

Denise von Stockar

Bibliotherapie

Persönliche Betrachtungen zur Bilderbuchtherapie

Während der allzu dicke Winnie-the-Pooh von A.A. Milne in der Höhle des Hasen klemmt und gottergeben warten muss, bis er genug abgenommen hat, um herausgezogen zu werden, liest ihm sein treuer Freund Christopher Robin zum Zeitvertreib aus einem Buch vor... Nachdem die beiden Hasenbrüder in Claude Boujons "Die Bücherhasen" (Moritz, 1994) Wirklichkeitsgehalt, resp. Nützlichkeit der in ihrem Bilderbuch erfundenen Geschichten diskutiert haben, retten sie ihre Haut, indem sie das besagte Buch dem richtigen Fuchs, der sie angreift, über den Kopf hauen... Und bei der abendlichen Lektüre von Brunhoff's "Babar en famille" steigen dem Buchhelden von Béatrice Poncelets "T'aurais tombé" (Syros, 1989) bedrohliche Erinnerungen an einen längst vergangenen Velounfall auf...

Bibliotherapeutische Variationen *in* Bilderbüchern. Was aber ist Bibliotherapie - *mit* Bilderbüchern? Bibliotherapie setzt

grundsätzlich die heilende Kraft der Sprache, der "guten Worte" voraus. Innerhalb dieses allgemeinen Rahmens, in dem sich Buch- und Poesietherapie, therapeutische Sprachspiele und literarische Werkstätten ansiedeln, kann seit den 80er Jahren ein wachsendes Interesse an Kinderliteratur als therapeutisches Medium festgestellt werden, und zwar vor allem an Bilderbüchern: an jener spezifischen Buchgattung also, die Bilder und Worte in einer für sie charakteristischen Erzählstruktur und Dramaturgie vereint.

Als Kinderbuchspezialistin habe ich seit einigen Jahren immer wieder die Gelegenheit, Psychologen systemischer und analytischer Richtung im Rahmen eines jährlichen Ausbildungskurses¹, Weiterbildungskurses² oder einzelner Seminare³, therapeutisch interessante Bilderbücher vorzustellen und mit ihnen zu diskutieren. Dank dieser Zusammenarbeit beginne ich, mir gewisse Vorstellungen vom therapeutischen Potential von Bilderbüchern in der Psychologienpraxis zu machen.

Landläufig scheint die Meinung verbreitet, dass kinderliterarische Bibliotherapie im Wesentlichen daraus besteht, konflikt spezifische Bilderbücher gezielt zur raschen Abhilfe bestimmter kindlicher Probleme einzusetzen; etwa im Sinne von: "Mein Kind hat Angst beim Einschlafen... Gibt es ein entsprechendes Buch, mit dem wir dieses Problem möglichst rasch lösen können?" Ein so utilitaristischer Einsatz von Bilderbüchern wird von Jugendbuchfachleuten meist als zu naiv in Frage gestellt. In der Diskussion mit Psychologen wurde mir bewusst, dass Bilderbücher in Therapien mit Kindern und Erwachsenen nur im Rahmen von Hypothesenbildungen bezüglich der vermuteten, tiefer liegenden Konflikte gewählt und eingesetzt werden können. Das heisst keineswegs, dass sie rezeptartig "angewendet" werden. Bezeichnenderweise interessieren sich praktizierende Psychologen auch weniger für "psychologisierende" Bilderbücher, die Konflikte wie Eifersucht bei der Geburt eines Ge-schwisters, Angstzustände, Verlusterlebnisse etc. (über)deutlich ausformulieren und darstellen und damit dem Betrachter zu wenig Freiraum für persönliches Erleben lassen. Sie sind vielmehr von Werken fasziniert, denen es gelingt, schwer fassbare, konfliktverursachende und -lösende Momente sowie komplexe psychische Prozesse in eine einfache, ansprechende Symbolsprache umzusetzen.

