



Leseprobe aus Kahlau und Kaya, Praxisbuch Lebendige Biografiearbeit  
mit Märchen, ISBN 978-3-7799-6445-2

© 2021 Beltz Juventa in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel  
[http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/  
gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-6445-2](http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-6445-2)

# Inhalt

<b>Einleitung</b>	11
Warum gerade Märchen in der Biografiearbeit?	
Und warum diese Auswahl?	11
Für wen ist dieses Buch gedacht – und wie kann man es lesen?	12
Wie sind die Kapitel eingeteilt und wie lässt sich damit arbeiten?	13
Welche Lebensthemen finden sich in den Kapiteln?	16
<b>Aschenputtel (Gebrüder Grimm)</b>	
Von Trauer und Mobbing – von Mut und authentischem Leben	18
<b>Die Bremer Stadtmusikanten (Gebrüder Grimm)</b>	
Von wegen „ausgedient“ – aktiv neue Pfade betreten	27
<b>Vom Fischer und seiner Frau (Gebrüder Grimm)</b>	
Von Maßlosigkeit und ausgeglichenen Beziehungen	36
<b>Die wilden Schwäne (Hans Christian Andersen)</b>	
Von Glaube, Liebe und Hoffnung, starkem Familienzusammenhalt und der Kraft des Sehnsens und Suchens	44
<b>Die Prinzessin auf der Erbse (Hans Christian Andersen)</b>	
Von Feingefühl und weiblicher Intuition – vom äußeren Schein und den inneren Werten	54
<b>Der Hase und der Igel (Gebrüder Grimm)</b>	
Von Hochmut und gekränktem Selbstwert – von Wettbewerb und Bevormundung	62
<b>Der Eisenhans (Gebrüder Grimm)</b>	
Vom Jungen zum Mann, von der Kraft des Wilden und davon, wie hilfreich Mentoren sein können	70
<b>Hans im Glück (Gebrüder Grimm)</b>	
Vom Auf und Ab des Lebens – vom Loslassen und Ankommen	83

**Hänsel und Gretel (Gebrüder Grimm)**

Von Wahrhaftigkeit, Zuversicht und Selbstwirksamkeit 92

**Zum guten Schluss** 102

**Anhang**

Stichwortverzeichnis der Aspekte für die Biografiearbeit  
aus den Märchen 105

Methodenverzeichnis 106

Hinweise zu den Online-Materialien 108

Literatur 109

## Einleitung

### **Warum gerade Märchen in der Biografiearbeit? Und warum diese Auswahl?**

Im deutschen Sprachraum sind Märchen vor allem durch die Sammlung der Brüder Grimm bekannt geworden. Die zuvor hauptsächlich mündlich überlieferten Geschichten wurden Anfang des 19. Jahrhunderts durch die Brüder Jacob und Wilhelm Grimm erstmals einem breiten Publikum schriftlich zugänglich gemacht. Sie waren zunächst nur für Erwachsene und erst später auch für Kinder gedacht. Seither sind diese als „Hausmärchen“ bezeichneten Geschichten aus kaum einer Biografie wegzudenken. Ob als Buch, Theaterstück, Motiv in Zeichentrick- oder Spielfilmen oder als Hörspiele: Märchen begleiten uns meist von Kindesbeinen an in verschiedenen Lebensabschnitten. Allein das ist schon Grund genug, Märcheninhalte für das biografische Arbeiten mit Menschen methodisch zum Einsatz zu bringen. Märchen haben eine verlässliche Struktur, wohl jede\*r weiß sofort, dass es sich um ein Märchen handelt, wenn die berühmten Sätze „Es war einmal...“ und „Und wenn sie nicht gestorben sind, so leben sie noch heute.“ fallen. Häufig bestimmen – ganz wie im wirklichen Leben – herausfordernde Bewährungsproben und verhängnisvolle Lebenswendungen, wie beispielsweise der Tod der Eltern, das Leben der Protagonist\*innen. Die Geschichten, wie das Leben sie schreibt, sind durchzogen von tiefgründiger Symbolik und führen in fantastische Welten, in denen Tiere sprechen können und Zauberkräfte existieren. Metaphorische Glaubenssätze und Wertvorstellungen werden darin transportiert. Das alles beflügelt die Fantasie und ergibt Stoff genug für ein kreatives biografisches Arbeiten im Rahmen von Erwachsenenbildung und Persönlichkeitsentwicklung.

