



Märchen sollte man frei und mit Blickkontakt zum Kind erzählen. Brigitt Oplatka ist Profi darin: Sie ist ausgebildete Märchenerzählerin.

Melanie Duchene

Märchen bereiten aufs Leben vor

MÄRCHEN In den 1970er-Jahren fand man Märchen zu grausam, um sie Kindern zuzumuten. Heute erzählt man sie wieder. Die Märchenerzählerin Brigitt Oplatka setzt die Geschichten sogar therapeutisch ein.

Die Hexe will Hänsel essen, dem schlafenden Wolf wird der Bauch aufgeschlitzt – klassische Märchen sind ganz schön brutal. Kann man diese Grausamkeiten einem zarten Kind zumuten?

Brigitt Oplatka: Märchen sind ehrlich, sie zeigen, dass das Leben auch Schattenseiten hat. Ein Kind profitiert in seiner Entwicklung, wenn man sich nicht scheut, dies offen zu benennen. Das Kind ist besser auf das Leben vorbereitet, wenn es weiss, dass es Übergangssituationen gibt, die mit Ängsten verbunden sind, dass es Neider gibt oder den Tod.

Wird ein Kind durch ein brutales Märchen nicht traumatisiert?

TIPPS

So erzählt man Kindern Märchen

Erzählt man einem Kind ein Märchen, stärkt man die Beziehung. Man zeigt dem Kind: Ich gehe mit dir zusammen durch all die Schwierigkeiten. Eltern sollten ihren Kindern aber nur Märchen erzählen, die ihnen selbst gefallen – sonst können sie die Geschichte nicht richtig überbringen. Beim Erzählen ist der Blickkontakt wichtig. Deshalb sitzt man dem Kind gegenüber und erzählt frei. Man darf in seinen eigenen Worten erzählen, sollte die Geschichte aber nicht ausschmücken und die Symbolik beibehalten. Märchenbilderbücher sind nicht so gut geeignet, denn das Ziel eines Märchens ist es, dass sich das Kind seine eigenen inneren Bilder macht. Zudem können detaillierte Darstellungen ein Kind viel mehr erschrecken als Worte. *sat*

«Kinder erfassen die Symbolik eines Märchens intuitiv.»

Brigitt Oplatka, Märchenerzählerin

Das Märchen benennt zwar eine schwierige Situation, doch es zeigt vor allem auf, wie man damit umgehen kann. Die Beschreibung der Grausamkeiten bleibt in Märchen immer kurz und neutral, es kommen kaum Eigenschaftswörter vor. Würde man diese Szenen ausschmücken, würde man also detailliert beschreiben, wie das Blut beim Aufschneiden des Wolfs spritzt, dann könnte die Erzählung tatsächlich schädlich sein für das Kind. Am Schluss gehen Märchen zudem fast immer gut aus. Bevor ich ein Märchen erzähle, betone ich manchmal, dass ich dafür sorgen werde, dass es gut ausgeht.

Im echten Leben geht allerdings nicht alles gut aus.

Ja, aber wenn man selbst in einer schwierigen Situation steckt, kann einem das Märchen helfen, eine Lösung zu finden.

Wie das?

Kinder identifizieren sich mit den Helden im Märchen, die handeln und eine Lösung finden. Das gibt ihnen das Vertrauen, selber zu handeln. Das Gehirn kann nicht unterscheiden zwischen dem, was man selbst erlebt hat, und einem Bild, das man sich nur vorgestellt hat. Kinder erfassen die bildhafte Symbolik eines Märchens intuitiv und nehmen genau das mit, was sie in der momentanen Lebenssituation brauchen.

Was ist das Charakteristische eines Märchens im Vergleich zu einer anderen Geschichte?

