

Angeline Bauer

Heilende Märchen

Geschichten, die Kinder
stark machen

Märchen gegen
Kinderängste und
-sorgen, damit das
Selbstbewusstsein
wächst

südwest

Inhalt



Vorwort	4
★ Märchen von der Unke	5
Was willst du mir sagen?	14
Wie Märchen helfen.	16
Keine Angst vor Gespenstern!	24
Die dunkle Seite der Psyche wird lebendig	26
★ Das blaue Flämmchen.	29
★ Rauchende Gebeine	34
Vom Hass aus Liebe	40
Die böse Stiefmutter im Märchen	42
★ Iwaschko und die böse Hexe	45
★ Die Königskinder.	54
Leben und Sterben	58
Kinder begegnen dem Tod	60
★ Die Stimme des Todes	69
★ Der geprellte Tod	73
Du bist mein Freund	76
Von der Kraft der Freundschaft	78
★ Der alte Großvater und sein Enkel	80
★ Sechse kommen durch die ganze Welt.	85
★ Von zwei Freunden, die sich bekriegten.	92
Ein Geschenk von Herzen	94
Vom Teilen und Behalten	96
★ Der Hund und die Mädchen, die nicht teilen wollten	100
★ Der Hahn, der Eier legen sollte.	103
Auf Ehre und Gewissen	106
Was ist dein Versprechen wert?	108
★ Vom Versprechen, das ein Mann einem Adler gab	113
★ Vom Dank der Tiere und Undank des Prinzen	116





Was heißt schon »normal«? 120

Mit Behinderungen umgehen. 122

★ Das Märchen von der Riesenmaus
und den beiden Brüdern. 127

★ Bucklig, lahm und einen krummen Hals 131

Iss, damit du stark wirst! 132

Was wirklich stark macht. 134

★ Die beiden kugelrunden Müller 139

★ Die Nonne, der Bergmann und der Schmied 145

Geschwister – Küsse und Bisse 148

Eifersucht und Geschwisterrivalität 150

★ Bruder und Schwester. 161

★ Einäuglein, Zweiäuglein und Dreiäuglein 166

Patchwork: Familie neu gemischt 170

Zu groß die Last für kleine Schultern. 172

★ Die streitbare Alte und ihre Stieftochter 174

★ Die drei kleinen Hühnchen 179

★ Vom Felsenadler, der versucht, eine Blaufußente zu werden 182

Drei mal drei ist zehn? 186

Geduld und innere Stärke. 188

★ Das Erlebnis der Fantasie 192

★ Die drei Sprachen 199

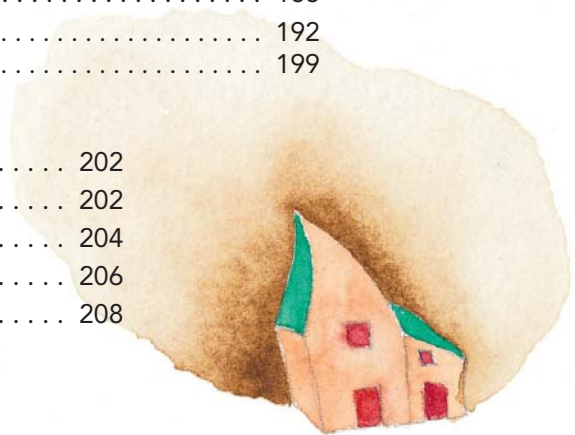
Anhang 202

Quellennachweis 202

Weitere Märchen 204

Register 206

Über die Autorin, Impressum 208



Vorwort

Es sollte uns weniger wundern, weshalb Märchen plötzlich wieder so in den Mittelpunkt des allgemeinen Interesses rücken, als vielmehr, weshalb es eine Zeit gab, in der sie höchstens noch als möglichst rosa gefärbte Gutenachtgeschichten für Kinder eine Berechtigung hatten. Märchen und Mythen sind die Geschichten der Menschheit und alle zusammengenommen erzählen die Wahrheit des Lebens. Dieses Wissen hatte und hat immer noch Gültigkeit, und wenn wir dies vergessen, vergessen wir ein Stück weit uns selbst.

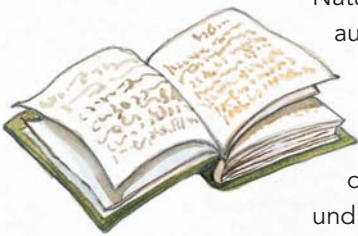
Erst seit dem 19. Jahrhundert sind Märchen Geschichten für Kinder. Bis dahin wurden sie, beispielsweise in Spinnstuben oder abends am Ofen in der »Kuchl«, hauptsächlich für Erwachsene erzählt.

Die Fähigkeit, Geschichten zu erzählen, macht aus uns Menschen, und genau besehen tun wir ja auch den ganzen Tag nichts anderes. Wir erzählen von unserem Liebeskummer, von unseren Freunden, von unseren Erlebnissen oder Problemen, von dem, was wir lieben oder was wir vermissen. Und obwohl täglich unzählige Nachrichten über Radio- und Fernsehkanäle zu uns strömen, sind nicht sie es, die uns mit dem Leben bekannt machen, sondern die vielen kleinen Geschichtchen, in denen wir selbst eine mehr oder weniger große Rolle spielen. Sie kennzeichnen den Alltag und ergeben am Ende eines Menschenlebens ein buntes, wie aus lauter Mosaiksteinen zusammengesetztes Bild.

Ganz ähnlich ist das auch mit Märchen. Sie erzählen uns »Lebens-Geschichten«, sie zeigen uns Wege auf, die der Held geht, und wie er die Geschichte trotz aller Wirrnisse am Schluss doch zu einem sinnvollen und meist positiven Ende führt.

Wenn Märchen traurig enden

Natürlich gibt es auch Märchen, die nicht glücklich enden, aber auch aus ihnen ziehen wir eine wertvolle Lehre, denn wir sehen, wie es enden kann, wenn wir einen wesentlichen Aspekt des Seins außer Acht lassen. Ein solches Märchen ist das *Märchen von der Unke*, das mich immer wieder tief berührt. Weil es, von den Eltern verstanden und richtig gedeutet, den Kindern Freiheit und Erleichterung verschaffen kann, möchte ich es an den Anfang dieses Buches stellen, und zwar als Märchen für die Eltern.