Unter den Hunderten von Märchen – neben denen der Gebrüder Grimm sind beispielsweise in Deutschland auch die von Wilhelm Hauff und Hans Christian Andersen beliebt – eine Auswahl zu treffen, fiel wahrlich nicht leicht. Verschiedene Aspekte waren uns Maßstab bei der Selektion: Zum einen war uns die gute Verwendbarkeit im Kontext von Erwachsenenpädagogik, und hier besonders ein breites Themenspektrum für die Biografiearbeit mit Menschen, wichtig. Zum anderen ging es um eine gute Übertragbarkeit der Märchenthematen in die Lebenswirklichkeit von uns heutigen Menschen. Wir konnten bei der Märchenwahl aus unserer eigenen Erfahrung in der Arbeit mit Gruppen und der Einzelbegleitung schöpfen und auch auf bereits erprobte Anwendungen zurückgreifen. Ganz sicher lassen sich aber auch

noch ganz andere Märchen – auch solche aus anderen Kulturkreisen – für die Biografiearbeit nutzen. Der Kreativität der Leser\*innen sind keine Grenzen gesetzt.

An dieser Stelle ist uns wichtig, dass neben Märchen natürlich auch Sagen, Mythen, biblische Erzählungen, Gedichte, Dramen, Romane, Filme, Songtexte usw. viel Stoff für biografisches Arbeiten hergeben: Alles, was uns im Inneren berührt, ist Material für Biografiearbeit! Wir haben uns im vorliegenden Buch jedoch vor dem Hintergrund der genannten Aspekte ganz bewusst auf den Einsatz von Märchen konzentriert.

## **Für wen ist dieses Buch gedacht – und wie kann man es lesen?**

Wie schon im Vorwort erwähnt, richtet sich dieses Buch hauptsächlich an Übungsleiter\*innen von Angeboten in der Erwachsenenbildung. Dies können Frauen- oder Männerkreise, ebenso gemischt-geschlechtliche Gesprächskreise in Arbeitsfeldern der Sozialen Arbeit sein oder andere Formate in der kirchlichen bzw. sonstigen Bildungsarbeit (z. B. VHS). Ebenso hilfreich sind die Buchinhalte für Planer\*innen und Referent\*innen in Familienbildungs- oder Tagungsstätten oder anderen Bildungshäusern auf der Suche nach interessanten Themenstellungen. Auch Alltagsbetreuer\*innen oder ehrenamtlich Engagierten in Altenpflegeheimen kann unser Buch für die Seniorenbetreuung bei entsprechender Anpassung an die Zielgruppe wertvolle Impulse geben.

Die Inhalte können ebenso Trainer\*innen, Lebensberater\*innen, Therapeut\*innen und Coaches/Coachinnen zur Anregung dienen, wenn sie mit ihren Klient\*innen an bestimmten Lebensphasen oder Lebensthemen biografisch arbeiten. Märchen entfalten in solchen Settings im Sinne von Persönlichkeitsentwicklung schlicht oft ihren Wert an sich.

Und natürlich bieten die Buchinhalte auch all den Leser\*innen hilfreiche Anregungen zur persönlichen Weiterarbeit, die sich ganz für sich selbst mit ihrer eigenen Biografie beschäftigen möchten. Dazu eignen sich zahlreiche Einzelübungen. Auch manche Gruppenmethode bietet Ansätze für die Einzelarbeit und lässt sich mit kleinen Veränderungen umgestalten.

