

Richtlinien für angewandtes Erzählen

Von Dr. Cristy West, Healing Story Alliance

Deutsch von Kay Lorenz, www.maerchen-wege.de

Diese Richtlinien beziehen sich in erster Linie auf die Arbeit mit traditionellen Märchen und Mythen. Für das biographische Erzählen mögen leicht abgewandelte Kriterien gelten. Es ist meine Hoffnung, dass sich – wenn sich eine breite Wissensbasis entwickelt – immer mehr Erzähler inspiriert fühlen, neue, herausfordernde Möglichkeiten abseits des Bühnenbetriebs zu suchen und ihre Erfahrungen mit einer breiteren Gemeinschaft teilen.

Diese Richtlinien wurden ursprünglich unter Konsultation weiterer Mitglieder der „Healing Story Alliance“ entwickelt: Gail Rosen, Allison Cox, Colin McNaughton, Diane Rooks, Laura Simms, and Diane Wyzga. Mein Dank gilt außerdem Karl Hallsten, Peggy Kenny, Staci Marinelli, Erica Meade, Mary Medlicott, Elisa Permain, and Fran Stallings für ihren zusätzlichen Input.

Es gibt anhaltende Indizien, welche die Annahme nähren, dass Geschichten und der Erzählprozess die Heilung fördern, Hoffnung inspirieren und die Innensicht und das persönliche Wachstum fördern – kurz „heilen“. Immer mehr Erzähler arbeiten abseits des Bühnengeschehens in Strafanstalten, Kliniken, Obdachlosenasylen und mit Menschen in Krisen / mit besonderen Bedürfnissen. Was sind die grundsätzlichen Fragen, die hier bedacht werden müssen? Wie kann diese Arbeit am wirksamsten erfolgen? Die folgenden Richtlinien sind nicht als harte Vorschriften zu sehen, sondern als Kompass, um dem Einzelnen zu helfen, seine Rolle und seine Verantwortlichkeiten zu verstehen. Behalten Sie dabei bitte auch im Auge, dass das Erzählen von Geschichten auch dann therapeutisch wirken kann, wenn es nicht ausdrücklich als Therapie angeboten wird.

Richtlinien

1. **Verstehen Sie Ihre Rolle richtig.** Ein Erzähler kann sich nur dann Therapeut nennen, wenn er auch therapeutisch geschult ist (als Psychotherapeut, HP Psychotherapie, Sozialarbeiter o.ä.), **also die nötige Methodenkompetenz besitzt.** Erzähler sollten sich im Klaren darüber sein, was sie anbieten können (und wollen). Erzähler, die nicht als Therapeuten ausgebildet sind, sollen auf keinen Fall in die Beziehungen zwischen Therapeuten und Klienten eindringen. Aber selbst dann, wenn Sie nicht ausgebildet sind, ist es sinnvoll, sich eigene Gedanken über Ihre Arbeit und die Wirkung Ihrer Arbeit zu machen.
2. **Setzen Sie sich flexible Ziele.** Es ist eine gute Idee für Erzähler, sich eine Reihe von Zielen zu setzen und Strategien bereit zu halten, um diese zu erreichen. Durch einen fortdauernden Prozess der Beobachtung und bewussten Reflektion können Sie diese Ziele ggf. modifizieren und den Gegebenheiten anpassen und auf diese Weise über den Status der wagen, guten Absicht hinaus klarer und effektiver werden.