Märchen von der Unke



Es war einmal ein kleines Kind, dem gab seine Mutter jeden Nachmittag ein Schüsselchen mit Milch und Weckbrocken, und das Kind setzte sich damit hinaus in den Hof. Wenn es aber anfang zu essen, so kam die Hausunke aus einer Mauerritze hervorgekrochen, senkte ihr Köpfcchen in die Milch und aß mit. Das Kind hatte seine Freude daran, und wenn es mit seinem Schüsselchen dasaß und die Unke kam nicht gleich herbei, so rief es ihr zu:

»Unke, Unke, komm geschwind,
komm herbei, du kleines Ding,
sollst dein Bröckchen haben,
an der Milch dich laben.«



Da kam die Unke und ließ es sich gut schmecken. Sie zeigte sich auch dankbar, denn sie brachte dem Kind aus ihrem heimlichen Schatz allerlei schöne Dinge, glänzende Steine, Perlen und goldene Spielsachen. Die Unke trank aber nur Milch und ließ die Brocken liegen. Da nahm das Kind einmal ein Löffelchen, schlug ihr damit sanft auf den Kopf und sagte: »Ding, iss auch Brocken.« Die Mutter, die in der Küche stand, hörte, dass das Kind mit jemandem sprach, und als sie sah, dass es mit einem Löffelchen nach einer Unke schlug, so lief sie mit einem Scheit Holz heraus und tötete das gute Tier. Von der Zeit an ging eine Veränderung mit dem Kinde vor. Es war, solange die Unke mit ihm gegessen hatte, groß und stark geworden, jetzt aber verlor es seine schönen roten Backen und magerte ab. Nicht lange, so fing in der Nacht der Totenvogel an zu schreien und das Rotkehlchen sammelte Zweiglein und Blätter zu einem Totenkranz, und bald hernach lag das Kind auf der Bahre.





Was das Märchen erzählt

Wenn dieses Märchen von der Unke spricht, meint es nicht eine Kröte, sondern bezieht sich auf den Ursprung des Wortes, nämlich auf das althochdeutsche beziehungsweise mittelhochdeutsche *unc*, was »Schlange« bedeutet. Eine Unke ist hier eine Schlange, wahrscheinlich eine Ringelnatter, die dem Haus im alten Volksglauben Glück und Segen brachte, weil sie mit der »Großen Mutter« verbunden war. Das Kind hat sie als Spielkameraden und Schwester angenommen, und die Unke dankt es ihm mit vielen bunten Perlen und goldenen Sachen. Damit sind Werte wie Freude, Liebe, Selbstvertrauen und eigene Lebenserfahrungen gemeint. Als die Mutter das entdeckt, wird sie von ihren eigenen Ängsten oder auch ihrem Ekel eingeholt und sie erschlägt das Tier. Damit nimmt sie dem Kind nicht nur seinen Freund, sondern auch sein Selbstvertrauen und schränkt es ganz wesentlich in seiner freien Entfaltung ein. So viel nimmt sie dem Kind, dass es am Schluss sterben muss.

Die Ängste der Mutter

Es gibt eine amerikanische Fassung dieses Märchens, da ist die Unke eine Klapperschlange. Ich weiß nicht, welchem der beiden Märchen ich mehr Bedeutung beimessen möchte. Das, in dem das Tier so gefährlich ist, dass man die Mutter noch verstehen kann, verdeutlicht umso nachdrücklicher, dass die Mutter das Kind loslassen muss, weil das Festhalten letztlich noch gefährlicher ist. Die Version, in der das Tier harmlos ist und trotzdem von der überängstlichen Mutter getötet wird, stellt in den Vordergrund, dass die Mutter es ist, die nicht mit ihren Ängsten umgehen kann und sie darum auf das Kind überträgt.

In der Mutter-Tochter-Beziehung ist der Aspekt des Festhaltens ganz zentral. Viele Mütter binden ihre Töchter an sich und können sie nicht ihre eigenen Wege gehen lassen. Sie vermitteln ihnen die Botschaft »Du musst wie ich sein« oder »Du musst meine Verlängerung sein«. Beides ist unter anderem ein Appell an die Tochter, die Mutter nicht mit ihren Ängsten und Enttäuschungen alleinzulassen. Aber wie auch immer – die Schlange zu erschlagen ist, wie uns das Märchen zeigt, keine Lösung, denn an der Angst der Mutter geht das Kind zugrunde.

Manchmal dauert es ein Leben lang, bis man erkennt, dass es eigentlich die übernommenen Ängste der Eltern sind, die einen daran hindern, etwas anzupacken. Nach der Wut darüber kommt meist die Trauer über verpasste Chancen und am Ende das Einverständnis mit dem eigenen Schicksal.

So wirken Märchen

Damit ein Kind das, was es quält, hinter sich lassen kann, muss es die Möglichkeit haben, sich dem zugrunde liegenden Problem ausführlich zu widmen. Mit einem einzigen Märchen wird das wohl selten abgetan sein. Deshalb werde ich zu jedem Thema, das ich behandle, mindestens zwei Märchen vorstellen. Wenn Sie Ihrem Kind dann beide Märchen vorgelesen haben, wird es sich vielleicht nach eigenem Gutdünken eines herausuchen und zu seinem derzeitigen Lieblingsmärchen machen. Das kann bedeuten, dass Sie es ihm wieder und wieder vorlesen müssen – so lange eben, bis das Kind den Konflikt bewältigt und für sich eine Lösung gefunden hat. Oder es schätzt alle Märchen gleichermaßen und verlangt, sie abwechselnd zu hören.

Held oder Heldin?

Es ist nicht notwendig, dass Sie einem Jungen ein Märchen vorlesen, in dem ein Junge der Held ist, oder einem Mädchen ein Märchen, in dem ein Mädchen die gestellte Aufgabe bewältigt. Beide können sich auch mit einem Helden des anderen Geschlechtes identifizieren.

