



KIB Zwickau

Kontakt- und Informationsbüro für präventive Kinder- und Jugendarbeit

Makarenkostraße 40 • 08066 Zwickau

Tel: 0375 430 99 123 • Fax: 0375 430 99 124 • Mail: mail@kib-zwickau.de • Web: www.kib-zwickau.de

Sprechzeiten: Dienstag 12 – 18 Uhr; Donnerstag 13 – 16 Uhr; Freitag 09 – 12 Uhr und nach Vereinbarung.

Es war schon immer...

Das Märchen als Methode in der Suchtprävention

Märchen sind so alt wie die Menschheit selbst. „Es war einmal...“, so beginnt der Zauberspruch (Barten, 2002), um eine ganze Zuhörerschaft in eine andere Welt zu versetzen. Kein Wunder (oder doch ein Wunder?), dass plötzlich die Augen leuchten und die Herzen erglühen, wenn alle mit dem Helden mitfiebern. Allein für diese kurze Reise in eine bunte Fantasiewelt lohnt es sich, das Märchen wiederzuentdecken. Aber Märchen können noch so viel mehr bewirken.

„Die Sprache, die das Märchen spricht, ist dieselbe Sprache wie die des Traums. Es ist die Sprache der Seele eines jeden Menschen. Deshalb sprechen Märchenbilder grundsätzlich jeden – unverbildeten Menschen an.“ (Wehr, 1995, S. 100)

Das erklärt sich daraus, dass Märchen in einer Symbol- bzw. Bildersprache sprechen. Damit sind nicht nur Menschen, Tiere, Zauberwesen gemeint, sondern auch die Handlung, der Entwicklungsprozess selbst. Unsere Psyche enthält einen wahren Schatz an solchen Bildern, der nur entdeckt und „gehoben“ werden muss. (Kast, 2001, S. 13)

Oft genug aber empfinden wir uns nicht gerade als reich begabt oder lebensfroh, da wir uns der unausschöpflichen Reichtümer unserer Seele einfach nicht bewusst sind. (Wehr, 1995, S. 98)

Die Wiedererzählung eines Märchens bringt die Bilder in der Psyche in Bewegung. Dort, wo das Märchen den Zuhörer anspricht, ihn besonders bewegt, wird er emotional betroffener. Zugleich werden eigene (aktuelle) Probleme in die Handlung des Märchens hineingestellt. Die Konfliktlösung vermittelt so die Hoffnung auf und die Fantasie für eine Veränderung. (Kast, 2001, S. 14)

Bereits in der traditionellen Hindu-Medizin wurde diese „therapeutische“ Seite des Märchens genutzt. Psychisch kranken Menschen wurde ein Märchen zur Meditation empfohlen, das ihr eigenes Problem verkörperte. (Bettelheim, 2001, S. 33)

Auch ein Kind kann durch ein Märchen lernen, Unsicherheit auszuhalten, ein Bild für eine unbewusste Angst zu erhalten; sieht vielleicht sogar seine innersten Gefühle dargestellt. Die Angst hat nun einen Namen erhalten, und es wird dadurch dem Kind und seiner Umgebung möglich, darauf einzugehen. Des Weiteren bekommt es mit den symbolischen Bildern und Entwicklungsprozessen eine noch unbewusst wahrgenommene Botschaft mit auf den Lebensweg: „Auch wenn es einmal schwer und gefährlich wird für mich, gibt es einen Weg zur Erlösung.“ Das stärkt und gibt Vertrauen ins Leben. (Hilty, 1996, S. 23)

Drogen / Suchtmittel und Süchte werden im Märchen nicht direkt angesprochen. Mitunter aber zeigen die Märchenfiguren Verhaltensweisen, an denen das Entstehen und die Erscheinungsformen von Süchten recht anschaulich erklärt werden können.

So enthält das Märchen Vom Fischer und seiner Frau (Grimm) Züge von Konsum- oder Geltungssucht. Auch gibt es im Schwank-Märchen Männer, welche einige Fässer Wein in einem Zug leeren oder hundert Brote essen. Von Magenbeschwerden oder einem Rausch danach ist allerdings nicht die Rede.

Oberflächlich gesehen erscheinen manche Heldinnen als arbeitssüchtig. Sie Spinnen oder nähen sieben Jahre lang (Die wilden Schwäne / Andersen), arbeiten ohne aufzubegehren, von morgens früh bis abends spät für die anderen (Aschenputtel, die Goldmarie in Frau Holle / Grimm). (Hilty, 1996, S. 19)

Andere Märchenfiguren werden vor schier unlösbare, unmenschliche Aufgaben gestellt. Wer aber hatte wohl noch nie das Gefühl, einen ganzen Berg (Arbeit) abzutragen?!

