

## **Märchen und Geschichten in Psychotherapie und Beratung**

**Elvira Muffler**

Vortrag im Rahmen der 5. Wandlitzer Tagung Psychoonkologie, 24.09.2017

Die Kommunikation mittels Metaphern, insbesondere in Form von Geschichten und Märchen, sind elementarer Bestandteil des Mitteilens zwischen Menschen und auch im inneren Selbstgespräch eines Menschen mit sich selbst. In der Ericksonischen Hypnotherapie und der hypnosystemischen Kommunikation machen wir uns deren komplexe Wirkung zunutze, wir *utilisieren* die Impulse, die von Geschichten und Märchen ausgehen für die Entwicklungswünsche unserer Klienten. Nur, was geschieht dabei eigentlich?

Lassen Sie mich eine kleine Geschichte erzählen.

Ein Mensch ist geprägt von seiner ganz eigenen Geschichte. Eine Geschichte ist etwas Geschichtetes, wie das Wort uns schon anzeigt. Und bei etwas Geschichtetem stelle ich mir beispielsweise eine Lasagne vor. Ich könnte also dieser Metapher folgend sagen: Ein Mensch ist eine Lasagne! Diese sind natürlich sehr unterschiedlich. Mal klassisch, mal mit Gemüse, mal mit Linsen oder auch süß gefüllt, nicht selten sind sie sogar eine Mischung aus all diesem oder auch noch ganz anderes. Während wir uns unterhalten – etwa in der Käse-Bechamelschicht – ergibt es sich manchmal, dass ein Impuls eine tieferliegende Schicht berührt und in Schwingung versetzt. Das kann einmal mehr oder auch einmal weniger angenehm sein. Hier im Saal befinden sich also so und so viele Lasagnen, die in den letzten Tagen und heute bei den Vorträgen an ganz unterschiedlichen Stellen und in sehr unterschiedlicher Weise Resonanz in ihren Schichten erfahren haben. Schwingen Sie ruhig ganz nach Belieben wie Sie wollen!

Der Resonanz erzeugende Impuls muss nicht unbedingt durch ein Wort eines anderen Menschen geschehen, er kann auch erfolgen durch ein Bild, einen Gedanken, eine Melodie oder durch vieles andere mehr. In jedem Fall wird etwas berührt in tieferen Schichten. Die Vorstellung der „Tiefe“ für besonders „echte“, „wahre“ oder „wichtige“ Empfindungen, die zur Instanz des „Unbewussten“ führt, ist ihrerseits ebenfalls eine Metapher. „Oben“ gilt eher als „oberflächlich“, tief „unten“ ist das „gehaltvollere, das Wahrhaftige, das wahre Wissen“. In der Hypnotherapie können wir dies *utilisieren* als die „Weisheit des Unbewussten“. Einige Kollegen und Kolleginnen gehen mit diesem Konstrukt eher dehypnotisierend um, so sagt zum Beispiel Gunther Schmidt gerne mal „Wenn Sie Ihr Unbewusstes treffen, grüßen Sie es sehr herzlich von mir!“. So wie es jedem von uns liegt und so wie es für unser Gegenüber besser passt. Die Tiefenmetapher erfährt in der Geschichte von der Prinzessin auf der Erbse ein Reframing. In dieser Geschichte steht im Vordergrund, dass die Hypersensibilität und der Komfortanspruch die „echte Prinzessin“ zu erkennen gibt, die eine Erbse auch durch 20 Matratzen schmerzhaft spüren kann.

Geschichten eignen sich besonders, um indirekt zu arbeiten und Suchprozesse auszulösen. In Verbindung mit entsprechenden Suggestionen lenken wir diese Suche hin zu den

Ressourcen, zu hilfreichen Aspekten oder Perspektiven. Wir nutzen *die* Seite der Ambivalenz, die sich erhofft, dass etwas besser wird, dass beispielsweise Ruhe, Frieden und Zuversicht Raum bekommen. Geschichten können heilsame Wirkung entfalten.