Trotzdem werde ich versuchen, in der Auswahl der Märchen ein Gleichgewicht an Helden und Heldinnen zu halten, um zu vermeiden, dass sich bei Kindern unbewusst der Eindruck festsetzt, dass Mädchen immer erlöst werden müssen und Jungen die Erlöser sind, denn ein derart einseitiges Rollenbild tut beiden nicht gut.

Märchen machen stark

Märchen machen stark, weil sie die kindliche Fantasie auf kindgerechte Art zur Auseinandersetzung mit dem Problem anregen. Dabei kommt das Märchen selbst einem Skelett gleich, das alles trägt, aber noch nicht das vollständige Lebewesen ausmacht. Erzählen und Zuhören, Konfrontation, Identifikation, Gespräch und Sinneserleben bilden quasi Fleisch, Organe, Haut, Haar und Seele.

Erwarten Sie also nicht, dass es genügt, ein Märchen einmal vorzulesen, und schon sind alle Probleme beseitigt. Wenn Märchen helfen sollen, muss das Kind sich mit ihnen beschäftigen, Inhalte erken-

Das einmalige Vorlesen eines Märchens bringt vermutlich keine Lösung. Um weiterzukommen, braucht das Kind eine intensive Auseinandersetzung mit dem Thema. Wahrscheinlich wird es das Märchen immer wieder hören wollen, anfangs vielleicht ohne besonderen Kommentar.





Aktiv in die Rolle der Figuren schlüpfen können – ob nun als Held oder als Gegenspieler – ermöglicht dem Kind, Stück für Stück ins Geschehen einzutauchen und mitzuempfinden, sich sowohl intuitiv als auch rational damit auseinanderzusetzen.

nen können. Es muss die Möglichkeit haben, mit dem Vorleser oder einer anderen Person über die einzelnen Bilder und Szenen zu reden. Es wird Fragen haben, es möchte denselben Text vielleicht immer wieder hören, es wird sich dabei mal mit dieser, mal mit jener Figur identifizieren. Es will jede Szene auskosten und sich mit den Inhalten vertraut machen, damit es die Lösung finden kann, die stimmig und richtig ist.

Auch Malen ist ein wichtiges Hilfsmittel für Kinder, sich einem Märcheninhalt anzunähern. Regen Sie Ihr Kind dazu an, Szenenbilder zu malen, und lassen Sie sich den Bildinhalt anschließend genau erklären. Das hilft dem Kind, sein Innerstes zu ordnen, und Sie werden dadurch eine ganze Menge über seine geheimen Wünsche und Ängste erfahren. Denn was es über das Märchen erzählt, erzählt es über sich.

Wenn Sie mehrere Kinder haben oder mit Kindern in der Gruppe arbeiten, bietet es sich an, Märchenszenen spielen oder tanzen zu lassen oder kleine Liedertexte zu den Märcheninhalten zu reimen und mit den Kindern zu singen.

Was geschieht, wenn Kinder Märchen hören?

Das Hören von Märchen regt die kindliche Fantasie auf sehr vielfältige Weise an. An vorderster Stelle steht natürlich die Aufgabe, das Gehörte in Bilder umzusetzen, die vom Unterbewusstsein verstanden werden. Tatsächlich erzählten Klienten, die in therapeutischen Sitzungen Bildfolgen imaginierten, damit symbolisch verschlüsselt genau das, was sie vielleicht eine Sitzung zuvor mit Worten berichtet hatten, und fanden plötzlich, ebenso symbolisch verschlüsselt, Lösungen. Aber auch andere Sinne, wie der Tastsinn, Geschmackssinn, Geruchssinn und das Empfinden von Wärme oder Kälte, werden angeregt, und schließlich werden durch das Hören von Märchen Emotionen angesprochen und den Kindern Werte vermittelt.

Diese Vielfalt an Wahrnehmungen, die durch das Hören von Märchen ausgelöst werden, hilft, die Sinne eines Kindes für das tatsächliche Leben zu schulen. Je intensiver und differenzierter die Wahrnehmungen eines Menschen, desto sicherer und erfolgreicher wird er durchs Leben gehen.

Märchen »aus der Dose«

Aus der Sicht mancher Eltern mag es verständlich sein, dass sie ihren Kindern Märchen-CDs kaufen. Der CD-Player erzählt und so sparen sie Zeit für andere Dinge, die dringend erledigt werden müssen. Aber bestimmt ist diesen Eltern nicht bewusst, welche »Magie« im Erzählen steckt und wie viel Nähe und Vertrautheit gerade das Zuhören schafft. Die Stimme ist die eines Fremden. Sie kann niemals das, was Vater, Mutter, Oma oder der Lehrer kann und was ein Kind letztlich stark macht – eine Atmosphäre des Vertrauens schaffen, Geborgenheit schenken, Fragen beantworten oder wichtige Textstellen wiederholen. Das Märchen bleibt eben immer ein Märchen »aus der Dose«.

Das Vertrauen, das beim Märchenerzählen entsteht, die Hingabe an einen geliebten Menschen beim Zuhören, kann die Basis sein, aus der eine Art Urvertrauen erwächst. Denn das Märchen beschäftigt sich ja mit existenziellen Lebensfragen, und die Antworten, die Erzähler und Zuhörer durch das Märchen finden, und die Zuwendung, die dabei gegeben wird, verbinden sie miteinander.

Zu wenig Bewegung und Kontakt

Hinzu kommt, dass Kinder beim Hören von Märchen-Aufnahmen alleine sind. Dabei ist Geborgenheit und Bindung die wichtigste Basis für seelisches und körperliches Wohlbefinden. Untersuchungen zufolge leiden Jugendliche, die auf die schiefe Bahn geraten, alle darunter, als Kinder einsam gewesen zu sein. Auch körperliche Beschwerden haben damit zu tun, dass sich Kinder zu wenig bewegen, also mit anderen toben und spielen. Die Folgen sind Nervosität und Introvertiertheit.

