



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

Vortragsnachlese

Für Sinne, Phantasie und Seele **Märchen in der Betreuung von Menschen mit Demenz**

Alte Menschen – mit und ohne Demenz-Erkrankung – in ihrem Alltag zu begleiten, sie zu unterstützen und ihnen anregende Gesellschaft zu bieten, sie zu motivieren und zu betreuen, ist eine schöne, aber auch anspruchsvolle Aufgabe. Eine von zahlreichen Möglichkeiten der Aktivierung im Alltag ist es, Märchen zu erzählen.



Die Sozialpädagogin Petra Schadt aus Ahlden/Aller und der Philosoph und Märchenerzähler Jürgen Heinritz aus Pleidelsheim waren am 04. November 2015 zu Gast im Treffpunkt 50plus in Stuttgart und sprachen darüber, wie man das Erzählen von Märchen bei Menschen mit Demenz erfolgreich einsetzen kann.

Jürgen Heinritz erzählte eingangs das von Manfred Kyber stammende Märchen vom Pilger mit dem schleppenden Hinterbein¹. Am Ende der Geschichte fliegt der tot gefahrene Käfer der Sonne entgegen. Zur gleichen Stunde kriecht im Süden ein Rosenkäfer aus dem Ei. Das Rad des Lebens dreht sich weiter. Jürgen Heinritz gab damit eine Probe seines Könnens, denn Märchen erzählen ist eine Kunst. Die Zuhörer bestätigten, dass das Zuhören bei ihnen Gefühle ausgelöst hatte.

Menschen werden durch Märchen persönlich berührt, weil sie uralte Menschheitsthemen aufgreifen. Je nach Kulturkreis und Region gibt es verschiedene Varianten bekannter Märchen, doch der Ablauf ist immer der gleiche.

Sich die Bedeutung des Fühlens bewusst zu machen, kann hilfreich für Angehörige sein, die mit der Demenzerkrankung eines Angehörigen nicht umgehen können. Ein neu geborenes Baby hat noch keinen Verstand, aber viel Gefühl, man sieht ihm an, wenn es glücklich ist. Wenn mit der Reifung des Gehirns das Erkennen dazu kommt, dann begleitet der Verstand das ganze Leben und wird für das höchste Gut gehalten. Im Alter verabschiedet er sich im Falle von Demenz wieder und der Mensch ist wieder ganz Gefühl. Dieses Modell ist hilfreich für das Thema Märchen und deren Wirkung bei Menschen mit Demenz.

Märchen docken bei Prinzipien an, die wir von C.G. Jung (1875-1961) kennen

Das kollektive Unbewusste beruht im Gegensatz zum individuellen Unbewussten nicht auf persönlicher Erfahrung und wird nicht vom autonomen Nervensystem gesteuert. Der Schatten steht für unterdrückte Züge der Persönlichkeit, und für das Nicht-Wahrhaben-Wollen unangenehmer Dinge, die ins letzte Kämmerlein verdrängt werden. Wenn der Verstand jedoch nicht mehr so funktioniert, dann geht die Tür zum Kämmerlein auf und das Verdrängte kommt hervor. Märchen als Teil des kollektiven Unbewussten können helfen, sich dem zu nähern und es aufzuarbeiten. So erzählt die Geschichte von Hänsel und Gretel unter anderem von Vertreibung als menschlicher Grunderfahrung. Beim Vortragen verstehen Zuhörer vielleicht die böse Stiefmutter und sagen, dass sie es selber nicht gut gehabt hat. Damit wird ein Schritt getan, um ein eigenes, frühes Trauma aufzuarbeiten.

¹ <http://gutenberg.spiegel.de/buch/tiergeschichten-5507/17>



Alzheimer Gesellschaft
Baden-Württemberg e.V.
Selbsthilfe Demenz

In Seminaren kann man lernen, Märchen so vorzutragen, dass sie bewegen. Dabei können Musikinstrumente wie Leier oder Gitarre oder Filzfiguren oder Handpuppen eingesetzt werden. So kann man sich ein Repertoire erarbeiten. Märchen einfach nur vorzulesen genügt nicht. Auf die Frage einer ZuhörerIn, ob nicht bei den Erkrankten ein gewisses Maß an Verständnis vorhanden sein müsse, antwortete Jürgen Heinritz, dass Erinnerungen auf den verschiedensten Ebenen wirken und dann tief innen etwas gelöst wird, was im Schatten dahinvegetiert hat. Es sei nicht notwendig, die Geschichten zu kürzen.

Petra Schadt erzählte in der Veranstaltung das Märchen von den Bremer Stadtmusikanten.² Da die Urbilder im Märchen als Seelenbilder in allen Kulturen gleich oder ähnlich sind, wird jeder Mensch Märchen tief innen verstehen. Je weniger dabei der Verstand eingesetzt wird, umso besser sei es, denn dieser sei hinderlich für die wirklich wichtigen Dinge.

Petra Schadt hat ein kreisförmiges Modell des Lebens und des Ablaufs von Märchen mit 7 Bildern geschaffen: die biographischen Stationen des menschlichen Lebens. Es beinhaltet Szenen, die immer wieder zu finden sind.

- Der königliche Ursprung: Wenn der Held/die Heldin Glück hat, so wird er in einem goldenen Schloss geboren und bekommt Zuwendung. Die Bremer Stadtmusikanten sind zu Beginn des Märchens in Lebensgefahr.
- Die Trennung: Irgendwann muss sich der Held vom Zuhause trennen. Im realen Leben suchen sich junge Menschen ihr erstes eigenes Zimmer. Die Bremer Stadtmusikanten fliehen.
- Helfer: ohne sie kommt man auf seinem Lebensweg nicht zurecht.
- Kampf mit Hexe oder Drachen: ohne diese Angreifer gibt es keine Entwicklung. In Wahrheit trägt man die Kämpfe mit sich selber aus.
- Rückkehr: sie wird im Märchen oft mit einer Prüfung verbunden.
- Die Ankunft
- Hochzeit: man hat das weibliche und männliche Prinzip in sich selbst vereint und fühlt sich rund. Dann zieht man die richtigen Menschen in sein Leben.



Foto: Wuzan/Wikipedia

Beim Erzählen merkt man, wenn die Erinnerung nach oben kommt. Dann werden die Zuhörer hellwach. Märchen werden im Rahmen von Gruppen erzählt. Mit dem Text sollen sich alle wohlfühlen können. Das Hören eines Märchens soll wie Hefe sein: sanft, aber mächtig. Die Seele bekommt alles mit. Das Märchen ist wie ein Mantel, den man aufhält und in den der andere hineinschlüpft, wenn es passt. Männer sprechen manchmal nicht so auf Märchen an. Am besten ist es, die klassischen Grimm-Märchen zu erzählen.

Dr. Brigitte Bauer-Söllner, Redaktionsteam Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg

² <http://gutenberg.spiegel.de/buch/-6248/161>