktiviert worden. Ullrich berichtet, daß er aus Angst vor der Mutter und dem Vater damals nicht geweint habe. Er habe überhaupt das alles nicht verstehen können. Er habe wochenlang immer wieder nach der Großmutter gefragt. Es fällt ihm plötzlich noch ein, daß sein Vater irgendwann dann sagte: »Wenn du immer nach der Oma fragst, kommt der Tod dich auch holen.«

Die unerledigte Trauerarbeit und die negative Besetzung durch die Drohung des Vaters schlug sich dann in den Angstphantasien des Kindes vor dem Tod »in der dunklen Ecke« an der Wand zu dem ehemaligen Zimmer der Großmutter nieder. Seit dem zwölften Lebensjahr tauchten dann regelmäßig Todesträume auf, in denen sich die unerledigte Situation artikulierte. Später, während der Studentenzeit, kam es zur Symptombildung: Angstzustände und Kontaktstörungen. Als eine Komponente des sehr komplexen Kontaktproblems, das schon in verschiedenen Sitzungen angegangen worden war, arbeitet Ullrich für sich heraus: »Ich möchte keinen intensiven Kontakt mehr eingehen, weil ich nicht noch einmal so total verlassen werden möchte.«

Die gestaltdramatische Arbeit hat Ullrich nicht nur ermöglicht, die mit

den Gefühlen verbundenen »alten Szenen« zu identifizieren und damit seiner Bewußtheit zugänglich zu machen, sie hat über die *Dialogtechnik* auch eine Auseinandersetzung mit dem Tod angeregt. Ullrich in der Nachbesprechung: »Die Rolle des Todes zu übernehmen, war für mich wichtig, irgendwie wurde mir deutlich – ich meine nicht nur im Kopf –, daß es eben zum Leben dazugehört, daß man sterben muß. Meine Großmutter hat mir eigentlich ein sehr gutes Vorbild gegeben, wie man mit dem Altwerden und dem Sterben umgehen kann. Die hatte keine Angst vor dem Tod.«

Der Dialog mit dem Tod wurde zunächst indirekt angeboten. (»Kannst du dir vorstellen, was der Tod sagen würde?«). Die Rolle wurde dann spontan übernommen. An die Traurigkeit kommt Ullrich erst über den Satz: »Es hört dich ja doch niemand«, und findet damit Zugang zu dem Gefühl des Verlassenwerdens von der Großmutter. Es werden die Stadien des *Vorwurfs* und der *Verzweiflung* durchlaufen, bis es über das Durchleben des *Schmerzes* dazu kommt, daß Ullrich seine Großmutter gehen lassen kann. Das Abschiednehmen wird wiederum über die Dialogtechnik gefördert. Im *Rollentausch* (zum Rollentausch vgl. *Leutz* 1974, 47, *Petzold* 1978, 147–150 und dieses Buch) kann sich Ullrich mit seiner Großmutter identifizieren, sie »in sich hineinnehmen«. Im Rücktausch wird es ihm möglich, einzusehen und zuzulassen, »daß jeder einmal gehen muß«. Es erfolgt auch ein Abschiednehmen und Integrieren von guten, gemeinsamen Erlebnissen, das Spazierengehen im Schloßpark, die Märchenfilme usw.

Die Integrationsarbeit, die Ullrich für sich leisten konnte, hatte Auswirkung auf die Gruppe, indem sie bei vielen Teilnehmern unabgeschlossene Trauerarbeit aufkommen ließ und ein Durcharbeiten ermöglichte. Als Nachwirkung der Sitzung zeigte sich ein deutliches Abnehmen der Angstzustände, die im Verlauf der Gruppentherapie nach und nach ganz verschwanden. Auch die Kontaktstörungen, die im wesentlichen mit Ullrichs Beziehungen zu seinen Eltern zu tun hatten – als Einzelkind eines ausschließlich berufsorientierten Arztpaares war er in einer extrem kommunikationsfeindlichen Atmosphäre aufgewachsen –, verloren sich.