David McKee gelingt es z.B. in seinem Bilderbuch "Du hast angefangen! Nein, Du!" (Sauerländer, 1991, 6. Aufl.), die fatale Auswirkung unterschiedlicher Wahrnehmungen, die immer wieder zwischenmenschliche Beziehungen bedrohen, einleuchtend darzustellen⁴: Zwei

Kerle leben in so subjektiven Wirklichkeitskonstrukten ("der Tag kommt! Nein, die Nacht geht!"), dass ein riesiger Berg zwischen ihnen entsteht, der sie endgültig daran hindert, zusammenzukommen. Nachdem sie aber diesen Berg in gegenseitiger, verbaler und physischer Aggressivität abgetragen haben, können sie staunend feststellen, dass sie tatsächlich - jeder auf seine Art - das Gleiche erleben: dass nämlich der Tag kommt, wenn die Nacht geht. Oder Leo Lionnis "Frederick" (Middelhaue, 1990, O. 1967), um ein sehr bekanntes Bilderbuch zu erwähnen: Auf bestechend einfache Weise wird die komplexe Auseinandersetzung zwischen dem uns Menschen bestimmenden, imaginären und realen Bewusstsein gestaltet. Eine rückwärtsführende Erinnerungsspur legt bei der dichtenden Maus schöpferische Kräfte frei, die ihr und ihrer Umgebung ermöglichen, in einer bedrohlichen Realität zu überleben - ein philosophischer Gedanke von Ernst Bloch⁵, der von Therapeuten immer wieder erfolgreich in ihrer Arbeit mit Patienten angesprochen wird. Solche Bilderbücher verdanken ihr therapeutisches Potential dem grossen Reichtum an Metaphern. Besonders geeignet, die bestehende komplexe Wirklichkeit nicht auf den Begriff, wohl aber ins - verbale und figurative - Bild zu bringen, helfen sie offensichtlich in erster Linie den Therapeuten selber, sich vom oft lähmenden Theoriejargon der Fachliteratur zu befreien, um wieder phantasievoller und anschaulicher mit ihren Patienten zu arbeiten. So erschliessen diese Bücher oft ganzheitliche Ressourcen, die angesichts des in Psychologenkreisen oft beklagten beruflichen "burn out" als Folge jahrelanger Auseinandersetzung mit psychischen Konflikten anderer Menschen bitter nötig sind. Es geht also im Grunde um nichts anderes, als um die in unserem Jahrhundert bereits zur Tradition gewordenen Wechselbeziehung zwischen Literatur und Psychologie. Neu ist lediglich die Tatsache, dass nun auch das Bilderbuch als Erkenntnisquelle erschlossen wird.

Aber auch Patienten - Kinder und Erwachsene! - können von den mit ihnen betrachteten Bilderbüchern profitieren. Zahlreich ist heute die bibliotherapeutische Fachliteratur, die über die heilende Wirkung von Sprache und Literatur im Allgemeinen berichtet⁶; sie soll hier nicht diskutiert, sondern lediglich in Bezug auf persönliche Erfahrungen mit Bilderbüchern ergänzt werden. Bei der Bilderbucharbeit mit Patienten geht es nämlich meiner Ansicht nach weder um die bereits erwähnte utilitaristische Anwendung gewisser Geschichten und Bilder mit Modellcharakter, noch um den Anspruch auf die sog. "kathartische Wirkung" von Büchern auf Patienten, welcher m.E. für den gelegentlich etwas zweifelhaften Ruf der Bibliotherapie verantwortlich ist. Andere Funktionen scheinen mir wichtiger: Bilderbücher wie die bereits vorgestellten (es gibt nicht sehr viele) vermögen sprechende Bilder für Unvorstellbares und treffende Worte für Unsagbares zu vermitteln. Damit können sie dem einen oder andern Patienten helfen, sich von der oft erst dumpf und vage empfundenen Bedrohung unformulierter seelischer Zustände, von seiner Sprach- und Bildlosigkeit zu befreien. "Benny in der Spielzeugkiste" (Armin Greder, Middelhaue, 1993) zum Beispiel wird von erfahrenen Fachleuten als besonders gelungene Metapher für das Verharren in einem intensiven Gemütszustand betrachtet. Im Buch geht es um eine unerklärliche, das Kind beherrschende Wut; in individuell abgewandelten Varianten könnte es aber auch um Trauer, Aggression etc. gehen. Die Tatsache, dass der Buchheld trotz verschiedenster Rettungsversuche seitens Geschwister, Eltern, Grosseltern hartnäckig in der "Wutkiste" verharrt, bis er selber und aus eigener Kraft entscheidet, auszusteigen, überzeugt als stimmige Darstellung eines sich in der Isolation seines seelischen Zustandes befindenden, respektive sich davon befreienden Patienten. Die ganz schlichte, fast suggestive bilderbuchmässige Ausdrucksweise gibt Patient und Therapeut möglicherweise eine

willkommene Gelegenheit, spielerisch und zunächst auf symbolischer Ebene über schwierig formulierbare Probleme und therapeutische Strategien zur Genesung zu sprechen.