Wir alle erleben Zeiten, wo die Sehnsucht nach einem erfüllten Leben stark wird, die Kraft für die Auseinandersetzung mit den unangenehmen Dingen im Leben fehlt oder vielleicht sogar die Selbstachtung schwindet. In solchen Zeiten suchen wir vielleicht einen neuen Weg und hoffen auf Erlösung von seelischer Not. Auf dieser Suche begegnen die einen vielleicht der „weisen Frau“, andere geraten hingegen in den Machtbereich des „Dämons“. Sie konsumieren z.B. Suchtmittel und

werden davon abhängig, weil diese ihnen vermeintlich rasche Beruhigung und / oder Glücksgefühle verschaffen können.

Ist ein Mensch süchtig, wird sein Verhalten von seiner Sucht bestimmt. Die Befriedigung der Sucht ist der Maßstab geworden für die Beziehungen zu den Mitmenschen, für den Tagesablauf, für die Gedanken und Gefühle. Ein „Dämon“ hat von dem Menschen Besitz ergriffen, der nun die Regeln für ein neues Leben diktiert. Auch Märchen können solche dämonischen Figuren enthalten, welche die Macht der Sucht symbolisieren. Manchmal erliegen die Heldinnen und Helden der zerstörerischen Macht, andere aber bleiben von ihr verschont, weil sie wachsam sind und sich klug verhalten. Manchmal bekommen sie auch Hilfe von Tieren oder einer weisen Frau. (Hilty, 1996, S. 21)

In dem Märchen Die beiden Goldkinder (aus Siebenbürgen) verkörpert die Köchin die verführerische Macht, die sich gegen den König richtet. Seine Entwicklungsaufgabe besteht darin, sich auf seine Fähigkeiten zu besinnen und die zerstörerischen Impulse der Hexe als solche zu erkennen. Die Wandlungen der Kinder – vom Apfelbaum über den Feuertod bis hin zur ursprünglichen Gestalt – stehen gleichsam für den Verlauf einer Suchterkrankung. So mancher Suchtkranke würde in der Erzählung seine eigene Krankheitsgeschichte, seine eigenen Wandlungen wieder entdecken, z.B. das Gefühl „durchs Feuer zu müssen“ oder „erstarrt“ zu sein. (Hilty, 1996, S. 173 f)

Gerade diese wunderbaren Wandlungen, wie sie auch Die beiden Goldkinder durchleben, können dem Zuhörer Mut für eigene schöpferische Veränderungen geben. (Kast, 1996, S. 15 f)

Märchen berichten auch darüber, dass die Konfrontation mit dem „Bösen“ zum Leben dazu gehört. Es kann keine ausschließlich gute Welt geben. Der Bösewicht ist dabei allerdings nicht als rein negative Figur zu werten, sondern als derjenige, der das Gleichgewicht der kosmischen Ordnung wieder herstellt.

So möchte der König seiner Tochter Dornröschen (Grimm) das vorbestimmte Schicksal ersparen und lässt alle Spindeln im Land verbrennen. Aber die Schicksalsfrau spinnt weiter in ihrem Kämmerlein. Und als das unvorbereitete Mädchen der Schicksalsfrau begegnet, verfällt es in einen tiefen und langen Schlaf und wacht nach 100 Jahren wieder auf. (Hilty, 1996, S. 125)

Im Märchen Der Fundevogel (Grimm) werden die Kinder gar von der „köchinnenhaften“ materiellen Verwöhnungshaltung der Mutter erdrückt. Ablösungsprozesse gestalten sich durch solch eine Konstellation überaus schwierig. (Drewermann, 1992, S. 322)

Im Märchen Rapunzel (Grimm) glaubte die Hexe ihr Kind im Turm vor der Welt geschützt. Aber als sie erfährt, dass ihre Tochter einen Mann liebt, ist sie zutiefst gekränkt und verstößt sie.

Wie diese Märcheneltern wollen alle Eltern immer das Beste für ihr Kind. Und trotzdem kann es geschehen, dass es sich in ihren Augen ungut entwickelt. Die Märchen erzählen davon, dass es eine Veränderung geben wird, dass man das Kind nicht vor fremden Einflüssen – guten wie schlechten – behüten kann. (Hilty, 1996, S. 125)

In anderen Märchen ist es die Neugierde, die den Held in Schwierigkeiten oder gar ins Verderben stürzt. So wird in Frau Trude (Grimm) das Mädchen wie magisch angezogen, ihre Neugierde ist größer als ihre Angst. Neugierde verbindet uns mit dem Leben. Angst ist ein Signal, eine Warnung, die ernst genommen werden will und uns veranlassen soll, innezuhalten und die Folgen zu bedenken. (Hilty, 1996, S. 94)

Häufig wird die Neugier als Motiv für den Drogenkonsum genannt. Neugier und Hoffnung, Hoffnung auf Veränderungen, auf etwas Intensiveres, etwas Schöneres – einfach etwas anderes als der graue Alltag. Warnungen aus dem Freundeskreis, Warnsignale des eigenen Körpers werden nicht ernst oder gar nicht wahrgenommen. Die Neugierde auf etwas Neues, nicht Alltägliches kann auf diese Weise zum Verhängnis werden.