Die gestalttherapeutische Trauerarbeit kann aber nicht nur das Durchleben der Phasen natürlicher Trauer, wie sie sich in Klageritualen ausdrückt, fördern, sie übernimmt oftmals geradezu die Funktion eines solchen Rituals. Dabei kann es auch zu kreativem Gestalten des Schmerzes kommen. In der Phase der *Turbulenz* (vgl. Abbildung S. 312 u. 149) werden Gefühle, Bilder und Erinnerungen verbunden, wie die Klagen um eine Schwester aus einer gestaltdramatischen Arbeit illustrieren soll:

»Margret, du sollst nicht weggehen, du kannst mich doch hier nicht so allein lassen. Mit wem soll ich denn spielen? Mit wem über die Wiesen laufen? Wir hatten immer so schön Blumen zusammen gepflückt. Du hast mir die schönsten Kränze gemacht. Wer wird mir bei den Schularbeiten helfen? Ich war immer so stolz auf dich. Ich war so stolz, eine ältere Schwester zu haben. Du hast immer alles mit mir geteilt. Ich hab deine langen Zöpfe so gern gehabt. Ich will nicht, daß du gehst! Du kannst dich nicht einfach so davon machen und mich hier allein lassen. Ich will, daß du mich mitnimmst! Du hast mich doch immer mitgenommen!«

Und später aus der Phase des Abschiednehmens:

»Ich werd' alle deine Sachen gut verwahren. Wenn ich so groß bin wie du, werd' ich sie tragen. Ich weiß, du hättest nichts dagegen. Ich werd' dann die Bücher selber lesen, aus denen du mir vorgelesen hast. Ach Margret, es ist so bitter, dich gehen zu lassen.«

Die Trauerarbeit kam 22 Jahre nach dem Tod der Schwester in der Gestaltsitzung auf. Auch hier war das Kind »verstummt«, ließen die Konventionen den Ausdruck der Trauer nicht zu. Um das Kind zu »schützen«, wurde es nicht mit auf den Friedhof genommen. Es blieb eine offene, unerledigte Situation:

»Margret, wo bist du hingegangen, wo haben sie dich hingetragen? Was haben sie mit dir gemacht? Du sollst in den Himmel geflogen sein. Warum hast du mich nicht mitgenommen dahin? Du sollst ein Sternlein da oben sein, ich kann das nicht glauben. Die anderen sagen, daß sie dich in die Erde rein getan haben. Was haben sie nur mit dir gemacht?«

Die nächste Klage eines Vaters um seinen Sohn, der sich das Leben genommen hat, zeigt das Element des Vorwurfs besonders deutlich:

»Warum hast du uns das nur angetan. Wir haben doch für dich gesorgt. Wir haben dir eine gute Ausbildung vermittelt. Du hast doch dein Studium so glänzend geschafft. Du wärest sicherlich noch ein besserer Lehrer geworden als ich. Warum hast du dich einfach umgebracht. Ich hab dich so lieb gehabt.«

T: »Haben Sie ihm das auch gesagt oder gezeigt?«

»Ich hab' es dir wohl nicht genug gezeigt, gesagt schon gar nicht. Ich hab' dir so vieles nicht gesagt. Aber du hättest es doch sehen können, ich hab' doch alles für dich getan! Ich hab' dir viel geschenkt, aber vielleicht war es nicht das Richtige. Vielleicht hätte ich dich mehr in den Arm nehmen sollen. Ich hab' das doch auch nicht gelernt. Wir sind nicht so erzogen worden. Wahrscheinlich konntest du nicht anders, vielleicht mußtest du gehen. Vielleicht ist das das einzige Stück Freiheit, das du dir je genommen hast. Ich will versuchen, das dir zu lassen. Es ist so schade, für deine Kinder hätte ich gewiß mehr Zeit gehabt.«

Der Patient, ein älterer Lehrer, war wegen schwerer Verspannungs- und Schmerzzustände im Brustraum, für die keine somatische Ursache

gefunden werden konnte, in die Therapie gekommen. In der Trauerarbeit konnte er »seit dreißig Jahren wieder einmal weinen«. Er hatte bei dem Tod seines Sohnes auch nicht geweint und war seitdem in seinem gesamten Gefühlsbereich, wie er selbst sagte, »erstorben«. (Einen ganz ähnlichen Fall von verdrängter Trauer und sich daraus entwickelnder allgemeiner Gefühlsarmut habe ich 1977b, 378–380 mitgeteilt.)

