



Ein Rettungsanker

Wie sich ukrainische Frauen in Stuttgart durch den Tanz gegenseitig helfen

Von Nana Morozova

Die Tanzgruppe Salamaleque in Stuttgart macht keine Werbung im Internet. Sie ist nicht offen für jedermann. Ihre Mitglieder sind Menschen, die auf der Flucht vor Krieg oder Verfolgung in ihrer Heimat traumatische Erfahrungen gemacht haben. Menschen, die psychologische Unterstützung und Verständnis brauchen.



Die Gruppe ist klein. Normalerweise nehmen bis zu 20 Personen an den Kursen teil. Derzeit sind die meisten von ihnen ukrainische Frauen, die nach dem Krieg Russlands in der Ukraine nach Deutschland geflohen sind. Aber als das Studio im Jahr 2000 eröffnet wurde, kamen die Teilnehmerinnen fast aus der ganzen Welt. Lea, eine Theaterpädagogin aus Stuttgart, sagt, dass Salamalekas Arbeit alle Krisen widerspiegelt, die in den letzten Jahrzehnten in der Welt passiert sind. Sie alle, Menschen aus Deutschland, der Türkei, Brasilien, Griechenland und der Ukraine, machen eine besondere Erfahrung mit der Arbeit im Tanztheater. Es geht um Kommunikation in kultureller Vielfalt, Freundschaft und psychologische Unterstützung, sagt Lea. „Wir fühlen uns alle viel besser nach diesen Treffen.“

Heidi Rehse: „ Es gibt keinen Platz für Konkurrenz“

Salamaleka wurde vor 24 Jahren von der Tanztherapeutin und Produzentin Heidi Rehse erfunden. Sie ist spezialisiert auf psychologische Rehabilitation zur Traumabewältigung und arbeitet für StuQgart, ein Netzwerk der Diakonie Deutschland. Im Evangelischen Asylbüro berät Frau Reza regelmäßig Asylbewerber, wie sie psychische Probleme überwinden und sich an ihr neues Leben in Deutschland anpassen können. Mehrmals in der Woche leitet sie außerdem kostenlose Kurse in der Salamaleque Dance Company, einem Tanzstudio für Flüchtlinge, und organisiert und produziert Aufführungen.



„Es gibt viele Projekte für Flüchtlinge“, sagt Heidi Rehse, „und sie sind alle sehr gut. Aber in vielen von ihnen werden die Flüchtlinge als Außenseiter behandelt. Das ist in unserer Gruppe nicht der Fall. Es spielt keine Rolle, woher man kommt. Ich mag Yulia, weil ich sie für einen tollen Menschen halte – und nicht, weil sie aus der Ukraine kommt. Nastya ist sehr fröhlich. Wir sind hier alle gleich, und das ist es, was Salamaleque so besonders macht. Wir fühlen uns alle gleichberechtigt und verantwortlich für das, was wir den Leuten später zeigen, also werde ich die Mädchen aus der Ukraine nicht anders behandeln als die deutschen Tänzerinnen. Und wir haben keinen Platz für Konkurrenz. Ich hasse Konkurrenz!“

Heidi Rehse betrachtet das Studio nicht als „ihr eigenes“. „Es ist unseres“, erklärt sie. „Wir haben viel persönliche Erfahrung in den gemeinsamen Tanz gesteckt. Deshalb wollen wir auch keine Leute hier sehen, die nicht zu uns passen. Es ist egal, ob sie aus Österreich, der Ukraine oder sonst woher kommen. Für uns ist es wichtig, mit Menschen zu arbeiten, die wir mögen. Das hier ist keine Einrichtung für psychisch labile Menschen, wir geben viele Geheimnisse voreinander preis. Wenn ich sehe, dass eine Person unseren Geist nicht versteht, weisen wir sie ab“.



Katherines Geschichte

Die 19-jährige Katherine Butikova wollte schon immer auf der Bühne stehen, tanzen oder singen. Aber in der Ukraine hatte sie dazu keine Gelegenheit. Eine schwierige Kindheit, der Tod ihrer Großmutter, dann ihrer Mutter und schließlich ihrer Tante kurz vor dem Krieg, die Flucht aus ihrer Heimatstadt Charkiw und eine lange, schwierige Eingewöhnungszeit in Deutschland - all das brachte Katherine dazu, sich beraten zu lassen. Die Psychologin riet ihr, etwas zu finden, was ihr Spaß macht, und als sie von ihrem Wunsch zu tanzen hörte, verwies sie sie an das Studio von Heidi Rehse.