Märchen sind keine konstruierten Geschichten, die am Schreibtisch eines Autors entstanden sind, sondern sie sind gewachsen aus dem Volk und wurden über lange Zeit mündlich weitergegeben. In Märchen geht es um universelle Themen wie Ablösung, Konflikte in der Familie oder den Umgang mit Alter und Tod. Die Geschichten haben eine klare

Struktur. Am Anfang stehen Mangel, Ohnmacht und Isolation, am Ende Reichtum, Handlungsfähigkeit und Verbundenheit. Die Figuren, die in Märchen vorkommen, bleiben schemenhaft. Sie sind entweder gut oder böse – aber nichts dazwischen. Im Märchen muss das Böse überwunden werden, sodass auf einer reiferen Stufe Harmonie und Sicherheit wiederhergestellt sind. Sie arbeiten auch therapeutisch mit Märchen. Inwiefern können

BEISPIEL

Die Symbolik in «Hänsel und Gretel»

Es gibt viele Interpretationsmöglichkeiten von Märchen. Brigitt Oplatka erklärt anhand des Grimm-Märchens «Hänsel und Gretel», wie die Symbolik in Märchen verstanden werden kann.

Geschichte: Hänsel und Gretel sollen weg von Vater und Mutter, weil es zu wenig Essen gibt.

Interpretation: Am Anfang eines Märchens steht immer ein Mangel. Hier geht es weniger um materielle Armut als um seelische Not. Das Kind leidet, weil es kein Baby mehr ist und die Mutter sich ihm nicht mehr ständig zuwendet. Deshalb wird sie aus Sicht des Kindes zur bösen Mutter, die das Kind weg-schickt. Es geht in «Hänsel und Gretel» um Ablösung, wie sie Kinder zum Beispiel beim Eintritt in den Kindergarten erleben. Die Mutter-Kind-Symbiose muss überwunden werden.

Geschichte: Nachdem die Eltern die Kinder alleine im Wald zurückgelassen haben, kommen Vögel, fressen die Brotspur auf, und eine weisse Taube weist ihnen den Weg.

Interpretation: Die Kinder können nicht mehr zurück, sie müssen sich weiterentwickeln. Die Vögel helfen ihnen dabei.

Geschichte: Hänsel und Gretel kommen zum Lebkuchenhäus-

chen. Die Hexe sperrt Hänsel ein und beginnt, ihn zu mästen.

Interpretation: Das Häuschen kann man als Muttersymbol sehen: Hier gibt es alles, man ist rundum versorgt. Doch weil das nicht mehr dem Entwicklungsstand des Kindes entspricht, wird das Paradies zum Gefängnis. Die böse Hexe dient zudem als Projektionsfläche für archetypische kindliche Angstfantasien.

Geschichte: Gretel stösst die Hexe in den Ofen.

Interpretation: Das ist der Wendepunkt: Gretel besiegt die Ohnmacht und kommt ins Handeln. Im Feuer wird das Böse unschädlich gemacht.

Geschichte: Die Kinder finden einen Schatz.

Interpretation: Aus dem Mangel am Anfang ist Reichtum geworden. Die Kinder sind nun reich an Erfahrungen.

Geschichte: Hänsel und Gretel finden dank einer Ente, die sie über einen Fluss trägt, nach Hause, wo nur noch der Vater lebt. Alle sind glücklich.

Interpretation: Das Wasser symbolisiert den Übergang zu einer reiferen Entwicklungsstufe, und der bedrohliche Mutteraspekt ist überwunden. Aus der Isolation am Anfang ist Verbundenheit geworden. *sat*

Märchen heilen?

Märchen appellieren an die Selbstheilungskräfte. Sie stärken das Selbstvertrauen und machen belastbarer. Da ein Märchen ohne viele Beschreibungen auskommt, lässt es Raum für Projektionen. In den Geschichten geht es darum, wie der Held oder die Heldin zu seinen oder ihren Ressourcen kommt. Dieser Frage geht man auch in einer Therapie nach.

Wann kann man damit beginnen, einem Kind Märchen zu erzählen?