Und schliesslich noch ein von therapeutischen Fachleuten sehr positiv aufgenommenes Bilderbuch: Riese und Zwerg, die sich in Jan Lenica's "Der bunte Vogel" (Bohem, 1986) im dunklen Wald sinnlos quälen, entdecken in der gemeinsamen Sorge um einen kranken Vogel ihre Chance, eine neue, konstruktivere Beziehung aufzubauen: Ein anschauliches Bild der häufig problematischen Polarisierung der innerhalb einer Paarbeziehung zugeteilten Rollen, respektive ihrer Überwindung⁴. Ein dunkler Wald; das Verhalten des grossen, groben sowie des kleinen, giftigen 'Unmenschen'; der unscheinbare Vogel, dessen graue Federn in allen Farben zu leuchten beginnen - alles Symbole, welche der Jugendbuchfachwelt ziemlich unoriginell, ja fast banal vorkommen. Patienten mit entsprechend gelagerten Konflikten hingegen scheinen sie sich besonders gut anzubieten, um mit persönlichen und damit für die Therapie bedeutungsvollen Inhalten belebt zu werden.

Auf eine allgemeinere Ebene gebracht, heisst das: Gelungene Bilderbuchmetaphern vermitteln in psychoanalytischer Optik vor allem symbolische Gestaltungen psychischer Erfahrungen, welche im Patienten möglicherweise das konfliktlösende Gestalten eigener Bilder anregen. In systemischer Perspektive erzählen sie fiktive Konfliktsituationen, resp, -lösungen, was einen Patienten ermutigen kann, seine eigene Konfliktsituation erzählend aufzubereiten und Veränderung bringende Varianten dazu auszuarbeiten. In der praktischen Arbeit spielen wohl analytische und systemische Funktionen der Bilderbücher ineinander. Dass die künstlerische und literarische Originalität bei der Auswahl einsetzbarer Titel für Psychologen von untergeordneter Bedeutung ist, musste ich erst einsehen; es geht in diesem Kontext um andere Kriterien, nämlich um suggestive, anschauliche und stimmige Darstellung von Konflikten, resp, ihrer Ueberwindung. So können Bilderbücher wie Leo Lionnis "Sechs Raben" (Middelhauve, 1988), die in der Jugendbuchszene wenig Erfolg hatten, an der Psychologenfront einen unverhofften Aufschwung erleben. Wenn aber künstlerisch hochgeschätzte Klassiker wie Lionnis "Das kleine Blau und das kleine Gelb" (Oetinger, 1962) oder Tomi Ungerers "Kein Kuss für Mutter" (Diogenes, 1974) von praktizierenden Psychologen begeistert entdeckt und aufgenommen werden, treffen sich Qualitätskriterien zweier Welten auf glückliche Weise.

1. Zweitägiger Kurs im Ausbildungsprogramm des Instituts für gestaltende Therapie, Zürich.
 2. Weiterbildungskurs am Ausbildungsinstitut für systemische Therapie und Beratung, Meilen, in Zusammenarbeit mit Frau Dr. Annette Pestalozzi: Konfliktlösung im Bilderbuch. Nächstes Kursdatum: 19./20. Januar 1996
 3. z.B. "Wenn Du in Not bist, stell Dir vor... Darstellung von konfliktlösender Phantasie im Bilderbuch". Seminar des Psychiatrischen und kinderpsychiatrischen Dienstes Solothurn, 9. Februar 1995
 4. Mitteilung von Dr. Annette Pestalozzi im Weiterbildungskurs "Konfliktlösung im Bilderbuch", vgl. Anm. 2.
 5. Ernst Bloch. Philosophische Aufsätze zur objektiven Phantasie: Conclusio: Das Novum im Unbewussten, objektive Phantasie. Suhrkamp, Bd. 10 (1984), S. 127
 6. z.B. Poesie und Therapie. Ueber die Heilkraft der Sprache. Hrsg. Hilarion Petzold, Ilse Orth. Junfermann, 1995 (3. Aufl.)
- Denise von Stockar ist Mitarbeiterin des Schweizerischen Jugendbuch-Instituts und betreut dessen "Antenne romande". Adresse: Crêt-de-Plan 39, 1095 Lutry, tél. 021/791 14 06