

Das Märchen, die Grossmutter der Informationsmedizin

Neurobiologische Argumente für den Erhalt einer Märchenerzählkultur

Stellen Sie sich vor, es gäbe ein Zaubermittel, das Ihr Kind stillsitzen und aufmerksam zuhören lässt, das gleichzeitig seine Fantasie beflügelt und seinen Sprachschatz erweitert, das es befähigt, sich in andere Menschen hineinzusetzen und deren Gefühle zu teilen, das gleichzeitig auch noch sein Vertrauen stärkt und es mit Mut und Zuversicht in die Zukunft schauen lässt. Dieses Superdoping für Kindergehirne gibt es. Es kostet nichts, im Gegenteil, wer es seinen Kindern schenkt, bekommt dafür etwas zurück: Nähe, Vertrauen und ein Strahlen in den Augen des Kindes.

GERALD HÜTHER

Dieses unbezahlbare Zaubermittel sind die Märchen, die wir unseren Kindern erzählen oder vorlesen. Märchenstunden sind die höchste Form des Unterrichtens. Das Lernen funktioniert bei Kindern (und Erwachsenen) immer dann am besten, wenn es ein bisschen «unter die Haut geht», wenn also die emotionalen Zentren im Gehirn aktiviert werden und all jene Botenstoffe vermehrt gebildet und freigesetzt werden, die das Knüpfen neuer Verbindungen zwischen den Nervenzellen fördern. Eine Möglichkeit, einen solch offenen, für das Lernen optimalen Zustand zu erreichen, ist das Spiel, in dem Kinder sich und die Welt entdecken. Eine andere, bei der Kinder lernen, etwas über die Welt und das Leben zu erfahren, ist die Märchenstunde. Die wirkt am besten, wenn das Märchen von jemandem vorgelesen oder erzählt wird, zu dem das Kind eine enge, vertrauensvolle Beziehung hat. Damit es richtig «im Bauch kitzelt» (die emotionalen Zentren im Gehirn also anspringen, aber nicht gleich überschiesse und «Alarm» melden, weil das Kind in Angst und Schrecken versetzt wird), ist die Atmosphäre wichtig. Man kann dazu eine Kerze anzünden oder die

Märchenstunde zu einem richtigen Ritual machen. Das hilft Kindern, Ruhe zu finden und sich zu konzentrieren. Nur so können komplizierte Erregungsmuster in ihrem Gehirn aufgebaut und stabilisiert werden. Auch der Inhalt des Märchens muss «passen». Ein bisschen furchtbar und aufregend darf es aber schon sein, wenn nur am Ende alles gut wird. Es ist auch nicht gleichgültig, wie ein Märchen erzählt oder vorgelesen wird. Das Kind muss merken, dass der Erzähler oder die Erzählerin selbst ebenfalls begeistert und betroffen, bestürzt oder erschüttert ist. Diese emotionalen Funken können nur überspringen, wenn das Kind immer wieder angeschaut und das jeweilige Gefühl auch zum Ausdruck gebracht wird. Dieser enge Kontakt zum Kind und die Rückversicherung, dass es noch emotional «dabei ist», lässt sich beim Märchenerzählen besser erreichen, als beim Vorlesen. Rekorder oder Videogeräte sind in dieser Hinsicht gänzlich ungeeignet, denn solche Apparate können sich einfach nicht auf die Reaktionen oder Äusserungen des Kindes einstellen. Sie lassen die Kinder mit ihren Gefühlen allein. Das Zaubermittel sind also nicht die Märchen per se, sondern die emotionale Beziehung zum



KARI LEHR

Inhalt und den Personen des Märchens, auf die sich das Kind beim Hören des Märchens mit der einfühlsamen Hilfe des Erzählers oder Vorlesers einlässt. Märchen sind also Kraftfutter für Kindergehirne.

Balsam und Kitt

Auch im Gehirn der Erzählenden und Vorlesenden passiert etwas. In diesem Gehirn werden alte Erinnerungen wach, Erinnerungen daran, wie es war, als einem diese Märchen vorgelesen worden sind. Dann wird die Atmosphäre wieder wach und oft kommen sogar die alten Körpergefühle wieder,

das Kuscheln, Schaudern und Kribbeln und der Sessel, das Sofa oder das Bett in dem einem die Märchen vorgelesen wurden. Weil sie solche frühen, emotional positiv bewerteten Erinnerungen wachrufen, machen die alten Märchen auch uns Erwachsene auf eine geheimnisvolle Weise stark. Die innere Unruhe, die Sorgen und Ängste verschwinden. Man fühlt sich dann irgendwie besser, gestärkter und zuversichtlicher, mutiger und befreiter. Märchen sind also auch Balsam für die Seelen von Erwachsenen.

