

Annett Zupke

# Entlassen in die Welt – empfangen in Empathie: Eine Begegnung mit einem jungen Menschen nach dem Ende seiner Haftstrafe

Es ist Februar. Ich sitze im Flugzeug auf dem Weg in eine Kleinstadt im Norden. Während die Welt unter mir friedlich in Wolkenwatte gepackt ist, versuche ich noch eine Mütze voll Schlaf zu bekommen, denn ich bin früh in den Tag gestartet. Es gelingt mir nicht. Zu viele Dinge gehen mir durch den Kopf: Ich werde in wenigen Stunden auf einen jungen Mann treffen, der vor sieben Jahren seine Freundin erschossen hat. Nennen wir ihn für diese Geschichte Karl. Karl wurde zu einer Gefängnisstrafe verurteilt und ist erst seit vier Wochen wieder auf freiem Fuß. Ich merke, dass ich nervös bin. Noch nie bin ich jemandem begegnet, dessen – wie ich vermute – wohl düstersten und schambehaftetsten Augenblick seines Lebens und die damit verbundenen schmerzhaften Konsequenzen ich bereits vor dem ersten Treffen kenne. Wie gehe ich auf ihn zu? Wird es mir gelingen, mein Herz offenzuhalten? Oder werde ich ihn doch verurteilen? Werde ich mich trauen, Dinge direkt anzusprechen? Oder werde ich mich eher vorsichtig zurückhalten?

Meist kann ich als Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation und Mediatorin eine empathische Grundhaltung einnehmen – egal wer mir gegenüber sitzt. Früher hätte ich mir nicht vorstellen können, den Raum mit Männern zu teilen, die Frauen vergewaltigt oder umgebracht haben. Zu groß waren mein Hass und meine hilflose Wut auf diese Menschen und meine Angst um meine eigene Sicherheit. Im Falle von schwerer Gewalt ist die Herausforderung für mich also besonders groß, die Feindbilder, die ich über Menschen habe, die anderen Gewalt angetan oder getötet haben, zu erkennen und zu bearbeiten. Dank der Gewaltfreien Kommunikation und dem ihr zugrunde liegenden Menschenbild habe ich gelernt, Mensch und Handlung voneinander zu unterscheiden, auch oder gerade in Fällen von schwerwiegender Gewalt. Heute kann ich Mitgefühl empfinden für Menschen, die anderen Gewalt angetan haben, und ihnen gegenüber aufgeschlossen sein: Was hat sie dazu bewogen? Welches für sie lebenswichtige Bedürfnis versuchten sie, sich auf solch tragische Art und Weise zu erfüllen? Was hat sie gehindert einen Weg zu finden, der auch das Wohlergehen des Gegenübers im Blick hat? Diese Fragen werden mir helfen, wenn Karl vor

mir steht und ich die Verbindung mit dem Menschen hinter der Tat suche. Dennoch ist meine Anspannung groß.

Ich reise nicht allein: Ein Filmemacher aus Berlin hatte mich gebeten, ihn bei einem Dokumentarfilm zu unterstützen. Inspiriert wurde er zu seinem Projekt auf einem Intensiv-Training mit Marshall B. Rosenberg. Dessen Erzählungen über seine heilsame Friedensarbeit hatten ihn sehr beeindruckt. Jetzt arbeitet er an einem Film, in dem Menschen, die jemanden umgebracht haben, ebenso wie die Hinterbliebenen zu Wort kommen. Meine Aufgabe wird es sein, mithilfe der Gewaltfreien Kommunikation einen Raum zu schaffen, in dem ein offener und wahrhaftiger Dialog stattfindet – ein Dialog, der nicht durch journalistische Fragetechniken bestimmt ist. Vielmehr soll er sich aus dem entwickeln, was die Beteiligten im Innersten bewegt und was ich in Form einer empathischen Rückspiegelung von ihnen aufgenommen und verstanden habe. Ich mache immer wieder die Erfahrung, dass sich meinem Gegenüber dadurch ein Raum für die eigene Klärung und ein tieferes Verstehen des Selbst und des anderen eröffnet. Die zentrale Frage an die im Film Porträtierten lautet: Sind sie bereit, den Angehörigen ihres Opfers in einem begleiteten Dialog direkt zu begegnen? Meine Motivation, mich in diese Arbeit einzubringen, war mein tiefer Wunsch, etwas von dem, was vermutlich unter dem Schock schwerwiegender Ereignisse innerlich zum Stillstand gekommen ist, wieder zum Fließen zu bringen und zum Abbauen von Feindbildern beizutragen.