3. **Schaffen Sie einen sicheren Raum.** Das kann sowohl die Räumlichkeiten als auch emotionale Aspekte des „Storytelling Event“ betreffen. Dies umfasst Fragen des Vertrauens, der Ermutigung zum Respekt unter den Gruppenteilnehmern, eine angemessene Materialauswahl, ein Gespür für die Gruppendynamik und die Schaffung der erforderlichen Abgeschlossenheit des Raumes.
4. **Fördern Sie die Beteiligung des Therapiepersonals.** Wo immer möglich, sollten Sie sich mit dem Therapiepersonal über die Regeln und Ziele Ihrer Arbeit als Erzähler abstimmen. Auf diese Weise kann die laufende Arbeit des Behandlungsteams ergänzt und bereichert werden. Es kann Ihnen passieren, dass Therapiepersonal, das nicht mit dem Einsatz des „Storytelling“ vertraut ist, unrealistische Vorstellungen von dem hat, was Sie als Erzähler erreichen können.
5. **Stellen Sie fest, was die Gruppe benötigt.** Erzähler sollten sensibel für die emotionale Verfassung und die individuelle Entwicklung der Gruppenmitglieder sein und ihr Material entsprechend wählen. Fällt Ihnen das schwer, holen Sie sich bitte den Rat anderer Erzähler, die erfahrener in der Arbeit in therapeutischen Settings sind.
6. **Beurteilen Sie Ihr Material sorgfältig.** Als Erzähler können Sie vorab nicht wissen, wie Ihre Geschichten gehört werden. Daher sollten Sie vorab untersuchen, ob Ihr Material ggf. auch negative Effekte haben kann. Gleichzeitig – im Verständnis für mögliche Abwehrverhalten Ihrer Zuhörer – sollten Sie Ihren Klienten keine alternativen Bedeutungen oder Interpretationen aufzwingen wollen.
7. **Über Sie sich in Selbstreflektion.** Als Erzähler möchten Sie vielleicht auch Ihre eigene, innere Dynamik verstehen. Welche Fragen berühren bestimmte Geschichten in Ihrem eigenen Leben? Gibt es einen bestimmten Geschichtentyp, den Sie immer wieder erzählen und wenn ja, warum? Welche intuitiven Prozesse sind am Werk? Für Sie als Erzähler ist es ein guter Rat, nicht zu versuchen, in einem Therapiesetting zu arbeiten, wenn eigene psychische oder körperliche Probleme Ihre Wirksamkeit behindern.
8. **Beachten Sie Ihre persönlichen Grenzen.** Während ein gewisser Grad emotionaler Beteiligung unerlässlich ist, sollten Sie einen angemessenen Sinn für Ihre persönlichen Grenzen bewahren. Sie sollten nicht versuchen, Zuhörer zu „retten“. Und Sie sollten aufpassen, keine persönlichen Dinge, die außerhalb des definierten Zweckes Ihrer Arbeit liegen, einzubringen.
9. **Führen Sie eine Dokumentation.** Dies ist eine gute Idee besonders für längerfristige Engagements. Hier können Sie Ihre eigenen Prozesse und Reaktionen festhalten und dokumentieren, was funktioniert und was nicht. Sie können auch die Prozesse einzelner Gruppenmitglieder oder der Gruppe als Ganzes in Bezug auf die gesetzten Ziele dokumentieren. Eine schriftliche Dokumentation kann auch als Basis für andauerndes Lernen, wachsende Erfahrung, als Forschungsgrundlage und als Modell für Kollegen dienen. Außerdem stellt sie für sich allein genommen ein kreatives und erfüllendes Ergebnis dar.

10. **Bemühen Sie sich um eine gut informierte Perspektive.** Je mehr Sie als Erzähler über die Besonderheiten und Bedürfnisse Ihrer Zielgruppe wissen, desto effektiver wird Ihre Arbeit. Natürlich können Sie kein ausgewiesener Experte in Fragen, sagen wir, der Drogenprävention sein. Ein gutes Grundwissen aber erhöht die Möglichkeiten intuitiver Entscheidungen, die Ihnen zur Verfügung stehen. Gleichzeitig werden diejenigen, mit denen Sie auf professioneller Ebene arbeiten, gerne Ihr Wissen weitergeben und im Gegenzug mehr über die Kunst des Erzählens erfahren wollen.
11. **Suchen Sie sich einen erfahrenen Mentor.** Angewandtes Erzählen erfordert Sensibilität und andauernde Reflektion. Abgesehen von den Rückmeldungen des Therapieteams, mit dem Sie arbeiten, sollten Sie einen externen Mentor bzw. Supervisor haben, mit dem Sie die komplexen Fragen Ihrer Arbeit diskutieren können. In den USA baut die „Healing Story Alliance“ eine Liste von Leuten auf, die diesen Service anbieten möchten.
12. **Vertrauen Sie der Kraft des Erzählens.** Mit einem sicheren, informierten Urteil bezüglich der grundlegenden therapeutischen Arbeit erinnern Sie sich daran, dass sich die therapeutische Wirkung aus der Liebe zur erzählten Geschichte und der Freude, diese mit anderen zu teilen, ergibt. Haben Sie Spaß dabei! Der Geist des kreativen Spiels zwischen Erzähler, Geschichte und Zuhörer trägt einen großen Reichtum an Möglichkeiten in sich.

Cristy West PhD ist als Kunsttherapeutin ausgebildet. Ihren Doktor hat sie abgeschlossen in Kunsterziehung mit dem Schwerpunkt Erzählkunst. Sie ist Gründungsmitglied der „Healing Story Alliance“.