Märchen transportieren auch die Botschaften einer bestimmten Familie, Sippe, Gemeinschaft, also letztlich ►

Märchen sind auch Balsam für die Seelen von Erwachsenen. Unruhe, Sorgen und Ängste verschwinden. Man fühlt sich dann irgendwie besser, gestärkter und zuversichtlicher, mutiger und befreiter, gleichzeitig gefestigter und verwurzelter.

eines bestimmten Kulturkreises. Sie schaffen eine gemeinsame Plattform von Vertrautem und Bekanntem und wirken so Identität stiftend. Mit anderen Worten: Märchen sind auch Kitt für den Zusammenhalt einer Kulturgemeinschaft. (...)

Sicherheit bietende Bindungen

Wenn Kinder zur Welt kommen, brauchen sie jemanden, der sie wärmt, nährt, sauber hält und sich mit ihnen beschäftigt. Noch wichtiger ist es, dass immer dann, wenn sie Angst haben, jemand da ist, der ihnen beisteht und ihnen zeigt, dass es möglich ist, diese Angst zu überwinden. Wenn ein Kind das Glück hat, jemanden zu finden, der ihm in solchen Situationen regelmässig hilft und ihm Geborgenheit und Sicherheit bietet, werden alle dabei aktivierten Verschaltungen in seinem Gehirn gebahnt. Auf diese Weise entsteht eine enge Bindung an die primäre(n) Bezugsperson(en). (...)

Die wichtigste Ursache für die Entstehung früher Bindungsstörungen ist ein Mangel an emotionaler Zuwendung. Es gibt viele Eltern, die noch sehr stark mit sich selbst beschäftigt sind, denen ihre berufliche Karriere ungeheuer wichtig ist, die sich selbst verwirklichen, viel erleben und das Leben geniessen wollen. Kinder sind für so selbstbezogene Eltern eher hinderlich, und das kindliche Bedürfnis nach Aufmerksamkeit, Geborgenheit und Zuwendung wird ihnen leicht lästig. Meist tun diese Eltern ihre Pflicht, jedenfalls das, was

sie für ihre Pflicht halten, und das bisweilen sogar besonders gut. Sie sorgen für eine besonders ausgewogene Ernährung, für ansprechende, modische Kleidung und beschaffen alle möglichen Gerätschaften, von denen sie glauben, sie seien wichtig für ihr Kind. Was ihr Kind aber wirklich braucht, nämlich, dass sie sich ihm voll und ganz zuwenden, das schenken diese Eltern ihren Kinder kaum. Deshalb sind solche Kinder oft früh gezwungen, sich auf sich selbst zu verlassen. Die emotionale Bindung an primäre Bezugspersonen ist nur unzureichend entwickelt. Sie versuchen deshalb, den Mangel an emotionaler Sicherheit durch verstärkte Selbstbezogenheit zu kompensieren. So schaffen sie sich eine eigene Lebenswelt und schirmen sich gegenüber fremden Einflüssen und Anregungen ab. Meist sind dies einseitige, pseudoautonome Strategien der Angstbewältigung.


Die Auswirkungen früher Bindungsstörungen auf die Entwicklung des Gehirns und der Persönlichkeit sind im späteren Leben nur schwer korrigierbar. Kinder, die keine sicheren Bindungen ausbilden konnten, haben Angst vor körperlicher und emotionaler Nähe. Wenn es ihnen nicht gelingt, auch nicht mit Hilfe von Lehrern oder Erzieherinnen, diese Angst zu überwinden, bleiben sie zeitlebens isoliert, ich-bezogen und bindungsunfähig.