Wo immer es notwendig ist, den starken Affekt, den Verlusterlebnisse mit sich bringen, zu unterdrücken, wo kein Raum ist, Schmerz auszuleben, kommt es häufig zu einer generalisierten Erstarrung im emotionalen Bereich. Da Emotionen nervöse Erregung sind (*Perls, F.S. in: Integrative Therapie* 1, 1975, 33), bewirkt die Verdrängung eines massiven Gefühls oftmals eine Reduzierung des gesamten emotionalen Bereiches, weil andere starke Affekte wie Freude, Zorn, Lust die Gefahr bergen, daß sie das verdrängte Gefühl mit hochschwemmen. Dies erklärt das in Gestaltsitzungen häufig zu beobachtende »Kipp-Phänomen«. Bei intensiven Arbeiten mit Zorn oder Freude erfolgt plötzlich ein Umschwung in Schmerz und Niedergeschlagenheit, aus dem sich zuweilen Trauerarbeit entwickelt. Trauerarbeiten, wie sie mit Hilfe der Formen dramatischer Therapie, insbesondere des Gestaltdramas, möglich werden, haben eine wichtige psychohygienische und – sofern pathologische Trauerprozesse mit entsprechender Symptombildung vorliegen – therapeutische Funktion. Sie vermögen einen Weg bereitzustellen, verhinderte Trauer erlebbar zu machen und zum Ausdruck zu bringen. Sie ersetzen sicherlich nicht die Suche nach neuen gesellschaftlichen Formen der Trauerverarbeitung und die Auseinandersetzung um die *Ursachen der Entfremdung* von den Bereichen, die mit Trauer verbunden sind: Alter und Sterben (vgl. *Petzold/Bubolz*, 1979; *Petzold/Spiegel-Rösing*, 1984; *Petzold* 1979a, b; 1980d), aber sie vermögen zu der notwendigen, neuen Bewußtheit beizutragen, die erforderlich ist, um Trauer als natürlichen Ausdruck von Leid, das jeden einmal trifft, wieder in unseren Alltag zu integrieren. Zuweilen entwickeln sich in Verfahren dramatischer Therapie spontan Formen, die die alten Rituale ersetzen, oder die Gruppe bietet einen Raum, in dem die alten Formen sich neu, in neuer Weise vollziehen können.

5. *Das letzte Wort, die letzte Berührung und das Ungesagte*

Das Gewicht, das die letzten Worte der Eltern haben, und mehr noch das Fehlen letzter Worte, wird in therapeutischen Situationen immer wieder deutlich. Die Verhinderung einer letzten Innigkeit und wechselseitigen Bestätigung in der Eltern-Kind-Beziehung durch die Art und Weise, wie in den Sterbeanstalten moderner Industriegesellschaften, d. h. den Krankenhäusern mit ihren Intensivstationen oder den Altenheimen, der Tod gehandhabt wird, führt zu einem Vakuum, zu einer Leere, die eine bedrohliche und schmerzliche Defiziterfahrung darstellt. Die Sterbezimmer bieten keinen Raum mehr für die Intimität des Sterbens. Die pflegerischen Verrichtungen unterbrechen den ohnehin verlöschenden Kontakt immer wieder, aber nicht nur die Öffentlichkeit und Technik des Klinik-Settings, sondern auch das Fehlen von Formen, von Worten und Gesten lassen Eltern und Kinder am Sterbebett verstummen. In einer Situation, wo ohnehin die Worte karg werden und sich der Dialog im Flüstern verliert, wo nicht die Stütze der Nachbarn vorhanden ist, das vertraute Heim, das Rund der Familie, wo man nicht »in seinem Bett«, in seiner Kammer sterben kann, die Sicherheit bieten, ist es schwer, die Gestalt einer Beziehung, die Form eines gemeinsam gelebten Stück Lebens zu schließen. Aber darum geht es, um den Gewinn von Prägnanz, um einen Abschluß von »guter Gestalt«. In der Wechselseitigkeit von Berührung und Berührtwerden begann das Leben im Schoß und später in den Armen der Mutter, und in der Wechselseitigkeit von Halten und Gehaltenwerden, von Annehmen und Sich-Annehmen-Lassen sollte es enden. Die Bestätigung des sterbenden Elternteils durch ein letztes Wort oder eine letzte Geste besagt, daß die gemeinsam gelebte Zeit *so gut war*, daß das, was nicht gut war, nicht mehr zählt, daß es vergeben wurde. Sich ein letztes Mal bestätigen, daß man sich lieb hat, ermöglicht dem Sterbenden, leichter zu sterben, und den Zurückbleibenden, besser weiterzuleben. Die Fortführung des »Diskurses der Generationen« (*Lemoine/Lemoine*, in: *Petzold* 1982, 127 ff) verlangt danach, daß die Situationen der Vergangenheit nicht unabgeschlossen dastehen und aus ihnen ein festhaltender Sog nach der Gegenwart greift.