Dies ist nicht nur eine Bücherweisheit, ich habe das selbst sehr eindrücklich erlebt und erfahren. Meine Eltern waren Geschäftsleute und hatten nur wenig Zeit für uns Kinder. Oft haben wir sie nur wenige Minuten am Tag zu Gesicht bekommen. Aber dann nahm unser Vater ein Märchenbuch und las uns daraus vor oder er ließ unsere Kuschtiere Geschichten erzählen – und diese Geschichten, die paar Minuten Zeit am Tag, waren für uns Kinder das Wertvollste und wir haben aus ihnen unendlich viel Kraft geschöpft.

Durch die Atmosphäre, die das Erzählen erzeugt, kann unendlich viel Nähe geschaffen werden. Eltern sollten diese Momente, in denen sie eine liebevolle Vertrautheit mit ihren Kindern erleben, in vollen Zügen genießen.



Zur Problembewältigung gehört die Lösung. Deshalb Märchen nicht splitten, sondern immer ganz vorlesen. Außerdem gehört zu einem Ritual – was das regelmäßige Vorlesen eines Märchens ist – immer ein Anfang und ein Ende. Das schützt vor Beliebigkeit.

Märchen ganz vorlesen!

Nehmen wir einmal an, Ihr Kind hat Angst vor Gespenstern. Sie wählen das Märchen *Rauchende Gebeine* aus, aber weil Sie sich die Zeit nicht nehmen wollen oder können, lesen Sie den Text nur zur Hälfte vor und verträsten das Kind mit dem Rest auf den nächsten Tag. Das würde bedeuten, dass es mit seiner Angst um den Jungen, der in der Geschichte auf der Insel ausgesetzt wurde und am nächsten Tag gefressen werden soll, alleine bleibt. Sie hätten damit genau das Gegenteil von dem bewirkt, was erreicht werden soll. Märchen bieten eine Lösung an, und die ist für das Kind zur Konfliktbewältigung wichtig. Lesen Sie deshalb grundsätzlich das ganze Märchen vor und stehen Sie dem Kind danach auch noch Rede und Antwort. Kennt das Kind das Märchen bereits und geht es im Weiteren darum, einzelne Szenen zu wiederholen, ist das natürlich etwas anderes. Dann können Sie auch einzelne Passagen vorlesen, ganz so, wie das Kind es wünscht.

Zuhören und auf Fragen antworten

Ein Kind braucht viel Freiraum, um seine Gedanken formulieren zu können, um zu Wort zu kommen und um ausreden zu können. Es braucht Ihre Geduld und Zeit. Ermutigen Sie es, Fragen zu stellen, wenn es etwas nicht versteht, und erklären Sie es ihm. Beharren Sie aber nicht auf Antworten, die eher dem Verstand eines Erwachsenen angemessen sind als dem eines Kindes. Die Art, wie Kinder das Erzählte empfinden, unterscheidet sich von der vernunftbetonten Herangehensweise der Erwachsenen. Dabei geben Kinder die erstaunlichsten Erkenntnisse zum Besten und philosophieren regelrecht. Versuchen Sie sich in die kindliche Welt hineinzusetzen, lassen Sie sich ein, Sie werden sehen, wie erholsam dieser Ausflug in die Fantasie sein kann. Hier darf übertrieben werden, hier sind die Figuren drastisch, sie sind eindeutig böse oder gut oder verwandeln sich vom Drachen in die schöne Prinzessin. Derartige Eindeutigkeiten existieren in der Realität der Erwachsenen leider nicht mehr. Und die Kameradschaft, die sich auf diesen Gedankenreisen mit Ihrem Kind entwickelt, ist wertvoller als manche gut gemeinte Erklärung.



Sind Märchen für Kinder nicht zu grausam?

Ich kenne nur eine einzige Familie, die ihren Kindern auch die alten, ungeschönten Fassungen solcher Märchen wie zum Beispiel *Rotkäppchen* vorliest. Da kommt dann kein Jäger mehr, um Rotkäppchen und die Großmutter durch eine Operation aus dem Bauch des Wolfes zu befreien. Die beiden wurden gefressen, und daran ist nichts mehr zu ändern.

Die meisten Eltern sind davon überzeugt, dass solche »Horrorbilder« ihren Kindern schaden würden. Andererseits ist es in sehr vielen Familien kein Problem, Kinder im Fernsehen Filme sehen zu lassen, in denen es gewalttätig zugeht. Schon die Kleinsten haben die Möglichkeit, stundenlang zuzusehen, wenn auf dem Bildschirm Menschen brutal zusammengeschlagen, erschossen oder in die Luft gesprengt werden, wenn sich Autos überschlagen und Flugzeuge explodieren. Das ist deutscher Fernsehalltag.

Wer frisst hier wen?

Die Frage drängt sich also auf, ob diese ablehnende Haltung gegenüber solchen »grausamen« Märchen nicht ganz andere Ursachen hat. Vielleicht betreffen die Inhalte der Märchen auch uns Erwachsene und wir fühlen uns durch sie mit unserer eigenen Grausamkeit und unserem eigenen Versagen konfrontiert. Denn selbstverständlich ist mit dem Wolf im Märchen nicht nur irgendein wildes und bedrohliches Tier gemeint, sondern auch das böse wilde Tier in uns, das die eigenen Kinder auffrisst. Und wenn Eltern im Märchen ihre Kinder aussetzen und sie dem Hungertod preisgeben, so ist damit natürlich nicht die konkrete Situation gemeint, sondern ein Aussetzen, das auf der psychischen Ebene stattfindet. Wir lassen unsere Kinder mit ihren Sorgen allein und liefern sie damit ihrem emotionalen Hunger aus. Welche Eltern können schon behaupten, dass ihnen das noch nie im Leben passiert ist?

Märchen packen uns also an der Nase, und das ist nicht immer leicht zu ertragen. Um dem zu entkommen, flüchten wir uns in die entschärften »Rosarot-Märchen« und meiden die anderen, die uns mit unseren tiefsten Abgründen konfrontieren.