Damit es Kindern gelingt, sich im heutigem Wirrwarr von Anforderungen, Angeboten und Erwartungen zurechtzufinden, brauchen sie Orientierungshilfen, also äussere Vorbilder und



Märchen für uns Menschenkinder

Hannelore Marzi
Frauenmärchen aus dem Orient
ISBN 978-3-89875-184-1
€ 12,- / sFr 22,30



Röttraud Ssaeki
Märchen aus Japan
ISBN 978-3-89875-160-5
€ 12,- / sFr 22,30

Märchenprospekt bei: **KÖNIGS FURT** Königsfurt 6, D- 24796Krummwisch
www.koenigsfurt.com

Rüttihubel Märchentage vom 7. bis 9. September 2007

Während drei Tagen steht das Rüttihubelbad wieder ganz
im Zeichen der Märchen.

Vorträge, Morgenseminar, Märchen für Erwachsene, Märchen für Kinder,
Stehpuppenspiele, grosser Märchenmarkt und und und...

Das detaillierte Programm erhalten Sie unter Tel. 031 700 81 81 oder
im Internet: www.ruettihubelbad.ch oder www.maerchenstiftung.ch

Vorverkauf und Reservationen:



Kulturzentrum Rüttihubelbad
3512 Walkringen
Tel.: 031 700 81 81
www.kulturticket.ch



BERNER TANZTHERAPIESCHULE

ERFÜLLUNG IM BERUF

Ausbildung in Tanz- und Bewegungstherapie
4-jährige berufsbegleitende
Ausbildung mit Diplom-
abschluss. Befähigt, in Kliniken,
Heimen, Praxen oder als Selb-
ständigerwerbende zu arbeiten.

Ganzheitliches Ausbildungsprogramm:

- Tanz- und Bewegungstherapie
- Psychologie
- Körper- und Energiearbeit
- Marketing-Unterricht für angehende
Selbständigerwerbende
- Malen / Arbeiten mit Ton
- Spezielle Schulung: Tanz- Tanztherapie mit Kindern
und Jugendlichen

Einführungswoche: 11. – 15. Februar 2008

Auskunft bei:

BERNER TANZTHERAPIE-SCHULE
KATHERINA UTHMAN
Postfach 8542, 3001 Bern
Tel/Fax 031/302 04 39 oder 079 204 30 77
www.tanztherapie-schule.ch



WEITERBILDUNG IN TANZ- UND BEWEGUNGSTHERAPIE

- 6 Intensivwochenende verteilt durch das Jahr
- Weiterbildung mit Abschlusszertifikat
- Einstieg jederzeit möglich

Die Weiterbildung wendet sich an Tanz-, Bewegungs-,
KörpertherapeutInnen, sowie an PädagogInnen, Psycho-
logInnen oder allgemein Menschen mit einer psychologi-
schen, sozialen oder pädagogischen Grundausbildung,
welche Körper und Bewegung in ihrer Arbeit integrieren
möchten. Die Erweiterung der therapeutischen oder
pädagogischen Arbeit mit Ausdruck, Bewegung und Tanz
kann die Arbeit bereichern und neue Impulse geben.

Die Weiterbildung setzt sich aus vier Elementen zusam-
men, die miteinander verbunden werden:

- Theorie
- Spezifische Indikation tanztherapeutischer Methoden
- Selbsterfahrung
- Gruppensupervision

Leitung: Harald Prausse, dipl. Psychologe,
körperorientierter Psychotherapeut SPV
Tatiana Waeber, lic. Phil. 1,
Dipl. Tanz- und Bewegungstherapeutin, Ausbilderin, Co-
Leitung Tanz- und Bewegungstherapie

innere Leitbilder, die ihnen Halt bieten und an denen sie ihre Entscheidungen ausrichten. Bildung kann nicht gelingen,

- wenn Kinder in einer Welt aufwachsen, in der die Aneignung von Wissen und Bildung keinen Wert besitzt (Spassgesellschaft),
- wenn Kinder keine Gelegenheit bekommen, sich aktiv an der Gestaltung der Welt zu beteiligen (passiver Medienkonsum),
- wenn Kinder keine Freiräume mehr finden, um ihre eigene Kreativität spielerisch zu entdecken (Funktionalisierung),
- wenn Kinder mit Reizen überflutet, verunsichert und verängstigt werden (Überforderung),
- wenn Kinder daran gehindert werden, eigene Erfahrungen bei der Bewältigung von Schwierigkeiten und Problemen zu machen (Verwöhnung),
- wenn Kinder keine Anregungen erfahren und mit ihren spezifischen Bedürfnissen und Wünschen nicht wahrgenommen werden (Vernachlässigung).