Bei Kleinkindern kann man mit Versen und Fingerspielen beginnen. Da geht es ums gleiche Prinzip wie bei den Märchen: Sagt man: «Es chunnt en Bär vo Konstanz her», hat das Kind vielleicht ein bisschen Angst. Aber es lernt, diese zu überwinden. Für kleine Kinder ist das Böse einfacher in Tier- als in Menschenfiguren zu fassen. Etwa ab dem Kindergartenalter kann man einfachere Märchen erzählen. Man muss sich immer fragen, wo das Kind steht, was seine Interessen und momentanen Lebensthemen sind. Wenn man auf die Zeichen des Kindes achtet, kann man allerdings nicht viel falsch machen: Ist ein Kind noch nicht bereit für eine Geschichte, wird es einem das zeigen. Ich erzähle ein Märchen sowieso je nach Kind etwas unterschiedlich.

Was machen Sie anders?

Ich bin im Blickkontakt mit dem Kind und merke, was es aufnimmt und was nicht. Erzähle ich zum Beispiel «Mascha und der Bär», dann sehe ich im Gesicht des Kindes, ob der Bär etwas gefährlicher sein darf oder ob ich ihn eher harmlos darstellen soll. Das Kind sollte sich am Schluss als Sieger über den Bösewicht fühlen können.

Interview: Seraina Sattler

* Brigitt Oplatka ist professionelle Märchenerzählerin und hat in Winterthur eine Praxis für Figurenspieltherapie. Sie ist Dozentin an der Höheren Fachschule Figurenspieltherapie in Olten.

Spielplatz



Zügeln mit der Kinderschar

Meine letzte Züglete ist zwölf Jahre her. Meine Frau (damals noch Freundin) und ich beschlossen damals, unsere Haushalte zusammenzulegen. Jeder brachte ein paar Möbel, seine Kleider und einige weitere Utensilien mit. Die Züglete war ein Klacks, wir waren im Nu fertig. Vor kurzem sind wir wieder umgezogen. Doch diesmal lief die Sache ganz anders ab. Wir sind mittlerweile nicht mehr zu zweit, sondern zu fünf. Logische Konsequenz: Mit jedem Kind hatte unser Haushalt an Grösse und Umfang zugelegt.

Angefangen hatten wir bereits vor Wochen. Kartonschachteln organisieren, altes Zeug ent-rümpeln, Adressänderungen vorbereiten, Umzugshelfer organisieren, Zügelwagen mieten, Putzdienst anwerben, Löcher stopfen und so weiter und so weiter. Wir waren super organisiert. Aber dann kam das Unvorhersehbare ins Spiel. Zuerst rauschte eine hartnäckige Erkältungswelle durch die Familie. Das warf uns zurück. Es folgten Entsorgung und Einpackerei – nach und nach, Kiste um Kiste. Und hey: Mit Kindern ist das eine Herausforderung! Beispiel gefällig? Wenn ich etwas verstaute, packte es meine Kleinste hinter meinem Rücken jedes Mal wieder aus. Es entbrannten heftige Kämpfe um jede noch so kaputte Barbiepuppe, die wir entsorgen wollten, die Kinder aber mit ihrem Leben verteidigten.

Am Umzugstermin hatten meine Frau und ich unsere Lehren aus diesen Kämpfen gezogen – und die Kinder zu den Grosseltern in die Ferien geschickt.

Martin Steinegger

Buch Tipp

Kochen wie die sieben Zwerge



Luises Märchenküche
Louise Bucher, Weber-Verlag, 112 Seiten, 2016, ca. 40 Fr.

Schneewittchen hat von den sieben Tellerchen der Zwerge gegessen – doch was wohl? Vielleicht Kartoffelsalat und Kuchen! In «Luises Märchenküche» findet man jedenfalls Rezepte für «Der sieben Zwerge liebste Kräutersauce» (passt zu Kartoffelsalat) und «Schneewittchens Johannis-Himbeer-Kokos-Kuchen». Insgesamt 80 weihnachtliche Rezepte hat die Märchenerzählerin und Hobbyköchin Louise Bucher zusammengetragen und verfeinert. Das verspielte Kochbuch bietet einen ungewöhnlichen Zugang zu einfachen, währschaften Gerichten. Wie heisst es so schön: «Zaubere selbst, probier es aus, koch den feinen Königsschmaus!» *sat*