Die berühmteste Überlieferung einer narrativen Therapie ist die Geschichtensammlung aus 1001 Nacht. Vielleicht kennen einige von Ihnen die Rahmengeschichte der Sammlung aus dem Persischen. Der König geht auf die Jagd, kommt früher zurück und überrascht seine Frau, als sie ihn mit seinem Bruder betrügt. Er lässt sie hinrichten, seinen Bruder vermutlich auch und von da an ist er erfüllt von Misstrauen. Er heiratet immer wieder einmal eine Jungfrau aus seinem Reich und nach den Feierlichkeiten, die lange, ich meine Wochen lang, dauern, lässt er sie hinrichten, um ihre Treue sicher zu stellen. Hier ließen sich aus unserer heutigen Perspektive sicher einige schwere Störungen diagnostizieren. Darum soll es aber an dieser Stelle nicht gehen. Irgendwann werden die Jungfrauen im Königreich knapp, es gibt noch genau zwei, die beiden Töchter des Großwesirs, der die Hochzeiten für den König jeweils arrangierte. Die ältere der beiden, Scheherazade, sagt ihrem Vater, sie wolle den König heiraten. Alle seine Versuche, sie umzustimmen, fruchten nicht, sie besteht darauf und er muss die Hochzeit arrangieren. Die Hochzeit wird gefeiert mit allem Drum und Dran, am letzten Abend der Feierlichkeiten sagt sie dem König, sie wisse, dass sie am nächsten Tag sterben müsse und sie bitte ihn um die Erfüllung eines letzten Wunsches. Er will wissen worum es sich handle, sie sagt, sie habe ihrer Schwester Dinarzade jeden Abend eine Geschichte erzählt und sie wolle dies ein letztes Mal machen. Er willigt ein und Scheherazade erzählt ihrer Schwester eine sehr spannende Geschichte, während der König irgendwo daneben sitzt und zuhört. An der spannendsten Stelle hört sie etwa in der Mitte der Geschichte auf. Der König ist neugierig geworden und gewährt ihr einen weiteren Tag zu leben. Von da an erzählt sie jeden Abend die zweite Hälfte der Geschichte des Vortages und die erste Hälfte einer weiteren Geschichte. 1001 Nacht lang. Es handelt sich um Pacing-Geschichten, die von der Untreue (vorzugsweise des Weibes) handeln, Leading-Geschichten, in denen es mit der Liebe auch mal gut geht, Reframing-Geschichten, in denen die Perspektive gewechselt wird und einer Menge von spannenden Abenteuergeschichten, mit denen sie den Spannungsbogen hält. Eine Meisterin der Utilisation! Nach 1001 Nacht kommt der König zur Besinnung, erkennt seine Liebe zu ihr, schenkt ihr ihr Leben und lebt glücklich zusammen mit ihr und seinen beiden Söhnen. Deren Geburt hatte er gar nicht mitbekommen. Jetzt ist er geheilt. Dieser sensationelle therapeutische Erfolg konnte nur durch das indirekte Setting gelingen, indem sie die Geschichten der Schwester erzählte und nicht dem eigentlichen Adressaten. Ein weiteres wesentliches Merkmal Ericksonischer Kommunikation! Wir in der MEG gehen deshalb davon aus, dass Scheherazade bereits Kurse in Ericksonischer Hypnotherapie besucht haben muss! Nicht auszudenken, was geschehen wäre, wenn sie den König gefragt hätte, ob sie ihm mal eine Geschichte erzählen dürfe!

Die bekannteste Sammlung von Geschichten bzw. in diesem Fall Märchen, in unserer Kultur sind sicherlich die Kinder- und Hausmärchen der Gebrüder Grimm. Ich nehme an, dass diese Ihnen mehr oder weniger vertraut sind, mindestens eine Handvoll von ihnen kennt fast jeder.