Kritiker behaupten, dass manche Märchen viel zu grausam seien und Kindern darum nur schaden würden. Andererseits ist es in sehr vielen Familien gang und gäbe, Kinder im Fernsehen Filme sehen zu lassen, in denen Menschen ermordet werden oder Autos in die Luft fliegen.





Lehrt das Märchen lügen?

Aber nicht nur der Aspekt der Grausamkeit wird bei Märchen kritisiert, sondern auch der, dass durchaus nicht jedes Märchen edel, lehrreich und gut ist, sondern viele den moralischen Ansprüchen häufig nicht genügen. Man denke nur an den Meisterdieb, der Karriere macht, indem er andere Menschen bestiehlt und der Lächerlichkeit preisgibt, oder an die Prinzessin aus dem *Froschkönig*, die wortbrüchig und verwöhnt ist und ihren »Prinzen« dann herzlos an die Wand knallt. Soldaten verbünden sich mit dem Teufel, um an Geld zu kommen, andere lügen und stehlen Zauberdinge, Könige missbrauchen ihre Töchter, Prinzessinnen lassen gnadenlos Köpfe rollen, weil Prinzen ihre Aufgaben nicht lösen können, und vieles mehr.

Aber dies alles sind schließlich Varianten, die zum Leben gehören, und jeder Mensch wird auf die eine oder andere Weise mit solchen Situationen konfrontiert werden. Mithilfe von Märchen können Kinder mit diesen Themen Bekanntschaft machen, können sie in ihrer Fantasie gefahrlos durchleben und gestärkt aus solchen Erlebnissen hervorgehen.

Wir können und dürfen Kinder nicht von allem, was uns schrecklich und gefährlich erscheint, fernhalten. Was mit ihnen passiert, wenn wir es doch tun, macht das *Märchen von der Unke* deutlich – sie werden gewissermaßen lebensunfähig.

Sind Märchen noch zeitgemäß?

Wir sind inzwischen im 21. Jahrhundert angekommen und damit in einer Zeit, in der nicht nur alles vorprogrammiert zu sein scheint, sondern die auch stark von Medien und Technik bestimmt ist. Die weltweite digitale Vernetzung bezieht so gut wie jeden ein und Entfernungen spielen kaum noch eine Rolle. Es wird auch künftig technische Entwicklungen geben, die wir bislang als reine Utopie angesehen haben und die uns vielleicht erschrecken, aber wir werden trotzdem lernen müssen, damit umzugehen und zu leben. Und in solch einer Zeit sollen wir unseren Kindern noch etwas von *Hänsel und Gretel*, von *Rotkäppchen*, *Rumpelstilzchen* und von den *sieben Geißlein* erzählen? Ist das denn überhaupt noch angebracht und zeitgemäß? Aus folgenden Gründen glaube ich, eine bejahende Antwort geben zu können:

Bei oberflächlicher Betrachtung könnte man meinen, dass Märchen zum Lügen, Stehlen und Übertreten von Verboten auffordern. Aber es gibt nun mal keine Entwicklung, würde ein Kind immer nur den vorgegebenen Weg gehen. Von Märchenhelden kann es lernen, neue Situationen durch kreatives Handeln zu meistern und die Verantwortung für falsches Tun selbst zu tragen.

- ★ Durch Märchen erleben Kinder, dass die Welt keineswegs so starr und festgefahren sein muss, wie sie es im Alltag manchmal erfahren.
- ★ Gerade in Zeiten der Orientierungslosigkeit, in denen Geborgenheit, Vertrautheit und Verlässlichkeit für ein Kind nicht mehr selbstverständlich sind, können die traditionsbewussten Inhalte der Märchen ein sicherer Leitfaden sein.
- ★ Die Werte sind gleichbleibend und zuverlässig, die Helden sind am Ende doch immer wieder stark und selbstbewusst oder sie bringen einen mit ihrer Dummheit zum Lachen.
- ★ Der Schluss eines Märchens birgt fast immer eine Lösung, die dem Kind, das sich mit solchen Grundkonflikten wie Verlassenheit, Eifersucht, Angst und Freude auseinandersetzen muss, auf seinem Weg weiterhilft.
- ★ Kinder lernen, Inhalte linear zu erfassen und eine logische Reihenfolge zu erkennen, denn Märchen haben immer einen Anstoß, eine Auswirkung und eine Lösung.

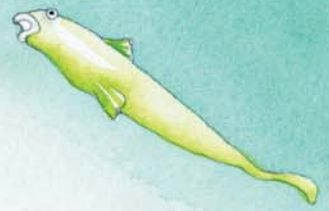


Märchen vermitteln traditionelle Werte

Natürlich können auch moderne Geschichten diese Aufgabe übernehmen. Aber sie stellen doch immer eine persönliche Ansicht und eine persönliche Lösung zu einem persönlichen Problem dar. Märchen hingegen haben sich entwickelt, bewährt, mit der Zeit immer wieder verändert und sind schließlich Volksgut geworden. Märchen und Mythen erzählen in ihrer Bildsprache von Erfahrungen, Hoffnungen, Ängsten, die in jedem Menschen vorhanden sind, vorhanden waren und auch in Zukunft immer vorhanden sein werden.

Man sollte außerdem bedenken, dass sich die intuitive Interpretation der Kinder durchaus dem Wandel der Gesellschaft anpasst. Ein gutes Beispiel hierfür ist das Bild der *sieben Geißlein*, die alleine in der Wohnung sind, während die offensichtlich alleinerziehende Mutter fortgeht, um etwas zu besorgen. Früher mag die Mutter, die ihre Kinder nicht ausreichend beaufsichtigen konnte, eine Witwe gewesen sein, die sehen musste, wie sie ihre »Geißlein« durchbringt, heute ist sie wohl eher geschieden oder bewusst alleinerziehend. Aber Gültigkeit hatte dieses Bild damals so gut wie heute und die Kinder werden es auf ihre Weise interpretieren.