Die Arbeit im Gestaltdrama hat oftmals »letzte Szenen« zum Gegenstand, die nicht stattgefunden haben, Situationen, die »offengeblieben« sind. Die gestaltdramatische Konkretisierung derartiger Situationen darf aber nicht allein als Erledigung auf der Ebene »symbolischer Wunscherfüllung« gesehen werden. Es wird eine Szene konstelliert, die nie

stattgefunden hat, und in der es keine Mitspieler gibt, außer den Protagonisten selbst. Im Unterschied zum Psychodrama übernimmt der Protagonist alle Rollen, so daß, wenn es zu einem Dialog mit dem toten Vater, der toten Mutter kommt, er es ist, der im Rollentausch aus der Situation der Eltern sich die Lossprechung gibt. Es ist der internalisierte Vater, der »aus ihm« spricht, und insofern der »reale« Vater, der im Protagonisten noch anwesend ist und in ihm wirkt.

Beispiel

Hans F., 27 Jahre, Chemielehrer, nimmt an einer gestalttherapeutischen Selbsterfahrung teil. Er hat nach dem Abitur sein Elternhaus verlassen und während des Studiums kaum Kontakt »zu den Leuten« gehalten. Sein »strenger und gerechter Vater«, Pfarrer in einer schwäbischen Kleinstadt, war ihm »unerträglich« geworden. Erst in den letzten beiden Jahren ist Hans manchmal nach Hause gefahren, eigentlich mehr zu seiner Mutter und zu seiner Schwester. »Der Vater war sowieso immer in seinem Arbeitszimmer.« Anlässlich eines schweren Unfalls der Schwester treffen sich beide am Krankenbett und hier findet »der erste direkte Kontakt mit meinem Vater statt. Es ist das erste Mal, daß ich ihn als Menschen sehe, nicht als blutleeren Heiligen.« Hans entdeckt zu spät, wie einsam der Vater war und welche Mühe er hat, sich mitzuteilen, wie unmöglich es für ihn ist, aus seiner Rolle herauszusteigen. Es sind nur einige Blicke, ein paar Worte am Krankenbett der Schwester, in denen dieses Erleben von »Kontakt« aufflammt. Eigentlich zu kurz für all die Jahre. Hans hat sich vorgenommen, den Dialog mit seinem Vater zu suchen. Durch Examensvorbereitung und einen weit entfernten Studienplatz zögert sich die Möglichkeit zu weiterer Kontaktaufnahme immer wieder hinaus, und dann kommt die Nachricht vom plötzlichen Tod des Vaters. Er ist nach einem Krankenbesuch auf der Straße mit einem Herzinfarkt zusammengebrochen. Hans fährt zur Beerdigung. Sie berührt ihn nicht sonderlich und seine Trauer ist gedämpft. »Ich finde es einfach schade, mit ihm nicht mehr in Kontakt gekommen zu sein, aber er war uns ja auch sehr fremd. Eigentlich ist da für mich ein entfernter Verwandter gestorben«.