Wie macht man eigentlich aus einem Frosch einen Prinzen? ... Küssen? An die Wand werfen? Ja wie geht das denn jetzt? Bei den Grimms wird an die Wand geworfen. In anderen Ländern wird bei diesem Märchenmotiv geküsst.

Die Sammlung beginnt schon ganz magisch. Der erste Satz im ersten Märchen lautet: „In den alten Zeiten wo das Wünschen noch geholfen hat ...“ Wir können davon ausgehen, dass die Grimms der deutschen Grammatik mächtig waren. Umso bemerkenswerter ist es, dass sie es zuließen, dass bereits der erste Satz der Sammlung grammatikalisch falsch ist. Es müsste heißen: „...als das Wünschen noch geholfen hat ...“. Damit verlöre der Satz aber jegliche Magie. Denn so wie er da steht, löst er auf zwei Ebenen gleichermaßen Suchprozesse aus: in Zeit und in Raum. Dadurch erhält dieser Satz seine hypnotische Kraft. Auch das ist fast nur damit erklärbar, dass die Grimms bereits Hypnotherapiekurse besucht hatten ... Zurück zur Geschichte. Es handelt sich um „Der Froschkönig oder der Eiserne Heinrich“. Eigentlich ist es eine Trilogie: der erste Teil, wie und warum der Prinz in einen Frosch verwandelt wurde, ist verloren gegangen. Es ist nur ein halber Satz davon übrig geblieben: „... er wäre von einer bösen Hexe verwünscht worden ...“, der zweite Teil mit der Erlösung des Prinzen ist hinreichend bekannt und schließlich der dritte Teil mit der Erlösung des Eisernen Heinrich. Diesen Teil haben manche vergessen und erinnern ihn erst wieder, wenn sie den Satz des Prinzen hören: „Heinrich, der Wagen bricht!“. Es sind aber die eisernen Ringe, die sich krachend vom Herzen des treuen Dieners Heinrich lösen, die er sich hat ums Herz legen lassen, damit es ihm nicht zerspränge vor Schmerz um den verwunschenen Prinzen. Sehr viele Menschen, die Psychotherapie oder psychosoziale Beratung aufsuchen, werden mit der ergreifenden Figur des Heinrich sehr viel anfangen können.

Im psychoonkologischen Kontext begegnet uns immer wieder die Not, die durch Tabuisierungen verschlimmert wird. Manchmal darf außerhalb der Familie niemand von der Krankheit erfahren, manchmal wird das Thema Tod umschifft und manchmal darf noch nicht einmal das Wort „Krebs“ ausgesprochen werden. So, als ob das Schlimmste erst passieren würde, wenn man die Krankheit beim Namen nennt. Das führt in den Familien dazu, dass alle maximal damit beschäftigt sind aufzupassen, dass das Wort bloß nicht aus Versehen fällt. Diesen Klienten biete ich nach dem Pacing eine Leading-Metapher an, die einen Ausweg bieten kann. Ich erzähle vom Rumpelstilzchen, dem Teufel, der das Kind der Königin haben will. Er wird in der Geschichte *entmacht*, indem sie ihn beim Namen nennt! Bei Harry Potter ist dieses Motiv in einer modernen Variante ebenfalls zu finden. Der Name des bösen Magiers, den alle fürchten, wird nicht ausgesprochen, damit man das Unheil nicht auf sich zieht. Man spricht von ihm als „Er, dessen Name man nicht nennen darf“. Nur Harry Potter nennt ihn bei seinem Namen „Lord Voldemort“ und er ist der einzige, der es mit ihm aufnehmen kann. Diese Geschichten ermöglichen die Vorstellung, dass es vielleicht nicht nur ungefährlich, sondern sogar noch sicherer sein kann, wenn man über das spricht, was einen ängstigt.