Die traditionsbewussten Inhalte der Märchen vermitteln Sicherheit, denn ihre Werte sind gleichbleibend und zuverlässig, und der Schluss eines Märchens zeigt fast immer eine Lösung auf.



Was willst du mir sagen?

»Als ich die Augen aufschlug, sah ich noch immer das blaue Wasser und mich auf dem Steg hinauslaufen und mit einem gewaltigen Satz in die Fluten springen. Ich tauchte und tauchte und tauchte...«

Die inneren Bilder, die uns in Träumen, Fantasiereisen und auch Märchen begegnen, wollen uns etwas mitteilen. Sie verschlüsseln ihre Botschaft und kommen mit bunten Farben und dramatischen Handlungen daher. Es lohnt sich zu verstehen, was diese Bilder bedeuten, dann gibt es für einige Probleme überraschende Lösungen.





Wie Märchen helfen

Die Hilfen zur Deutung ermöglichen Eltern zu verstehen, was ihre Kinder ausdrücken möchten, wenn sie über die Bilder des Märchens sprechen oder sie malen. Kinder gehen intuitiv an Märchen heran – eine rationale Erklärung würde sie verunsichern, sofern sie sie überhaupt verstehen.

Märchen wirken mithilfe von Symbolen hilfreich und schützend auf das Unterbewusstsein. Auf welche Weise Symbole die Kinderseele schützen können, zeigen beispielsweise Märchen, die sich mit dem Inzestthema auseinandersetzen – ein Trauma, über das ein Kind wahrscheinlich nicht freiwillig reden würde. Aber über die verschlüsselten Bilder des Märchens ist eine Konfrontation möglich. Die Bilder erzählen die Geschichte des Kindes, und doch ist es nicht das Kind selbst, dem das gerade passiert. Es kann über die Märchenfiguren reden, ihnen seine Empfindungen und Ängste in den Mund legen, ohne das Gefühl zu haben, zu viel von sich preiszugeben. Das Märchen wirkt wie ein Schutzschild. Deshalb ist es auch sehr wichtig, das Märchen nicht für ein Kind zu interpretieren, denn man würde ihm diesen Schutz wegreißen und es wäre seinen Schrecken ausgeliefert.

Interpretationen für die Eltern

Die nachfolgenden Märchen sind nicht für Kinder, sondern für Eltern und Erzieherinnen und Erzieher interpretiert. Märchen wirken auf der Ebene des Unbewussten und das Unbewusste versteht die Sprache der Symbole. Da Kinder zur Konfliktbewältigung neben der Konfrontation auf der unbewussten Bildebene auch die bewusste Auseinandersetzung brauchen, sollte der Erwachsene aus analytischer Sicht in das Märchengeschehen eingeweiht sein. So kann er dem Kind im Gespräch zielgerichtet antworten und helfend und erzieherisch einwirken. Hinzu kommt, dass der Erwachsene, der sein Kind an der Hand nehmen und durch eine schwierige Phase führen soll, in vielen Fällen selbst verunsichert ist, weil er nicht verstehen kann, was gerade mit dem Kind passiert, oder weil er sich an dem, was das Kind da durchmacht, irgendwie mitschuldig fühlt. Auch aus diesem Grund kann es hilfreich für ihn sein, die Märchen, die dem Kind zur Konfliktlösung angeboten werden, für sich selbst erst einmal analytisch zu betrachten, so wie ein befestigter Weg einem Menschen helfen kann, sich in der endlosen Weite einer eintönigen

Landschaft zurechtzufinden. Die Interpretationen sind also sozusagen ein Crashkurs für die Eltern – was sich Kinder Schritt für Schritt selbst erarbeiten, und zwar auf einer emotionalen Ebene, wird hier in kurzer und knapper Form theoretisch erörtert.

Diese Interpretationen sollten aber nicht an die Kinder weitergegeben werden. Wenn das Kind Fragen zur Handlung stellt und Sie bittet, ihm etwas zu dieser oder jener Figur zu erklären, können Sie das selbstverständlich tun, aber nur sehr vorsichtig und ansatzweise. Das Kind erlebt Märchen und die Bilder sind Wirklichkeit. Der Märchenheld zeigt ihm eine Art innere Ordnung, eine Moralität, an die es glauben, nach der es sich richten und auf die es vertrauen kann. Das Märchen wirkt durch sich selbst und die Botschaft wird ganzheitlich verstanden. Außerdem, und das ist sehr wichtig, lassen sich manche Wahrheiten nur im Schutz der Symbole ertragen, offen dargestellt wären sie für das Kind unaussprechbar oder sogar unerträglich.

Wenn das Kind sich mit einer Figur aus einem Märchen identifiziert, ist das ein unbewusster Vorgang. Die Figur übernimmt für das Kind einen Part, der ihm, würde es sich ganz bewusst darauf einlassen, viel zu gefährlich wäre.

Traum und Märchen

Während Träume Bilder sind, die aus unserem persönlichen Innersten, dem »individuellen Unbewussten«, kommen, sind Märchen Bilder, die sozusagen aus dem Innersten der Menschheit, dem »kollektiven Unbewussten«, stammen. Was Träume und Märchen verbindet, ist, dass sie wesentliche Aussagen über unsere Wünsche, Hoffnungen und Ängste machen, dass sie helfen, Probleme zu klären, Ängste zu bewältigen und Traumata zu verarbeiten. Weil die klare und direkte Aussage für einen Menschen oft unerträglich wäre, kleiden Träume ihre Mitteilungen in Symbole – auch das haben sie also gemein mit dem Märchen. Zwar kommen Märchentexte von außen, durch die Kraft der Vorstellung, aber weil sie Botschaften aus dem kollektiven Unbewussten sind, zählen sie trotzdem zu den inneren Bildern.

Märchen sind wie ein Zaubermantel, unter dem das Kind unsichtbar wird. Es kann nun die Märchenfigur für sich agieren lassen, kann sich hinter ihr verstecken und so aus einer sicheren Position heraus neue Erfahrungen machen.



Tagträume und innere Bilder können gezielt zur Gesundung der Seele eingesetzt werden. Träume ermöglichen es, unerträglich schreckliche Ereignisse im Schutz der Symbolik sozusagen aus einem Sicherheitsabstand zu betrachten.