Mit diesem Herzensanliegen im Gepäck lande ich im kalten Norden Europas. Ich begegne Karl das erste Mal in der Lobby unseres Hotels. Vor mir steht ein hagerer, blasser junger Mann. Er wirkt ein wenig unruhig. Wir verbringen gut zwei Stunden zusammen und knüpfen vorsichtig den ersten Faden der Verbindung und des Vertrauens. Wir konzentrieren uns zunächst auf seine aktuelle Lebenssituation. Karl erzählt von den Schwierigkeiten, die er und seine Familie seit der Tat durch die Berichterstattung in den Medien erfahren haben und welche Rolle der Vater seiner getöteten Freundin aus seiner Sicht dabei spielt. Es klingen viel Angst und Wut durch – insbesondere die Auswirkungen von Zeitungsartikeln auf seine Familie beunruhigen ihn. Wir erfahren auch von einem langen Brief, den er den Eltern seiner damaligen Freundin aus dem Gefängnis geschrieben hat. Er wollte ihnen Antworten auf das geben, was vor Gericht nie zur Sprache kam. Die ablehnende Reaktion der Eltern darauf ist für ihn noch immer unverständlich.

Karl erwähnt in seiner Darstellung nie explizit seine Freundin, deren verhängnisvolles Schicksal und welche Rolle er dabei gespielt hat. Stattdessen verwendet er immer wieder die Formulierung „mein Fall“. Ich merke, wie mich das wütend macht. Innerlich halte ich Zwiesprache mit ihm: „Da wurde ein Mensch frühzeitig durch *dein* Handeln aus dem Leben gerissen. Dieser Mensch war auch noch deine Freundin, die

dir vertraut hat. Sie hat einen Namen! Und du verschleierst hier das Ganze als ‚mein Fall‘.“ Ich bin erfüllt von der Angst, dass Karl nur sich sieht, und habe in meinem intensiven Gefühlsmix keinen Zugang zu den Gründen für die Wahl seiner Formulierung. In der Situation spreche ich das nicht an. Mir fehlt das Vertrauen, dass ich mit meinem Unbehagen über meine Beobachtung mit Karl so in Kontakt gehen kann, dass wir unsere Verbindung halten können. So entschlief ich mich, meine Aufmerksamkeit von meinem inneren Aufruhr wieder hin zu Karls aktuellem Lebensfluss zu lenken und mir später empathische Unterstützung zu holen. Ich möchte mein Herz gern wieder vollständig öffnen. (Später gelingt es mir im Rollenspiel mit dem Dokumentarfilmer, meinen Blick wieder offen und mit Mitgefühl auf die andere Seite zu werfen: Ich entdecke dabei viel Scham, tiefes Trauern und Bedauern sowie ein großes Bedürfnis nach Sicherheit.)

Während des Gespräches gebe ich Karl wieder, was ich von ihm verstanden habe. Dabei richte ich meinen Fokus auf seine Gefühle und Bedürfnisse und biete ihm immer wieder mögliche Deutungen zu seinem inneren Erleben hinter dem Gesagten an. Diese helfen ihm, sich selbst tiefer auf die Spur zu kommen. Nach dem Gespräch schlägt er unerwartet ein Folgetreffen am nächsten Tag vor. Eine freudige Überraschung, denn er hatte uns zuvor von einem Familienbeschluss erzählt, der Kontakte mit Medienschaffenden jedweder Form strikt untersagt. Ich lese dies als ein Zeichen von Vertrauen und dass auch für Karl ein Gewinn in der Begegnung liegt.

Am darauffolgenden Tag treffen wir uns in einem abgeschlossenen Raum, der mehr Schutz bietet für ein Gespräch. Karl erzählt von seiner Freundin und deutet die Ereignisse an, die in der Tatnacht zu diesem verhängnisvollen Ausgang führten: Alkohol und Eifersucht waren im Spiel. Er versucht, so gut es ihm möglich ist, einen Einblick zu geben, wie es ihm jetzt damit geht. Es fällt Karl nicht leicht, Worte zu finden – zu intensiv und vielschichtig sind die Gefühle. Wir erfahren von Karl auch, wie es für ihn war, im Gerichtssaal auf der Anklagebank zu sitzen, die Blicke der Hinterbliebenen auf seiner Wange zu spüren und den Ruf „Mörder!“ mehrfach im Saal zu hören. Während der Verhandlung hatte er seinen Blick auf den Boden gesenkt und nur dann gehoben, wenn er zum Richter oder Staatsanwalt sprach. Die Familie anzusehen, insbesondere die Eltern seiner Freundin, dazu fehlte ihm gänzlich der Mut. Das ist bis heute seine größte Angst: der Tag, an dem er den Eltern oder Schwestern seiner Freundin in die Augen sehen muss. Karl fragt sich, was er dann sagen soll? Gibt es in seinem Fall überhaupt Worte, die alldem gerecht werden?