Eine andere Geschichte ist geeignet, Klienten ebenfalls mittels eines Reframings aus dem permanenten Kampfmodus zu erlösen. Ich sage zum Beispiel: „Sie sind wirklich eine starke

Kämpferin! Kennen Sie eigentlich die Amazonen-Regel Nummer 1?“ „Nein, wie heißt die?“ „Die Amazonen waren ja ein Volk von sehr erfolgreichen Kämpferinnen und sie hatten als oberste Regel: ‚Eine Kämpferin ist dann besonders stark, wenn sie das Kämpfen lässt, wo es nichts zu kämpfen gibt.‘ ... Was halten Sie davon?“ ... „Es ist ja auch klar, da haben sie schon recht, wenn man immer gleich anspringt ... Man müsste da erst mal überlegen, ob es einen Sinn hat zu kämpfen ... man seine Kräfte nicht sinnlos verpulvert ...“

Diese Metapher beinhaltet die Suggestion: Du kannst kämpfen und Du kannst es auch lassen. Und es kann gute Gründe für diese oder für jene Entscheidung geben. Sie eröffnet eine Wahlmöglichkeit. Diese Suggestion wird von Klienten meist sehr gerne angenommen, bietet sie doch einen Ausweg an, aus der andauernden externen und internen Forderung „Du musst jetzt kämpfen!“ Oft taucht die „Amazonen-Regel“ auch nach Wochen oder Monaten immer wieder in den Gesprächen auf. Eine Klientin, nennen wir sie Frau Meier, die sehr berührt von dieser Metapher war, kam zum Folgetermin und fragte: „Gibt es eigentlich noch mehr von diesen Amazonen-Regeln?“ „Ja, da gibt es noch einige.“ Und ich bot ihr aus gegebenem Anlass an: „Die Amazonen-Regel Nummer 2 heißt: ‚Eine Kämpferin ist dann besonders schwach, wenn sie ihre Talente brachliegen lässt.‘ Auch interessant, nicht wahr?“ Wir reden eine Weile über die Regel Nummer zwei. Am Ende der Stunde sagt sie zu mir: „Wissen Sie was? Ich glaube, die Amazonen-Regeln sind eine Erfindung von Ihnen!“ „Ja schon, aber ‚Muffler-Regel‘ klingt nicht so gut, da habe ich mir gedacht, ich hänge sie den Amazonen an.“ „Dann kann ich mir ja auch selbst welche machen!“ Seither erfindet sie sehr wirkungsvolle Meier-Regeln für sich.

Ein Beispiel für eine mögliche Pacing-Geschichte ist das Grimmsche Märchen „Frau Trude“. Diese Geschichte geht wirklich schlecht aus:

Es war einmal ein kleines Mädchen, das war eigensinnig und vorwitzig, und wenn ihm seine Eltern etwas sagten, so gehorchte es nicht: wie konnte es dem gut gehen? Eines Tages sagte es zu seinen Eltern: "Ich habe so viel von der Frau Trude gehört, ich will einmal zu ihr hingehen, die Leute sagen, es sehe so wunderlich bei ihr aus, und erzählen, es seien so seltsame Dinge in ihrem Hause, da bin ich ganz neugierig geworden." Die Eltern verboten es ihr streng und sagten: "Die Frau Trude ist eine böse Frau, die gottlose Dinge treibt, und wenn du zu ihr hingehst, so bist du unser Kind nicht mehr." Aber das Mädchen kehrte sich nicht an das Verbot seiner Eltern und ging doch zu der Frau Trude. Und als es zu ihr kam, fragte die Frau Trude: "Warum bist du so bleich?" - "Ach," antwortete es und zitterte am Leibe, "ich habe mich so erschrocken über das, was ich gesehen habe." - "Was hast du gesehen?" - "Ich sah auf Eurer Stiege einen schwarzen Mann." - "Das war ein Köhler." - "Dann sah ich einen grünen Mann." - "Das war ein Jäger." - "Danach sah ich einen blutroten Mann." - "Das war ein Metzger." - "Ach, Frau Trude, mir grauste, ich sah durchs Fenster und sah Euch nicht, wohl aber den Teufel mit feurigem Kopf." - "Oho," sagte sie, "so hast du die Hexe in ihrem rechten Schmuck gesehen: ich habe schon lange auf dich gewartet und nach dir verlangt, du sollst mir leuchten." Da verwandelte sie das Mädchen in einen Holzblock und warf ihn ins

Feuer. Und als er in voller Glut war, setzte sie sich daneben, wärmte sich daran und sprach: "Das leuchtet einmal hell!"