Der Modern-Dance-Unterricht veränderte Katherines Stimmung völlig. Und die Unterstützung von Heidi und ihren Kollegen half ihr, ihr Leben weiterzuleben. „Dieses Studio ist wie eine Therapie“, sagt die Tänzerin, „und wir sind eine Familie geworden. Heidi hat viele Leben gerettet. Wenn ich darüber nachdenke, kommen mir die Tränen. Sie ist sehr offen und hilft jedem, wo sie nur kann. Und das auch außerhalb des Studios, in ihrer Freizeit.“



In den anderthalb Jahren, in denen Katherine bei Salamaleque trainiert, ist ihr klar geworden, dass sie Schauspielerin werden will. Aber für diesen Beruf muss man die deutsche Sprache sehr gut beherrschen. Und obwohl sie die Sprache fast im Alleingang auf B2-Niveau gelernt hat, war das nicht genug. Heidi half, einen möglichst überzeugenden Brief an das BAMF zu schreiben, um die Kosten für Katherines C1-Kurse zu übernehmen, und fand Möglichkeiten für eine zusätzliche Schauspielausbildung. Neben ihrem Engagement bei Salamaleque arbeitet Katherine am Privattheater Atelier in Stuttgart. Sie nimmt jeden Job an, um zu verstehen, wie alles funktioniert. Sie ist Schauspielerin, Kassiererin, Inspizientin, Tontechnikerin und Beleuchterin (sie nennt es „auf der Technik sitzen“). Im Theater gibt es auch viele Möglichkeiten zu improvisieren und ihre eigenen Gefühle auszudrücken, aber es gibt auch schmerzhaft Dinge, über die sie nur mit Heidi und den Mädchen sprechen kann. Vor allem über ihre Mutter.

Ein Tanz über die Erfahrung von Flüchtlingen, Angst, unterdrückte Stimmen und Demokratie

„Ich habe Heidi vorgeschlagen, einen Tanz über Angst zu machen“, sagt Katherine, „und sie war von der Idee begeistert. Ich möchte für diese Aufführung eine Improvisation vorbereiten, in der ich versuchen werde, über den Tod meiner Mutter zu sprechen. Selbst in meinen Gesprächen mit der Psychologin, die ich aufsuche, kann ich es noch nicht zur Sprache bringen. Aber Heidi hat gesagt, dass Tanz helfen kann und dass sie als Psychologin schon so einen Fall gesehen hat.“

Vielleicht findet die Aufführung über die Angst im nächsten Jahr statt. Denn im Dezember bereitet Salamaleque eine Aufführung mit dem Titel „Locked Up Screams“ vor, die von den Gefühlen erzählt, die Menschen unterdrücken, mit denen sie nicht leben und die sie nicht loslassen wollen.



Zur Therapie gehört auch, darüber nachzudenken und zu reflektieren, wie sich persönliche Gefühle und Erfahrungen auf andere Menschen und sogar auf die Gesellschaft insgesamt auswirken. Das sagt Maria, die seit Februar 2024 in Stuttgart lebt. „Den Verlust meines Vaters und die Trennung von meinem Liebhaber hätte ich ohne das Studio nicht überlebt. Die starke Fokussierung auf die Sinne, die Bewegung und den Körper ist tröstlich und hilfreich. Ich werde lebendig, werde stärker, öffne mich, sehe neue Facetten von mir. Obwohl ich früher große Angst vor der Bühne hatte, kann ich es jetzt kaum erwarten, aufzutreten.“

Bevor sie sich aufwärmen, sitzen die Mädchen im Kreis auf dem kalten, sauber gewaschenen Boden des Tanzsaals und unterhalten sich. Sie diskutieren über persönliche, heikle Themen, machen Witze, teilen ihre Ideen für künftige Auftritte und machen Vorschläge für Auftritte. Sie trainieren etwa zwei Stunden lang und üben jede Bewegung und jedes Gefühl.

Es gibt jedoch keinen Druck. Wenn jemand eine Pause braucht, kann er einfach in den Unterricht kommen, mit den anderen in einem Kreis des Vertrauens reden oder ihnen zuhören und dann seinen Freunden bei der Arbeit zusehen.



Interessant ist, dass Salamaleque nicht auf die Wände der Halle beschränkt ist. Die Mädchen haben sich angefreundet und treffen sich auch außerhalb des Studios, um Kaffee zu trinken, gemeinsam spazieren zu gehen oder ins Kino zu fahren. Eine andere junge Frau, Kateryna, die durch den Krieg gezwungen war, von Donezk nach Kyjiw und dann nach Stuttgart zu ziehen, und die im Alter von 33 Jahren begann, ihr Leben neu aufzubauen, glaubt, dass dies ohne den Tanz nicht möglich gewesen wäre. In einem Kreis des Vertrauens, sagt sie: „Das Studio, die Freundschaften, die Dinge, die uns verbinden, die unterstützende Atmosphäre und die Art und Weise, wie wir unsere Erfahrungen durch den Körper verarbeiten können - das ist das Stück Glück, ohne das mein Leben nicht möglich wäre.“

Nana Morozova hat in Kyjiw als Journalistin und Redakteurin für Zeitungen und Lifestyle-Magazine gearbeitet, von 2000 bis 2008 war sie die erste Chefredakteurin des ELLE-Magazins. Nach dem russischen Angriff auf die Ukraine zog sie mit ihrer Tochter nach Berlin, wo sie die ukrainische Redaktion von Amal mit aufgebaut hat.