Sie sind gerne dazu eingeladen, alle Buchkapitel chronologisch zu lesen. Es ist jedoch nicht nötig. Ganz bewusst haben wir das Buch so gestaltet, dass es als Praxisbuch genutzt – und damit gezielt aufgeschlagen – werden kann. Bei der Themensuche kann neben dem Inhaltsverzeichnis besonders das alphabetische Stichwortverzeichnis der Aspekte aus den Märchen für die Biografiearbeit im Anhang hilfreich sein.

Die insgesamt 58 methodischen Ideen haben wir passend zu den Lebensthemen und Lebensfragen in den Märchen-Kapiteln ausgewählt. Sie sind

als Vorschläge zu verstehen, die je nach Zielsetzung und Setting sowie persönlichen Vorlieben anders genutzt werden können. Denn wir sind davon überzeugt, dass eine gelungene Biografiearbeit wesentlich von einer authentischen Anleitung abhängt. Die Methode muss zum Thema, zur Gruppe und vor allem auch zum bzw. zur Anleitenden passen.

## Wie sind die Kapitel eingeteilt und wie lässt sich damit arbeiten?

Bewusst haben wir für die einzelnen Kapitel bei jedem beschriebenen Märchen ein immer gleiches Schema gewählt:

- Unter  „Auf einen Blick“ finden Sie das Wesentliche im Überblick, also die behandelten Themenschwerpunkte und Praxisimpulse.
- Unter „Das Märchen“ stellen wir immer eine komprimierte Fassung des Märchens voran. Diese Zusammenfassung mit unseren eigenen Worten hat unter anderem verlags- und urheberrechtliche Gründe. Deshalb empfehlen wir zur Vorbereitung unbedingt einen vergleichenden Blick in die Märchen-Originalfassung. Gerade die „typische Märchensprache“, man-



Abbildung 1: Der vergleichende Blick in den Originaltext eines Märchens lohnt sich auf jeden Fall – sowohl in der Planungsphase als auch in der Umsetzungsphase einer Biografiearbeit

ches eingängige Bild, die eine oder andere Redewendung oder manch pfiffiger Dialog bereichern ganz besonders die Anwendung in der Biografiearbeit.

- Unter „*Verborgene Motive – Worum geht’s?*“ finden sich jeweils Überlegungen zu den thematischen Aspekten, die in den Märchen enthalten sind. Dabei wollen wir den Leser\*innen den Blick schärfen für die „Geschichte hinter der Geschichte“ und erste Deutungsmuster anbieten. Dabei sind es erst einmal unsere Deutungen als Autorin und Autor. Sie wurden aus psychologischer<sup>1</sup> und biografischer Perspektive beschrieben, erheben aber nicht den Anspruch, allumfassend oder gar allgemeingültig zu sein. Andere Deutungen – auch die von Teilnehmer\*innen der Gruppe – sind sehr willkommen.
- Unter „*Aspekte für die Biografiearbeit – Lebensthemen und Lebensfragen*“ stellen wir stets konkrete Ansätze zur Verfügung, mit deren Hilfe man Menschen dazu anleiten kann, den Märcheninhalt mit der persönlichen Lebenserfahrung zu verknüpfen und in den Austausch darüber zu kommen. Möglicherweise entdecken Leser\*innen oder Gruppenteilnehmer\*innen in den vorgestellten Märchen aber noch ganz andere Themen und Fragen. Dann dürfen diese gerne einfließen.
- Unter „*Impulse und kreative Ideen für die Biografiearbeit mit Gruppen*“ geben wir schließlich zu jedem Märchen methodische Anregungen zur vertieften Weiterarbeit am Märchentema. Als Leser\*in dürfen Sie diesen Abschnitt als ein „Brainstorming“ von Autor und Autorin verstehen. Dieser Textteil ist deshalb auch – je Märchen – mal mehr mal weniger ausführlich ausgefallen. Die methodischen Ideen sollen für Sie als Inspirationsquelle zum eigenen Weiterdenken und Weiterspinnen am Ideenfaden dienen. Sie kennen Ihr Vorhaben und Ihren Personenkreis schließlich am besten!
- Unter  „*Fazit – Wozu uns das Märchen einlädt*“ sind alle vorherigen Abschnitte noch einmal kurz und prägnant zusammengefasst.