Karl bedankt sich für unsere Begegnung. Er hatte die Chance, seinen eigenen Prozess der Verarbeitung seiner Tat unkommentiert zu betrachten. Freunde und Verwandte unterbrechen an der Stelle gewöhnlich mit: „Das Leben geht weiter!“ oder: „Du musst das hinter dir lassen, den Blick nach vorne richten!“ Für ihn geht das

jedoch nicht: Bilder seiner Freundin und gemeinsame Erlebnisse tauchen immer wieder vor seinem inneren Auge auf. Gerade auch mit Blick auf die Hinterbliebenen kann er bei uns offen aussprechen, was ihn bewegt. Insbesondere in Bezug auf deren Forderung, nicht wieder an seinen angestammten Wohnsitz zurückzukehren. Er spielt immerhin mit der Möglichkeit, diesem dringlichen Wunsch nachzukommen. Am Ende unseres Gesprächs sagt Karl, er wolle noch einmal in sich gehen, um seine ursprüngliche Absage an den Film zu überdenken. Unser langsamer Prozess des Vertrauens- und Beziehungsaufbaus nimmt seinen Lauf.

Im April teilt Karl uns mit, dass er bereit sei, dem Vater seiner damaligen Freundin in einem begleiteten Gespräch zu begegnen. Er sagte: „Wenn es irgendetwas gibt, was ich für die Familie tun kann, die so viel Schmerz durch mein Handeln erlitten hat, dann bin ich bereit, mich meiner größten Angst zu stellen und einem Familienmitglied meiner durch mich getöteten Freundin in die Augen zu schauen.“ Was für ein Schritt!

Er willigt auch ein, sich bei den Vorbereitungen auf die Begegnung filmen zu lassen. Im September treffen wir uns wieder. Auf meine Frage, was sich für ihn seit Februar verändert habe, antwortet er: „Ich bin mir sicherer, dass bei diesem Prozess etwas Gutes rauskommen kann. Ich kann meinen Schutzpanzer euch gegenüber fallen lassen. Ich spüre, dass eure Absicht darin besteht, mehr als nur einen Film über das Leid anderer Menschen zu machen. Mein Eindruck ist, hier geht es um mehr. Es ist mehr als nur ein Job, den ihr da macht. Es geht eher um tiefes Verstehen.“ Ich freue mich, dass meine Absicht so klar rübergekommen ist und Karl offen ist für das Tiefer-Verstehen-Wollen.

Die Begegnungen mit Karl auf der einen Seite sowie die Begegnung mit dem Vater der Toten auf der anderen Seite haben mich hautnah miterleben lassen, wie unzulänglich unsere westliche Rechtsprechung ist, die den Fokus nur auf die Bestrafung der Gesetzesbrecher legt. Ich habe erfahren, wie hilflos die Beteiligten auf beiden Seiten sein können, wenn sie keine Unterstützung erhalten beim Klären der Fragen „Wer und welche Beziehungen sind verletzt?“ und „Was braucht es zur Wiederherstellung der Sicherheit?“ und wie sehr sich dieser Mangel gesellschaftlicher Unterstützung auf das weitere Leben auswirken kann. Ich habe auch in den Gesprächen mit Karl erfahren, wie herausfordernd es ist, sich wirklich ganz den eigenen Gefühlen zu stellen. Ich bekam eine Ahnung auch davon, wie schmerzhaft die eigene Auseinandersetzung mit den nicht wieder rückgängig zu machenden Folgen des eigenen Handelns ist. Und dass es viel Mut erfordert, wirklich Verantwortung für das eigene Handeln zu übernehmen. In jeder Begegnung wurde deutlich, wie groß der Bedarf ist zu reden und wie schwierig es ist, die „Spur zu halten“ im Fühlen und Verantwortung-Übernehmen, anstatt zu rechtfertigen und anzuklagen. Ich habe für mich ge-

lernt, dass der Schmerz nicht mit der Rechtsprechung und Bestrafung aufhört – die eigentliche Arbeit beginnt dann vielleicht sogar erst: Die seelischen und emotionalen Wunden wollen versorgt werden, Fragen zum weiteren Leben in der Gemeinschaft geklärt werden. Es gab Momente, in denen ich von Karl oder dem Vater Dinge hörte, die der andere so gern gehört hätte, wenn es dafür Raum gegeben hätte. Beispielsweise die Wut des Vaters darüber, dass Karl sich nicht entschuldigt hatte, stand dessen Unvermögen gegenüber, seine Tat zu verstehen sowie seinen Schmerz und sein Bedauern in Worte zu fassen. Ich wünschte, wir würden in unseren Gesellschaften genau diese Räume schaffen, in denen Täter und Hinterbliebene zusammenkommen können und empathisch begleitet werden. Damit sie voneinander die Dinge erfahren, die sie zum gegenseitigen Verstehen brauchen, und wahrhaftig autonom Verantwortung übernehmen können. Dies unterstützt den Heilungsprozess enorm.

Ich träume von einer Gesellschaft, in der diese Räume für selbstbestimmte und bedürfnisorientierte Begegnungen viel selbstverständlicher sind als Verhandlungen im Gerichtssaal, in dem die unmittelbar Beteiligten mit ihren Gefühlen und ihrem Befinden eher eine Nebenrolle spielen.