T: Vielleicht kannst du das noch mal wiederholen.

H: Eigentlich ist für mich da ein entfernter Verwandter gestorben.

T: Was erlebst du so, wenn du das sagst?

H: Das ist eben so. Er war zwar mein Vater, aber eben doch sehr fern. (Wird still.)

T: Was ist jetzt?

H: Mir tut plötzlich mein Herz weh. Das schmerzt mich doch.

T: Spür deinem Herzen einmal nach.

- H:* (Beginnt zu weinen.) Es ist doch schade. Du bist so plötzlich gestorben, gerade wo zwischen uns was hätte sein können. Du bist unterwegs bei deinen Gemeindefreunden gestorben. Bei denen warst du ja auch mehr als bei uns. Aber immerhin, da warst du da. Da konntest du liebevoll sein. (Zornig.) Nur in deiner Scheißrolle konntest du liebevoll sein . . . , immerhin du konntest es ja, und dann bist du doch allein gestorben . . . (schweigt längere Zeit).
- T:* Was geht jetzt in dir vor?
- H:* Ich denke daran, wie er so alleine gestorben ist. Abends um 11 Uhr auf der Straße. Er hat wohl auch noch 'ne Zeit da alleine gelegen. (Weint heftiger.) Ich wäre so gerne bei dir gewesen, Vater. Allein sterben, das hast du nicht verdient gehabt.
- T:* Was würde dein Vater meinen, wenn er dich jetzt so hören könnte?
- H:* Ich glaube, der würde sich freuen; der wäre irgendwie beruhigt.
- T:* Vielleicht kannst du dir mal vorstellen, was er sagen würde. Übernimm mal seine Rolle!
- H/V:* (Tauscht die Rolle, indem er auf den hingestellten leeren Stuhl wechselt.) Es wäre ganz schön gewesen, wenn du dabei gewesen wärest, aber ich hab's auch alleine gut durchgestanden. Ich hatte keine Angst vor dem Tod. Ich habe so viele Leute sterben sehen, und ich weiß, daß Jesus lebt und ich in ihm.
- T:* Rollentausch.
- H:* Ja, du weißt das, aber ich weiß das nicht. Ich bin eben Chemiker geworden und nicht Pastor, wie du dir das gewünscht hättest. Ich kann das alles nicht glauben, was du da für richtig hältst.
- T:* Rollentausch.
- H/V:* Das Glauben ist nicht einfach, das war es auch für mich nicht. Das kann man nicht zwingen. Ich habe dich wohl zu oft gezwungen. Ich wollte das nie, aber ich hab' es wohl gemacht.
- T:* Rollentausch.
- H:* Ja, das hast du auch. Aber ich nehme es dir nicht mehr übel. Du konntest wohl nicht anders. Es ist nur so schade, daß so vieles zwischen uns stand. (Tauscht die Rolle von selbst.)
- H/V:* Das hätte ich noch gerne anders gehabt, das zwischen uns. Ich habe gesehen, daß du für deine Überzeugungen einsteht, daß du ernsthaft bist. Es war mir oft schwer, dich anzunehmen, aber du bist mein Sohn, mein lieber Sohn. (Weint heftiger – . . . fällt aus der Rolle.) Jetzt kommt mir in den Sinn: »an dem ich Wohlgefallen habe«.
- T:* Setz dich auf deinen Stuhl zurück!
- H:* Ja, da kommt mir dieser blöde Bibelspruch in den Sinn. Ich bin sein lieber Sohn, an dem er Wohlgefallen hat. Das hab' ich mir immer gewünscht. Das habe ich so oft von ihm auf der Kanzel gehört. Und ich weiß auch . . . jetzt weiß ich, daß ich es auch war. Nur hat er es mir nie gesagt, jedenfalls nicht so direkt. Es ist gut, das jetzt zu wissen.