Das Gehirn, so lautet die vielleicht wichtigste Erkenntnis

der Hirnforscher, lernt immer, und es lernt das am besten, was einem Heranwachsenden hilft, sich in der Welt, in die er hineinwächst, zurecht zu finden und die Probleme zu lösen, die sich dort und dabei ergeben.

Der Mensch braucht Märchen

Schon das ungeborene Kind macht im Mutterleib Erfahrungen, die in seinem Gehirn dazu führen, dass die Nervenzellen bestimmte Verschaltungsmuster miteinander ausbilden. Die werden dann später als innere Repräsentanten, als «Erinnerungsbilder» benutzt, um sich in der Welt zurechtzufinden. Stetig werden diese Muster ergänzt und erweitert. Da es sich bei all diesen Erfahrungen um typisch menschliche, von diesem Kind gemachte Erfahrungen handelt, bildet sich auf diese Weise das heraus, was wir «menschliche Individualität» nennen. Alle Säugetiere, ja sogar Vogelkücken im Ei machen auch schon spezifische Erfahrungen, bevor sie auf die Welt kommen. Bei Hühner- oder Entenkücken ist das gut zu beobachten. Bevor sie schlüpfen, «unterhalten» sie sich bereits mit ihrer Mutter. Sie piepsen aus dem geschlossenen Ei heraus und

tanz  **prozess**

Die Schule für Tanz- und Bewegungstherapie

Körper – Tanz – Bewegung
Wahrnehmung – Ausdruck
– Gespräch
Biografiearbeit – Persönlichkeitsbildung – Integration

Wir bieten die Möglichkeit zur persönlichen Weiterbildung sowie eine fundierte Ausbildung im pädagogischen, künstlerischen, prophylaktischen und therapeutischen Bereich.

Aktuell:
7 Rhythmen /offene Tanzabende
Besuchen Sie ein Einführungsseminar.

Infos unter Tel: 043 333 99 70
Oder www.tanz-prozess.ch

WALDHAUS ZENTRUM LÜTZELFLÜH

Internat. Seminarhaus
CH-3432 Lützelflüh
Fon 034 461 07 05
waldhaus@waldhaus.ch
www.waldhaus.ch

 **5 Rhythmen Tanzworkshops**
mit **Andreas Tröndle**
In die Ekstase stolpern 13. - 16. Sept. 07
Auf Perlensuche im Schattenmeer
10. - 13. Jan. 2008

 **Das Universelle Erlebnis**
mit **Alan Lowen**
Ein Art of Being Workshop
21. (morgens) - 23. Sept. 2007

 **Embracing the Beloved**
mit **Jan Day**
Ein Art of Being Workshop
20. - 24. Okt. 2007

 **Learning Love**
mit **Krishnananda & Amana Trobe**
Die Essenz der Liebe 20. - 25. Okt. 2007
Learning Love Training: 1. Teil 26. Okt. - 1. Nov. 2007
Learning Love in Paradise
Ferienworkshop auf Bali 27. Dez. 2007 - 7. Jan. 2008

im Malcantone, Südtessin

Eine spezielle Atmosphäre erwartet Sie in unseren zwei stilvollen und typischen Tessinerhäusern. Geeignet für Individualgäste, Seminare und Gruppen.

Eine Auswahl aus unserem Kursprogramm 2007
– Mentaltraining Persönlichkeitsentwicklung
– Yogawochenende
– Ayurveda Wellness Woche
– Familienaufstellung einmal anders
– Wandern und Entschlacken
– Heissi Marroni mit Erica Bänziger
– Singen und Wandern
– Aquarellmalen und Herbststimmung
– Wandern in italienischer Atmosphäre
– Yoga, Wandern, Naturerfahrungen
– Wandern mit 5-Elemente-Küche
Zu jedem Kurs/Seminar ist ein Detailprogramm erhältlich.