Fast zum Verhängnis wird der Müllerstochter die Indienstnahme des Rumpelstilzchens (Grimm). Sehr spät erst erkennt sie, dass, wer immer solche dienstbaren Geister in Anspruch nimmt, einen hohen Preis dafür bezahlen muss. (Wehr, 1995, S. 101)

Drogen mögen viel versprechen, können vielleicht sogar eine kurzfristige Lösung sein, wie auch das Rumpelstilzchen, aber der Konsument darf seine Augen nicht vor den Risiken eines solchen Verhaltens verschließen. Diese Erkenntnis wird früher oder später jeden Risikokonsumenten einholen, oftmals leider zu spät.

Deshalb liegt in der Drogenprävention auch nicht der Schwerpunkt in der Wissensvermittlung über Drogen, sondern vielmehr bei den Gefühlen der jungen Menschen. Dazu gehört natürlich auch, dass die Erwachsenen mit gutem Vorbild voran gehen und im Sinne Erich Fromms Sein vor Haben stellen. Das große Ziel ist es, dass die Heranwachsenden ein positives Eigenbild entwickeln sowie die Fähigkeit zu genießen und sich selbst zu lieben: (Barten, 2002)

„In Anlehnung an das Märchen Von einem, der auszog, das Fürchten zu lernen müssen junge Menschen in die Welt ziehen, um sich die Welt zu erobern. Dazu gehört, es fürchten zu lernen. Gemeint ist zweierlei: (Im einen Fall) bedeutet das Fürchten lernen, Bewältigungsstrategien im Umgang mit ängstigenden Lebenssituationen zu entwickeln. (...) In einem zweiten Sinne bedeutet das Fürchten lernen, Achtung und Respekt zu erwerben. Achtung vor dem einzigartigen Wert des Lebens verhindert allzu gedankenloses oder risikoreiches ‚Spielen‘ mit dem eigenen, endlichen Leben. (...) Respekt vor der Schöpfung, vor seinen Mitmenschen und vor allem auch vor dem eigenen menschlichen Wesen zu entwickeln, ist ein paralleler innerer Entwicklungsprozess, der zu einem stabilen Selbstwertgefühl führt. Sich selbst als wertvollen Menschen zu begreifen, ist der beste Schutz vor selbstverächtlichem oder gar selbstschädigendem Verhalten, wie es massiver Drogengebrauch darstellt. Das Fürchten in jenem reifungsfördernden Sinne lernen heranwachsende Menschen nur, wenn sie mit Lebenszuversicht in die Welt gehen.“
(Kuntz, 2002, S. 214 f)

Verwendete Literatur:

Heike Barten / "Es war einmal". Programmankündigung Märchenseminar. Vortrag auf der Fachtagung "Kompetenzprofil: Jugendarbeit" der AGJF e.V., Hohenstein 2002
siehe auch Reader zur Fortbildung (Ausleihbar im KIB, Signatur: P Allg 002)

Bruno Bettelheim / Kinder brauchen Märchen
Deutscher Taschenbuchverlag ²³2001, München (Erstausgabe von 1975).
Ausleihbar im KIB, Signatur: P A-Z Mär/Fab 006

Eugen Drewermann / Rapunzel, Rapunzel, laß dein Haar herunter. / Grimms Märchen tiefenpsychologisch gedeutet.
Deutscher Taschenbuchverlag 1992, München
Ausleihbar im KIB, Signatur: P A-Z Mär/Fab 004

Verena Kast / Liebe im Märchen./ Vom gelingenden Leben. Märcheninterpretationen.
Königs Furt Verlag 2001, Krumwisch bei Kiel
Ausleihbar im KIB, Signatur: P A-Z Mär/Fab 005

Verena Kast / Sich wandeln und sich neu entdecken /
Herder Verlag 1996, Freiburg
Ausleihbar im KIB, Signatur: P A-Z Mär/Fab 010

Helmut Kuntz / Cannabis ist immer anders /
Beltz Taschenbuch 2002, Weinheim und Basel
Ausleihbar im KIB, Signatur: D A-Z Cann 005

Elisa Hilty / Rotkäppchens Schwester / Elf Märchen zur Suchtprävention
Zytglogge 1996, Gümlingen
Ausleihbar im KIB, Signatur: P A-Z Mär/Fab 003

Gerhard Wehr / Selbsterfahrung mit C. G. Jung / Die Entdeckung des eigenen Ich
Herder Verlag 1995, Freiburg