Hans hat in der Sitzung einen versäumten Abschied und mehr noch, ein Stück ungelebter Beziehung erfahren. Er konnte seinen Vater annehmen, und das machte ihm möglich, von diesem angenommen zu werden. Es konnte das erlösende Wort der liebenden Annahme, das »Wohlgefallen« am Lebensentwurf des Sohnes ausgesprochen werden. Interessant ist zu

vermerken, daß Hans zwei Monate nach dieser Sitzung sich aus einer mehrjährigen Bindung mit einer 15 Jahre älteren Frau lösen kann, einer Alkoholikerin, an die er »bis zur Hörigkeit« gebunden war, eine Beziehung, die das Verhältnis zwischen Vater und Sohn immer sehr belastet hatte. Ihm wird klar, daß er an dieser Liaison, die für ihn selbst erhebliche Schwierigkeiten brachte, solange festgehalten hatte, um den Vater zu verletzen. »Diese Trennung ist für mich wie eine große Befreiung.« Ich kann mich selbst nicht verstehen, wie ich das so lange ausgehalten habe.

Wenig später konnte Hans eine neue Beziehung mit einer Kollegin eingehen, die sich als dauerhaft erweisen sollte.

Das Fehlen des elterlichen Segens, der damit verbundenen Verabschiedung, Lossprechung und Bestätigung, die Abwesenheit dieser Gesten und Worte zwischen den Generationen, hat wie das Fehlen der Klage einen leeren Raum in unserer Kultur geschaffen, von dessen Trostlosigkeit und Öde wir eingeholt werden – trotz aller Strategien der Ablenkung, Verleugnung und Verdrängung. Wenn wir diese Bereiche nicht wieder füllen können, wird sich noch mehr Kälte in unserer Zeit breitmachen. Das Grauen vor dem Tod kann nur in der Bestätigung der Liebe und Versöhnung im Angesicht des Todes ertragen werden.

Literatur

- Azadovskij, M., *Ленские причитания*, Čita 1922.
Barsov, E., *Причитания съверного края*, Moskau 1882.
Blatner, H., *Psychodrama, role-playing and action methods: Theory and practice*, Norfolk: Thetford.
Bowlby, J., Separation Anxiety, *Int. J. Psychoanal.* 41 (1960) 89–130.
–, Process of Mourning, *Int. J. Psychoanal.* 42 (1961) 500–541.
Brook, P., *Der leere Raum. Möglichkeiten des heutigen Theaters*, Hamburg 1970.
Canaçacis-Canas, G., *Psychologische und kreative Elemente in griechischen Totenklagen*. Vortrag, Lindauer Psychotherapiewochen. Lindau 1975.
–, *Trauerverarbeitung im Trauerritual*. Schiborr, Essen 1982.
Freud, S., *Gesammelte Werke*, S. Fischer, Frankfurt.
Freud, E., *Freud, L. (Hrsg.), Sigmund Freud – Briefe 1873–1939*, S. Fischer, Frankfurt 1960².
Frings Keyes, M., *Kreative Therapie und Gestalt. Integrative Therapie* 1 (1975) 34–43.
Fuchs, W., *Die Todesbilder in der modernen Gesellschaft*, Suhrkamp, Frankfurt 1973.
Goffman, E., *Wir alle spielen Theater. Die Selbstdarstellung im Alltag*, Piper, München 1973².
Gustaitis, R., *Turning on without Drugs*. Macmillan, New York 1969.
Hart, O. v. d., *Abschiednehmen. Abschiedsrituale in der Psychotherapie*, Pfeiffer, München 1981.