Angeli und Christian Wehrli
Casa Santo Stefano, CH-6986 Miglieglia
Tel. 091-609 19 35/Fax 091-609 19 89
E-Mail: info@casa-santo-stefano.ch
www.casa-santo-stefano.ch

die Mutter antwortet ihnen. Wenn sie auf die Welt kommen, haben sie also schon eine Individualität. Bei Singvögeln, z. B. bei den Nachtigallen, reift später, wenn die kleinen Vögel noch im Nest sitzen, das so genannte Gesangszentrum in ihrem Hirn aus. Immer wenn der Vater in der Nähe des Nestes seine Lieder singt, entsteht ein durch das Hören des Liedes ausgelöstes charakteristisches Aktivierungsmuster. Je häufiger das geschieht, desto fester werden die Nervenzellverschaltungen miteinander verbunden, und je komplexer der Gesang ausfällt, desto komplexer können die inneren Repräsentanten herausgeformt werden. Alle anderen nicht benutzten Verschaltungen werden wieder abgebaut. Was übrig bleibt, ist ein neuronales Verschaltungsmuster im Gesangszentrum des Nachtigallengehirns. Damit diese Verschaltungen herausgeformt und stabilisiert werden können, muss der Vater in der Nähe des Nestes singen, möglichst oft, möglichst kunstvoll und fantasie reich – und ungestört durch Nebengeräusche (deshalb singen Vögel, die so komplizierte Gesänge wie die Nachtigallen an ihre Jungen weitergeben, nachts, wenn alle anderen still sind). Wenn die Nachtigallene ltern den Jungen

ihre Lieder nicht mehr ungestört vorsängen, würde genau das verschwinden, was die Nachtigall ausmacht.

Wenn wir uns entschliessen würden, unseren Kindern keine Märchen mehr zu erzählen, verschwände eben all das, was durch das Märchenerzählen stabilisiert wird. Und wer vergessen hat, was das ist, der muss noch einmal von vorn anfangen.

Prof. Dr. Gerald Hüther leitet die Abteilung für Neurobiologische Grundlagenforschung an der Psychiatrischen Klinik der Universität Göttingen. Mitbegründer von Win-future.de (Netzwerk Erziehung und Sozialisation)

Mit freundlicher Genehmigung des Verlages gekürzt entnommen aus **«Stimme des Nordens in Märchen und Mythen – Märchen und Seele»**. Forschungsband 31. Königsfurt, 2006. Geb. 256 S. Fr. 43.70, Euro 24,90. Titel und Zwischentitel: Zeitpunkt

Die **europäische Märchengesellschaft** richtet Jahr für Jahr im In- und Ausland Tagungen und Internationale Kongresse aus, die märchenkundliche Themen aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchten. Die wichtigsten Beiträge werden jeweils in Buchform herausgebracht.

Der nächste Kongress der Europäischen Märchengesellschaft findet vom 26. bis 30. September in Altenburg statt und steht unter dem Thema **«Burg und Schloss, Tor und Turm im Märchen»**. Infos: Europ. Märchengesellschaft, Bentlager Weg 130, D-48432 Rheine, Tel. 0049 (0) 5971 918-420, www.maerchen-emg.de



ICH UND DU

Intensivwoche vom 1. – 5. Oktober 2007
Selbsterfahrungs- und Fortbildungswoche

Liebesbeziehungen – damals und heute
Klarheit schaffen
damals zwischen DIR und Deinen Eltern
heute zwischen DIR und Deiner/m PartnerIn

Auskunft bei:
BERNER TANZTHERAPIE-SCHULE KATHERINA UTHMAN
Postfach 8542, 3001 Bern
Tel/Fax 031/302 04 39 oder 079 204 30 77
www.tanztherapie-schule.ch

Kurse in Kappel

Intuition und Heilung. Fortbildungsseminar „Heilende Berührung“. 21.-23.9. Roswita und Ernst Timm

Staunen im Alltäglichen mit Feldenkrais. Ein bewegendes Wochenende. 28.-30.9. Marianne Lacina

Sexualität und Spiritualität. Männer auf der Suche nach Verbindung. 5.-7.10. Christoph Walser

Räume erschliessen. In Bewegung und Farbe. 19.-21.10. Regula Wild, Kathia Tschan

Timeout im Kloster. Stille Tage für Männer. 24.-27.10. Christoph Walser

100 Jahre Astrid Lindgren. Eine Welt voller Phantasie, Schalk und Liebe. 10.-11.11. Inger Muggli-Stokholm

Kein Ort, nirgends. Ein Filmwochenende übers Vagabundieren. 16.-18.10. Christine Stark, Pascal Mööli

Der Weg der Stimme. Gregorianische Gesänge und Hildegard von Bingen. 24.-25.11. Dana G. Stratil

Haus der Stille und Besinnung, 8926 Kappel a.A.
044 764 88 30, kursekappel@zh.ref.ch www.kursekappel.ch