Ausdrücklich verzichtet haben wir auf detaillierte Verlaufsskizzen, denn jede Zielgruppe und jedes Setting erfordert hier eine individuelle Planung. In der Bildungsarbeit mit Erwachsenen erfahrene Gruppenleiter\*innen sind mit den Grundlagen der Dramaturgie bei der Behandlung eines Themas bereits vertraut. Dennoch sei an dieser Stelle das Vier-Phasen-Modell für den Aufbau von Seminaren kurz umrissen. Am Beginn der Einheit steht in *Phase 1* das Kennenlernen und Miteinander-Warmwerden (Warming-up). Darauf folgt in *Phase 2* die Annäherung an das konkrete Thema und in *Phase 3* die

---

1 Zahlreiche inspirierende Impulse dazu findet man in: Frey 2017.

Themenvertiefung – vor allem durch selbsterfahrungsorientierte Methoden. Bevor man gegen Ende mit *Phase 4* – der Ausklangphase – wieder in der realen Welt „auftaucht“, das gemeinsam Erfahrene festigt und für den Lebensalltag der Teilnehmer\*innen übertragbar macht sowie das Ergebnis sichert.

Im Blick auf biografisches Arbeiten mit Märchen auf Grundlage unseres Buches bedeutet dies: Für die *Phase 1* (Warming-up) geben wir keine auf das konkrete Märchen bezogenen individuellen Empfehlungen, weil jede Gruppe und jeder/jede Leiter\*in eigene Formen und Rituale entwickelt hat. In Bezug auf das Arbeiten mit Märchen allgemein kann es hier aber hilfreich sein, die Kennenlern- bzw. Namensrunde mit märchentypischen Gegenständen oder Bildkarten (z. B. Märchenfiguren, Märchenbücher oder Abbildungen daraus) zu verknüpfen. Die Gegenstände oder Karten liegen für die Teilnehmer\*innen aus und aus dem Material darf man sich spontan etwas aussuchen. Die Teilnehmer\*innen stellen sich nun kurz vor und sagen etwas dazu, warum sie gerade diesen Gegenstand oder dieses Bild ausgewählt haben. So ist man bereits im Themenfeld „Märchen“ angekommen und hat sich miteinander vertraut machen können. Alternativ könnte jeder/jede Teilnehmer\*in verdeckt ein Märchenzitat (z. B. einen Satz, Zauberspruch o. ä.) ziehen und zusätzlich zur persönlichen Vorstellung zu erraten versuchen, aus welchem Märchen dieses Zitat stammt.

In *Phase 2* geht es um die Annäherung an das konkret ausgewählte Märchen. Man kann im Gruppensetting nicht voraussetzen, dass alle Teilnehmer\*innen auf demselben Wissensstand zum ausgewählten Märchen sind. Um diesen gleichen Wissensstand herzustellen, eignet sich eine Vielzahl an unterschiedlichen Zugängen. Zum Beispiel kann in Kleingruppen oder im Plenum ein Brainstorming zur Frage „Was fällt mir zu dem Märchen ein?“ erfolgen, in Einzelarbeit kann der Text gelesen, gemeinsam ein Hörspiel angehört oder auch mithilfe eines kurzen Films das Märchen ins Gedächtnis gerufen werden. Ebenso ist denkbar, dass man das Märchen in der Gesamtgruppe in verteilten Rollen liest oder alternativ einzelne Szenen anspielt. Aus unseren Buchkapiteln sind in dieser *Phase 2* vor allem sicher die jeweiligen Abschnitte „*Das Märchen*“ sowie „*Verborgene Motive – Worum geht's?*“ für die Planung und Durchführung hilfreich.