- Iljine, V. N.*, Das Therapeutische Theater, in: *Petzold* (1972) 168–176.
- Klein, M.*, Grief and its relation to manic-depressive states, *Int. J. Psycho-Anal.* 21 (1942).
- Leutz, G. A.*, Psychodrama. Theorie und Praxis, Springer, Heidelberg 1974.
- Lewin, K.*, Resolving social conflicts. Harper, New York 1948.
- Lindemann, E.*, Symptomatology and management of acute grief. *Am. J. Psychiat.* 101 (1944) 141–148.
- Mabler, E.*, Die Russische Totenklage. Ihre rituelle und dichterische Deutung. Otto Harrassowitz, Leipzig 1936.
- Marcel, G.*, Leibliche Begegnung; in: *Kraus, A.* (Hrsg.), Leib, Geist, Geschichte, Hühig, Heidelberg 1978.
- Merleau-Ponty, M.*, Phénoménologie de la Perception. Gallimard, Paris 1945, dtsh. W. de Gruyter, Berlin 1966.
- , Le visible et l'invisible. Gallimard, Paris 1964.
- , La Prose du Monde, Gallimard, Paris 1969.
- Moreno, J. L.*, Interpersonal therapy and the psychopathology of interpersonal relations. *Sociometry* 1/2 (1937) 9–76.
- , Sociometry, experimental method and the science of society, Beacon House, Beacon 1951; dtsh. Junfermann, Paderborn 1981.
- , Role theory and the emergence of the self, *Group Psychotherapy* 2 (1962) 114–117.
- Müller, E.*, Être-au-monde. Die Anthropologie von M. Merleau-Ponty, Bouvier Verlag H. Grundman, Bonn 1976.
- Perls, F. S.*, Ego, Hunger and Aggression. Random House 1969; erstm. Johannisburg 1942; dtsh. Klett-Cotta, Stuttgart 1978.
- , Grief and pseudo-grief, Lehrfilm. Mediasync, Del Mar, Ca. 1966.
- , Grundlagen der Gestalttherapie, Pfeiffer, München 1976.
- , Gestalt, Wachstum, Integration, Junfermann, Paderborn 1980.
- Perls, F. S., Hefferline, R., Goodman, P.*, Gestalt Therapy, Julian Press, New York 1951; dtsh. in 2 Bd., Klett-Cotta, Stuttgart 1979.
- Petzold, H. G.*: Christliche Elemente im russischen Totenbrauchtum, *Kirche im Osten* 13 (1970) 18–52.
- , Angewandtes Psychodrama, Junfermann, Paderborn 1972, 2. erw. Aufl. 1978.
- , Theorie und Praxis der Trauarbeit in der integrativen Therapie, *Integrative Therapie* 3/4 (1977a) 147–175.
- , Psychotherapie und Körperdynamik, Junfermann, Paderborn 1977^b, 1. Aufl. 1974.
- , Psychodrama-Therapie. Theorie, Methoden, Anwendung in der Arbeit mit alten Menschen, Junfermann, Paderborn 1979a.
- (Hrsg.), Humanisierung des Alters. Schwerpunkt der *Zeitschrift für Humanistische Psychologie* 3/4 (1979b).
- , Das Hier- und Jetzt-Prinzip in Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik, 1980a; in: *C.-H. Bachmann* (Hrsg.), Kritik der Gruppendynamik, S. Fischer, Frankfurt 1981.
- (Hrsg.), Widerstand – ein strittiges Konzept der Psychotherapie, Junfermann, Paderborn 1980b.
- , Ablösung und Trauerarbeit im Four-Steps-Modell der gestalttherapeutischen Wohngemeinschaft für Drogenabhängige, 1980c; in: *Petzold, Vormann* 1980, 250–282.

- , »Sich selbst im Lebensganzen verstehen lernen«. Erlebnisaktivierende Methoden in der Vorbereitung auf das Alter, 1980d; in: *Schneider, H. D.* (Hrsg.): Vorbereitung auf das Alter, Schöningh, Paderborn 1981, dieses Buch S. 93.
- , Dramatische Therapie, Hippokrates, Stuttgart 1982.
- , Die Gestalttherapie von Fritz Perls, Lore Perls und Paul Goodman, *Integrative Therapie* 1/2 (1984).
- Petzold, H. G., Bubolz, E.*, Psychotherapie mit alten Menschen, Junfermann, Paderborn 1979.
- Petzold, H. G., Vormann, G.*, Therapeutische Wohngemeinschaften, Pfeiffer, München 1980.
- Petzold, H. G., Spiegel-Rösing, I.*, Die Begleitung Sterbender, Junfermann, Paderborn 1984.
- Schneider, Chr.*, Das Konzept des Widerstandes in der Gestalttherapie, in: *Petzold* 1980b.
- Сем, Р. П.* Материалы для изучения быта и языка русского населения сѣверо-западн. края. Сборн. отдѣл. русскаго яс. и слов. Р. Акад. Наук, vol. 51, Bd. I, Abt. 2, Moskau 1896.
Великорусь въ своихъ пѣсняхъ, обрадахъ, обычаяхъ, вѣрованіяхъ, сказкахъ, легендахъ, Акад. Наук, , St. Petersburg 1898.
- Spiegel, Y.*, Der Prozeß des Trauerns, 2 Bde. Kaiser/Grünwald, München/Mainz 1973.
- Stevens, J. O.*, Gestalt ist, Real People Press, Moab 1975.
- Tobin, S.*, Saying goodbye in Gestalt therapy, in: *Stevens* 1975; dtsh., *Gestalt-Bulletin* 2/3 (1980).
- Weizsäcker, V. v.*, Gestalt und Zeit, Vandenhoeck & Rupprecht, Göttingen 1960².
- Zinker, J.*, Dream work as theater: An innovation in Gestalt therapy, *Voices* 2 (1971) 18-21.
- , Gestalt therapy and creative process, Brunner & Mazel, New York 1977; dtsh. Junfermann, Paderborn 1981.