Das Märchen kann die Situation eines Menschen mit chronischen Schmerzen umschreiben oder die Befürchtung was die Krebserkrankung anrichten könnte, einmal hatte ich einen Klienten, der das was die Droge in ihm hätte anrichten können, in dieser Geschichte wiederfand. Menschen, die emotionalen Missbrauch erlebt haben, finden sich oft in dieser Geschichte wieder. Mir fällt beim Durchlesen eine weitere Verbindung ein. Ich habe kürzlich beim Themenabend der ARD den Film „Loveboys“ gesehen. Er handelt davon, wie junge Männer noch jüngere Mädchen emotional abhängig von sich machen und sie in die Prostitution zwingen. Auch für diese Erfahrung wäre die Geschichte möglicherweise ein Pacing. Mit der Geschichte weiterarbeiten kann man beispielsweise, indem man sie umschreiben lässt, oder bespricht z.B.: „Was hätte anders laufen müssen, damit das Kind hätte umkehren können? Oder in Begleitung ein Stück hingegangen wäre oder welcher Gegenzauber hätte helfen können? Wie hätte sich das Mädchen der Frau Trude erwehren können? „ Etc.

Fast das Gegenstück zu dieser Geschichte findet sich im Märchen vom Sterntaler. Das Kind, das alles verliert und dann noch die Kleider auf dem Leib und das letzte Stück Brot hergibt: „Und wie es so stand und gar nichts mehr hatte, fielen auf einmal die Sterne vom Himmel, und waren lauter blanke Taler; und ob es gleich sein Hemdlein weggegeben, so hatte es ein neues an, und das war vom allerfeinsten Linnen. Da sammelte es sich die Taler hinein und war reich für sein Lebtage.“

Eine Perspektive auf diese Geschichte zeigt: Mehr Urvertrauen geht nicht! Eine andere Perspektive wäre der Blick darauf, dass der letzte Teil der Geschichte als das Mädchen in den Wald hineingeht und auch sein Hemd hergibt, bereits in der jenseitigen Welt stattfindet. Und wahrscheinlich gibt es noch ein paar Perspektiven mehr, die man einnehmen kann.

Ich erlebe es jedenfalls immer wieder so, dass diese Geschichte auf eigenartige Weise beruhigt, tröstet und Sicherheit gibt.

Oft arbeite ich gar nicht mit vollständigen Geschichten, sondern lediglich mit Fragmenten, z.B.:

„In den alten Zeiten wo das Wünschen noch geholfen hat ..., ein wirklich magischer Satz, fast schon eine Zauberformel, und dann gibt es eine andere Geschichte, die beginnt mit: Ein Soldat, der sich vor nichts fürchtet, kümmert sich auch um nichts! Interessant, nicht wahr? Und wieder eine andere Geschichte endet so: Und wie es so stand und gar nichts mehr hatte, fielen auf einmal die Sterne vom Himmel, und waren lauter blanke Taler; und ob es gleich sein Hemdlein weggegeben, so hatte es ein neues an, und das war vom allerfeinsten Linnen. Da sammelte es sich die Taler hinein und war reich für sein Lebtage. Und dann gibt es noch den Satz der Oma: Katzen fallen immer auf die Füße, ... Da kann man sich manchmal

nur wundern, welche Sätze einem im Leben so begegnen ...“ Der Klient kreierte daraus seine eigene Geschichte, wahrscheinlich sogar seine eigene Bildergeschichte.