Träume sind lebensnotwendig

Bei Versuchen mit Hunden haben Wissenschaftler festgestellt, dass sie sich, wenn sie konsequent am Träumen gehindert wurden, unnatürlich verhielten und sogar schon nach 10 oder 14 Tagen starben. Wohlgermerkt, man hat die Tiere schlafen lassen, aber immer wenn sie zu träumen anfangen, wurden sie geweckt. Für dieselben Versuche haben sich dann auch Menschen zur Verfügung gestellt, und als man sah, dass die Symptome, die sich bei ihnen im Anfangsstadium zeigten, mit denen der Hunde übereinstimmten, brach man die Versuche sofort ab, weil man auch hier befürchten musste, dass es zu Störungen kommen könnte.

Es steht also fest, dass Träume für die Psyche und damit auch für den Körper lebensnotwendig sind. Daraus resultiert logischerweise, dass das Unbewusste die Träume verstehen kann, obwohl sie symbolisch verschlüsselt sind.

Die Kraft der inneren Bilder

Dass innere Bilder wirken, hat also zum einen damit zu tun, dass sie, auch wenn sie symbolisch verschlüsselt sind, vom Unterbewusstsein verstanden werden.

In psychotherapeutischen Sitzungen erzählen Klienten immer wieder mittels Imaginationen etwas über ihre Probleme und können dann nicht erklären, was diese Bilder bedeuten. Innere Bilder wirken auch deshalb, weil reales Erleben und Vorstellung vom Unterbewusstsein nicht unterschieden werden können, da beide Informationen an derselben Stelle im Gehirn ankommen und verarbeitet werden.

Angenommen, Ihr Kind hat Angst, über eine Brücke zu gehen. Der einzige Weg, diese Angst zu überwinden, ist die Konfrontation. Das heißt, das Kind muss über die Brücke gehen, um sich von seiner Angst zu befreien. Gelingt es einem Therapeuten nun, es dazu zu bewegen, in der Vorstellung über eine Brücke zu gehen, hat das für sein Unterbewusstsein genau denselben Stellenwert, als wäre es tatsächlich über diese Brücke gegangen. Und wenn es das einige Male in der Vorstellung geübt hat, wird es auch die reale Brücke überqueren können. Auf dieser Basis funktioniert auch die innere Arbeit mit Märchen.



Märchen und andere innere Bilder wirken!

- ★ Sie ermöglichen es, unerträglich schreckliche Ereignisse im Schutz der Symbolik sozusagen aus einem Sicherheitsabstand nochmals zu erleben und zu verarbeiten.
- ★ Sie werden trotz symbolischer Verschlüsselung vom Unterbewusstsein verstanden.
- ★ Reales Erleben und Vorstellung können vom Unterbewusstsein nicht unterschieden werden.



Kleine Symbollehre

In der Märcheninterpretation ist die Bedeutung der Figuren mehr oder weniger festgelegt. So werden sich die meisten Kinder, wenn sie ein neues Märchen hören, wohl zuerst einmal mit dem Helden oder der Heldin identifizieren. Er oder sie zieht anstelle des Kindes los und bewältigt die vorgegebenen Aufgaben. Auch Prinzessin und Prinz stehen für das Kind, während König und Königin im Märchen als Eltern und Nebeltern fungieren. Auch Riesen, ob schrecklich, hilfreich oder dumm, symbolisieren im Allgemeinen die Eltern oder andere Erwachsene, manchmal allerdings wachsen sich die Kinder im Märchen selbst zum Riesen aus und müssen die Eltern beschützen. Darin spiegelt sich einerseits die kindliche Selbstüberschätzung wider, die oft dazu führt, sich die Schuld am Tod oder Weggehen eines Elternteils zu geben, andererseits lässt es aber auch das Bedürfnis erkennen, »größer und stärker« als die Eltern zu sein und sich mit ihnen messen, sie sogar einmal übertrumpfen zu können. Ebenso können Drachen als Eltern und andere Erwachsene gedeutet werden. Im Kampf mit ihnen lernen Kinder, sich abzunabeln und erwachsen zu werden.

Stiefeltern, böse Hexen oder böse Zauberer symbolisieren die ungeliebte und gefährliche Seite der Eltern und anderer Erwachsener. Teufel, graue Männchen und andere dunkle Wesen hingegen sind sogenannte Schattenfiguren oder unbewusste Teilpersönlichkeiten. Sie lassen sich als die dunklen Seiten in einem selbst deuten, als die Verführer, die inneren Widersacher. Die oder der weise Alte, Licht-

Goldmarie und Pechmarie, also Held und Antiheld, sind Archetypen für gegensätzliche Verhaltensmodelle. Sie handeln eindeutig moralisch richtig und falsch. An dem, was ihnen passiert, können Kinder erkennen, welche Folgen ihr Handeln hat.



Sprache wird von kleinen Kindern in ihrer Bedeutung eher über das Gefühl erfasst als intellektuell verstanden. Der Ton der Stimme, die Körperhaltung des Erzählers, der lautmalerische Klang der Wörter vermitteln, worum es an dieser Stelle des Märchens geht.

gestalten, sprechende Tiere und andere Helferfiguren sind als Gegenteil zu werten. Man könnte sie als das Selbst, das göttliche Ich, als Schutzengel oder auch als die guten Eltern sehen, die oft im allerletzten Moment in verwandelter Form (zum Beispiel als Tier) doch noch eingreifen und das Kind vor dem Schlimmsten bewahren.

Bleibt noch der Wald als Symbol des Unbewussten. Dort passieren immer die Dinge, die dem Märchenhelden noch fremd sind und erst erfahren werden müssen.