Zusammenfassung: Gestaltdrama, Totenklage und Trauerarbeit (H. G. Petzold 1982f)

Anhand einer Analyse slawischer folklorer Totenklagen und Trauerrituale, wie sie im 19. Jh. von Volkskundlern gesammelt wurden (*Petzold 1970II*), habe ich Strukturen von Trauerprozessen herauszufinden versucht (1982f), analog zu Phasenmodellen der Trauer, die man in den psychotherapeutischen Richtungen – Tiefenpsychologie, Gestalttherapie, Psychodrama und teilweise auch Integrativen Therapie – **konstruiert** hat. Diese Konstruktionen der Therapierichtungen werden in der „Durcharbeitung“ von Trauerprozessen gebraucht oder manchmal auch „*inszeniert*“ und „*produziert*“. Die Arbeit zeigt den Stand unserer Praxis 1982 von **Gestalttherapie**, wie wir sie teilweise auch in der Integrativen Therapie „**als Methode**“ eingesetzt haben und gelegentlich immer noch mit Modifikationen/Revisionen zum Thema „Trauerarbeit“ einsetzen. Inzwischen sind aufgrund neuerer klinischer Erfahrungen und der modernen empirischen Trauerforschung die Entwicklungen weitergegangen (*Bonanno 2012, Petzold 2007p; 2008e; 2012b*), so dass die nützlichen Gestaltmethoden etwas modifizierter eingesetzt werden, denn einige Revisionen wurden erforderlich, insbesondere unsere Betonung von „Trostarbeit“. Vgl. zu den Veränderungen *Petzold (2007r; 2010c)* und jetzt zu ihnen *POLYLOGE 2015h*). Diese Revisionen sollten zur Kenntnis genommen werden, um *riskante Therapie (Märtens, Petzold 2002)* zu vermeiden.

Schlüsselwörter: Trauerarbeit, Gestalttherapie 1982, Integrative Therapie, Trostarbeit

Summary: Gestalt Drama, Lament, and Grief Work (H. G. Petzold 1982)

By an analysis of slavic folkloric laments and mourning rituals as they have been collected by folklorists in the 19th century (*Petzold 1970 II*), I have tried to trace structures in mourning processes in analogy to mourning concepts as they have been **constructed** in the phase models in depth psychology, Gestalt, Psychodrama and partially also in Integrative Therapy. These constructions are used in “working through” phases of “mourning processes” and are often even “staged” and “orchestrated”. This article shows the concept of “grieving work” in GT 1982 and how we used it in Integrative Therapy and partially still use it. In the meanwhile developments went on based on new clinical experiences and modern empirical mourning research (*Bonanno 2012, Petzold 2007p; 2008e; 2012b*). Some revisions became necessary e.g. the emphasis on “consolation work”. Cf. for these changes *Petzold (2007r; 2010c)*, and now in *POLYLOGE 2015h*. These revisions should be noted, to avoid *risky therapy*.

Key words: Grief work, Gestalt Therapy 1982, Integrative Therapy, Consolation Work.