Selbstverständlich kann es nach einer Trancearbeit mit Märchentexten auch eine Reaktion geben wie: mit Märchen kann ich nicht so richtig was anfangen. Gerade kürzlich habe ich das bei einer Patientin wieder erlebt. Ich fragte sie, ob sie die Geschichten gestört hätten. Nein, nein, sagte sie, sie habe nur keinen Zugang dazu. Beim nächsten Termin berichtet sie, ihr wäre da was eingefallen: „Seit ich Kind war mochte ich die Geschichte von Jorinde und Joringel. Ich habe sie noch einmal gelesen und sie passt immer noch. Der Krebs ist die Hexe und die Liebe meines Mannes wird mich aus ihrem Bann erlösen.“ Diese Erlösung kann sie auf die Heilung beziehen, sie kann aber auch die Erlösung von der Angst bedeuten.

Ein anderer Klient, der mitten in der Familiengründung und einer beruflich sehr erfolgreichen Phase ist, ist sehr schwer und fortschreitend erkrankt. Er ging für mehrere Wochen in ein fernes Land zu einem Heiler. Was er an Behandlung dort beschrieben hat, waren keine Wellnessseinheiten. Sie brachten ihn an den Rand des Aushaltbaren. Er sagte nach seiner Rückkehr: „Das hat den Krebs nicht geheilt, aber ich habe nach einigen Wochen gemerkt: ich habe keine Angst mehr.“

Sehr wirkungsvoll lassen sich Geschichten anderer Klienten im Sinne eines *Seeding* einsetzen. Wenn wir erzählen wie der eine oder die andere dies und das in ähnlicher Situation gemacht hat, schicken wir unseren Klienten auf die Suche, was davon oder was anderes für ihn selbst vielleicht passend wäre. Ich erzähle sehr gern die Geschichte der Patientin, die nachdem der Port bei ihr gesetzt wurde, den Chirurgen fragte, wann der denn wieder rauskomme. Daraufhin der Arzt: Gar nicht, den brauchen wir am Schluss für die Schmerzmedikation. Die Klientin, selbst Ärztin, ging die nächsten Tage „wie im Schock durch die Welt“ und wurde diesen Satz nicht mehr los. Verständlich. Dann kam von ganz unverhoffter Seite eine Hilfe. Sie entschuldigte sich bei einem Handwerker, dass sie ihn wegen einer solchen Bagatelle bemühe, aber sie könne derzeit nicht auf eine Leiter steigen, weil ihr wegen der Chemotherapie schwindlig sei. Der Elektriker hält in seinem Tun inne, schaut sie an und sagt: Ne Chemo? Da kann man sich schon mal ne Platte machen. Aber's hilft!“ Ab diesem Moment war der Satz des Arztes in ihr verschwunden. Der Elektriker hat alles richtig gemacht: er nutzt das tranceinduzierende Element der Überraschung, Kontakt/Blickkontakt, er erscheint glaubwürdig, da er offenbar selbst Erfahrung hat, Pacing (sich ne Platte machen), Leading (abers hilft).

Eine andere Geschichte habe ich von Hans Riebensahm, der einen Arzt in seinem Seminar hatte, der folgende Geschichte erzählte: Eine Patientin, die bei gutem Befinden ist, sagt ihrem Arzt in der Rehaklinik beim Abschied weinend, dass sie in Kürze sterben müsse. Ihr Hausarzt habe ihr vor knapp drei Monaten gesagt, dass sie noch drei Monate zu leben habe. Der Arzt nimmt sich Zeit und macht ihr verschiedene (suggestive) Angebote. Er spricht davon, dass Irren menschlich sei und berichtet von Beispielen und Allgemeinplätzen, die das Irren anbelangen. Seine Art zu sprechen induziert über Sprechrhythmus, Atempacing und