Den Text mit Leben erfüllen

Märchen, die einfach heruntergerasselt werden, sind Texte ohne Inhalt. Erst der Erzähler gibt den Worten Farbe, er haucht ihnen sozusagen das Leben ein. Damit der Erzähler dies kann, muss er selbst ein Verhältnis zu dem haben, was er vorträgt. Er sollte also Märchen, die er dem Kind vorträgt – besonders wenn er sie aus erzieherischen Gründen gezielt einsetzen möchte –, grundsätzlich vorher schon einmal gelesen, sich Gedanken dazu gemacht und sich mit ihrer Deutung befasst haben. Sollen Märchen wirken, muss der Erzähler sie auch ernst nehmen, ihnen die Kraft und Weisheit zutrauen, die er durch sie an das Kind weitergeben möchte. Es sind ja gar nicht so sehr die Wörter, die beim Kind ankommen, sondern vielmehr die Bilder, die diese Wörter zeichnen, und die Überzeugungen und Empfindungen, die beim Erzählen mitschwingen.

Die Sprache im Märchen

Oft wird von Eltern kritisiert, dass viele Märchen für kleinere Kinder vom Sprachgebrauch her nicht zu verstehen sind. Dies mag hie und da zutreffen, im Allgemeinen aber nicht. Kinder sollen sich ja auch sprachlich weiterentwickeln und können dies nur, wenn sie gefordert werden. Neue Wörter wecken ihr Interesse, der Reichtum der Sprache beflügelt ihre Fantasie. Außerdem verstehen Kinder Märchen nicht nur über ihre bildlichen Inhalte, sondern auch über Redewendungen oder Begriffe. Wenn ein Dreijähriger seinem 15-jährigen Bruder nachplappert: »Das find ich irre geil!«, dann hat er bestimmt die einzelnen Wörter nicht verstanden, wohl aber, dass der ältere Bruder etwas gut findet.

So werden Kinder beeinflusst

Die menschliche Entwicklung – ob psychisch oder physisch – ist ein Prozess ständiger Veränderungen, und zwar vom Moment der Zeugung bis hin zum Tod. Meist verläuft die Entwicklung allmählich oder in sanften Schüben, seltener in abrupten Stößen.

Die Verhaltensentwicklung steht eng im Zusammenhang mit der Entwicklung des Körpers und den sich steigernden Möglichkeiten zu lernen, zu üben, Erfahrungen zu machen. Die Zeit, in der menschliche Entwicklung am intensivsten wahrzunehmen ist, ist während der Wachstumsphase, und hier speziell im Mutterleib, kurz nach der Geburt und vor der Pubertät.

Natürlich gibt es ganz individuelle Unterschiede im Entwicklungstempo. Sie können gravierende psychologische Folgen für einen Menschen haben, die sich nicht selten noch weit ins Erwachsenenalter hinein zeigen.

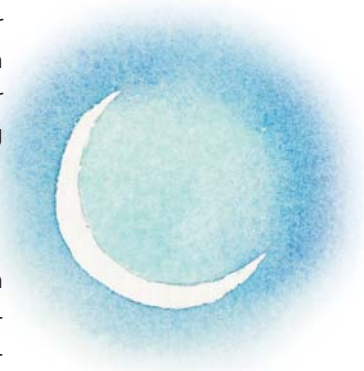
Die Frage nach den Auswirkungen der Erbanlagen beziehungsweise den Einflüssen durch die Umwelt im kindlichen Entwicklungsprozess beschäftigt Eltern immer wieder. Oft steckt dahinter die Frage, ob »bei schlechten Erbanlagen alles verloren ist«, oder aber ein Versuch, die Verantwortung auf schlechte Umwelteinflüsse abschieben zu können, wenn man in der Erziehung Probleme hat.

Früher haben Psychologen den Erbanlagen einen hohen Stellenwert zugeschrieben, inzwischen weiß man allerdings, dass der Entwicklungsprozess eines Menschen durch ein ständiges Wechselspiel von ererbten und erlernten Kräften gekennzeichnet ist und dass sogar Intelligenz bis zu einem gewissen Grad trainiert werden kann. Im Normalfall stehen also Erbanlagen und Umwelteinflüsse in ständiger Wechselwirkung und ein Eingreifen in die psychische Entwicklung eines Kindes durch Erziehung ist daher immer möglich.

Kinder brauchen Nebenerlern

Ein Ehepaar lebt mit nur einem oder zwei Kindern in einer kleinen Wohnung weit abseits von anderen Verwandten – das ist heutzutage die Regel. Jeder ist ganz auf sich selbst gestellt, die Verantwortung für die Kinder liegt im günstigsten Fall bei beiden Eltern teilen, oft aber auch nur bei einem Alleinerzieher. Kinder brauchen

Kleine Kinder brauchen besonders viel Liebe und Zuwendung. Das heißt aber nicht, dass diese Zuwendung einzig und alleine die biologischen Eltern geben können. Eine liebevolle Oma, Tagesmutter oder ein Onkel kann mithelfen, »das Maß zu füllen«.





Angeline Bauer

Heilende Märchen

Geschichten, die Kinder stark machen. Märchen gegen Kinderängste und -sorgen, damit das Selbstbewusstsein wächst

Gebundenes Buch, Pappband, 208 Seiten, 17,0 x 23,5 cm
ISBN: 978-3-517-09255-3

Südwest

Erscheinungstermin: Oktober 2015

Märchen für die Seele

Kinder lieben Märchen! Voller Spannung tauchen sie in die Fantasiewelten ein und erleben das Geschehen mit den Figuren. Denn Märchen sind nicht einfach nur nette Gutenachtgeschichten, es steckt viel mehr hinter den von Generation zu Generation weitergereichten Erzählungen: Märchen und Mythen sind die Geschichten der Menschheit und erzählen aus dem Leben. Durch die Kraft der inneren Bilder, die beim Vorlesen dieses Buches entstehen, bewältigen Kinder Konflikte leichter. Damit Sie genau wissen, welche Geschichten für welche Probleme geeignet sind, hat Angeline Bauer Märchen zu unterschiedlichsten Themen zusammengestellt, die Kinder beschäftigen. Dabei geht es um Mut, Aufrichtigkeit, Konzentration, Ehrlichkeit, Vertrauen. So erhalten Kinder Selbstvertrauen und werden stark fürs Leben.