Am Beginn der Vertiefungsphase (*Phase 3*) kann bereits die schlichte Impulsfrage „Was können wir aus der Märchengeschichte lernen, wenn wir ein wenig zwischen den Zeilen lesen?“ eine lebendige Gesprächsrunde auslösen, in der die Teilnehmer\*innen ihre persönlichen Einfälle und Eindrücke schildern. Noch tiefer ist der Einstieg allerdings, wenn man die in unseren Kapiteln jeweils aufgeführten „*Aspekte für die Biografiearbeit: Lebensthemen und Lebensfragen*“ aufgreift, einstreut oder als Impuls für eine Einzel-, Kleingruppen- oder Plenumsrunde verwendet. Für eine lebendige, selbsterfahrungsorientierte Arbeit schließlich helfen – ebenfalls in dieser *Phase 3* – un-

sere je Märchenkapitel ausgeführten Gedanken unter „*Impulse und kreative Ideen für die Biografiearbeit*“ weiter. In diesem Abschnitt finden sich aber auch bereits Ansätze für die *Phase 4* – also zur Reflexion des Erlebten und zum Ausklang der Einheit.

Die vorgestellten  Methoden sind entsprechend der Phasen 2 bis 4 betitelt als „Einführende Methode“, „Vertiefende Methode“ und „Methode zum Ausklang“. Die einführenden Methoden geben praktische Anregungen, sich den Lebensthemen anzunähern. Mithilfe der vertiefenden Methoden können einzelne Aspekte intensiver betrachtet werden. Und die Methoden zum Ausklang halten Ideen für den Abschluss der biografischen Einheit bereit. Einige Methoden sind zudem visuell in Abbildungen dargestellt und exemplarisch verbildlicht.

Als Hilfestellung für die Durchführung von Biografiearbeit mit den behandelten Märchen bieten wir verschiedene  Online-Materialien zum Download (OM) an. In den Beschreibungen der Methoden finden Sie dazu jeweils einen Hinweis. Und im Anhang sind zusätzlich alle verfügbaren Online-Materialien komplett aufgeführt. Hier finden Sie auch Hinweise dazu, wie der Download funktioniert.

## Welche Lebensthemen finden sich in den Kapiteln?

Allen neun Märchen ist die große Bandbreite an implizierten Lebensbezügen gemein. Dennoch lassen sich gewisse Schwerpunkte herausfiltern und verschiedenen Biografie-Strängen zuordnen. Insgesamt werden rund 50 thematische Aspekte beleuchtet. Das Spektrum reicht von A wie Abhängigkeit („Vom Fischer und seiner Frau“) oder Angst („Hänsel und Gretel“) über L wie Loslassen („Hans im Glück“) bis zu Z wie Zuversicht („Hänsel und Gretel“). Mehr dazu finden Sie im Stichwortverzeichnis im Anhang. Um eine größtmögliche Vielzahl unterschiedlicher Aspekte abzudecken, haben wir Bezüge in den Märchen unterschiedlich gewichtet.<sup>2</sup> Das heißt, während in manchen Märchen einige Aspekte stärker zum Tragen kommen, sind sie in anderen Märchen eher im Hintergrund gehalten.

---

2 Eine Besonderheit ergibt sich bei den Märchen „Die Prinzessin auf der Erbse“ und dem Märchen „Der Eisenhans“. Da sie beide Aspekte für die Betrachtung der Geschlechterbiografie ansprechen, bietet es sich an, sie entweder in geschlechtergemischten Gruppen einander gegenüberzustellen oder sie in geschlechterhomogenen Kleingruppen für eine gewisse Zeitperiode aufzuteilen. In reinen Frauen- oder Männergruppen eignet sich „Der Eisenhans“ speziell für die Arbeit mit Männern und „Die Prinzessin auf der Erbse“ für die Arbeit mit Frauen. Auf diese Weise können Frauen wie Männer „unter sich“ geschlechterspezifische Aspekte betrachten. Dies birgt die Chance einer besonders intimen Stimmung und schafft Raum für einen expliziten Fokus auf die Geschlechterbiografie.

Nun kann die Reise in die Welt der Märchen beginnen. Entdecken Sie in den folgenden Kapiteln die Vielfalt der Möglichkeiten, Märchen in der Biografiearbeit wirkungsvoll zu nutzen.