Stimmungslage eine Trance. Er fährt damit fort, dass man Ärzte auch „Halbgötter in Weiß“ nennt und mit der Hälfte, die sie menschlich sind, sie sich eben auch irren können. Er selbst kenne das auch, er habe sich schon oft geirrt. Er verstärkt mit der Suggestion: wenn sie am Ende der kommenden Woche noch lebe, dann wisse sie, der Hausarzt habe sich geirrt. Ein Jahr später bedankt sie sich bei einem Treffen für das damals hilfreiche Gespräch in ihrer verzweifelten Lage. Und sie fügt hinzu: „Irren *ist* menschlich! Mein Hausarzt ist letzten Juli gestorben.“ Diese Geschichte erzähle ich Patienten sehr gerne, die auf eine Prognose hinsichtlich ihrer Lebenszeit fixiert sind. Und ganz besonders der überraschende letzte Teil wird gern gehört und manchmal mit beachtlicher Heiterkeit aufgenommen.

Geschichten anderer Klienten sind auch Veröffentlichungen, Filme, Ratgeber, Berichte, Erzählungen, Romane und Gedichte oder Bilder.

Und schließlich möchte ich noch erwähnen, dass die Geschichte des Klienten selbst in der professionellen Begleitung selbstverständlich die Hauptrolle spielt und darüber hinaus genutzt werden kann. So manche und mancher erfährt große Entlastung durch Biographisches Schreiben, sei es als Tagebuch, als Lebensgeschichte, in Prosa oder als Gedicht und sehr häufig als Zeichnung oder Gemälde. Drei Beispiele dazu möchte ich Ihnen zum Schluss zeigen. Das Bild „Rumpelstilzchen“ von Frau L., die von sich sagte, sie könne nicht malen. Dann hat sie irgendwo gehört, dass das „Unterbewusste sich über die linke Hand zeige“.



Als Rechtshänderin hat sie das ausprobiert, und siehe da: was auch immer, es zeigte sich. Und zwar ziemlich versiert. Nach einem Termin, bei dem Sterntaler eine große Rolle spielte, brachte sie mir dieses wundervolle Sterntaler mit:



Man kann seitlich an den Sternen drehen und erhält einen niemals endenden Sternensegen. Und schließlich zeige ich Ihnen noch das ganz besondere Bild eines kleinen Schamanen in Kombination mit einem hypnotischen Ritual: Shane, 4 Jahre hat für seine Oma diese Zeichnung angefertigt mit der Anleitung: „Oma, det is ne Gesundheitsmaschine. Du brauchst nur zwei Finger darauf legen, dann wirst Du schnell wieder gesund.“

Besser kann man ein hypnotisches Heilungsritual nicht aufbauen: Beziehung, Kontakt, magisches Symbol, kurz und knappe Anleitung zum Ritual, heilsame Suggestion. Der kleine Schamane versteht sein Handwerk.

Zusammenfassend lässt sich sagen: Geschichten sind hervorragend geeignet, um Klienten in allen denkbaren Settings zu unterstützen. Im Einzelkontakt, in Paargesprächen, Familiengesprächen und sehr gut auch in Gruppen. Angehörige können die Patienten mit Geschichten versorgen und damit eine besonders angenehme Mischung aus Versorgung und Nähe herstellen, es kann gemeinsam etwas erlebt werden. Meine Patienten bekommen von ihren Angehörigen sehr oft etwas vorgelesen. In Gruppen können Geschichten vielfältig und sehr individuell anregend sein. Verschiedene Menschen hören sehr Unterschiedliches in der gleichen Geschichte, andere Aspekte werden für den einzelnen wichtig. Aber Vorsicht: man kann eine Geschichte auch zerreden. Manchmal ist es wichtig, sie unkommentiert wirken zu lassen. Deshalb rege ich an: Laden Sie ein zu Geschichtenabenden, -nachmittagen oder Matinees! Und erzählen Sie einfach nur Geschichten. Vertrauen Sie darauf, dass die Geschichten ihre Wirkung entfalten werden. Aber: wundern Sie sich nicht, wenn die Geschichten auch ihre Wirkung auf Sie selbst entfalten ... Wer weiß schon genau, was wessen Lasagne wie und wo in Schwingung bringt. Viel Freude dabei!