

Gidon Horowitz

**Märchenerzähler und Psychologischer
Psychotherapeut**

Hauptstr. 14 a – D-79252 Stegen
Tel. ++49 (0)7661 7559 – horowitz@maerchenschatz.de

Der Weg des Erzählens

Konzept – Bausteine (Stand März 2012)

Ich betrachte Erzählen als einen Weg, der ganz individuell begangen wird. Wer erzählt, ist unterwegs, mit sich und den Geschichten, und muss den eigenen Weg finden, eigene Schwerpunkte setzen, einen eigenen Stil entwickeln. Ich biete daher keinen fertigen Ausbildungsgang mit Abschluss an, sondern Bausteine, die Interessierte individuell zusammenfügen können. Quereinsteiger aus anderen Programmen und/oder mit entsprechender eigener Erfahrung sind willkommen. Ebenso wird allen TeilnehmerInnen empfohlen, sich auch bei anderen ErzählerInnen und Erzählfortbildungen umzuschauen, um neue Sichtweisen zu gewinnen und den eigenen Horizont zu erweitern.

Einige für mich wesentliche Elemente des Erzählens

<u>Aufnahme:</u>	<u>Innere Verarbeitung:</u>	<u>Wiedergabe:</u>
<ul style="list-style-type: none">- Erleben (außen oder innen)- Hören- Lesen- wo und wie finde ich „meine“ Geschichten	<ul style="list-style-type: none">- spricht mich die Geschichte an oder nicht?- Welche Stellen berühren mich besonders?- Was hat die Geschichte mit mir zu tun?- Was erlebe ich innerlich dabei (Bilder, Empfindungen)?- Weshalb will ich die Geschichte erzählen?- Fragen, Gedanken, Assoziationen zur Geschichte- Kulturellen und spirituellen Hintergrund der Geschichte kennenlernen- Struktur / roten Faden der Geschichte erkennen- Dramaturgie der Geschichte- Suche nach Varianten	<ul style="list-style-type: none">- Auswahl, Verdichtung- Dramaturgie- Erzählfluss (Beschreibung vs. Handlung)- Schau der inneren Bilder- Sprachliche Umsetzung, Wortwahl.- Eigene Sprache finden (Mundart).- Stimme (Modulation, Klarheit)- Gestik, körperlicher Ausdruck- Gestaltung des Erzählortes (kleine persönliche Rituale)- Welche Geschichte für welches Publikum?- Beziehung zwischen Ort des Erzählens und Geschichte

Der Weg des Erzählens – Bausteine

1. Basiskurs:

*Erste Schritte
zum lebendigen Erzählen*

2. Vertiefungskurse:

*Auf den Flügeln der
Phantasie –
Einführung ins
Fabulieren*

*Märchen und ihre
Symbole –
Einführung in eine
tiefenpsychologische
Betrachtungsweise*

*Die Wirkung eines
Märchens und
seiner Symbole
(Selbsterfahrung)*

3. Praxiskurse:

*Erzählpraxis –
Teil 1:
Intensive Arbeit am
eigenen Erzählen in
der Gruppe, mit
Rückmeldungen*

*Erzählpraxis –
Teil 2:
Begleitete praktische
Erfahrung, mit
Rückmeldungen*

Alle Kurse werden von Gidon Horowitz geleitet. Er gehört zu den bekanntesten Märchenerzählern im deutschen Sprachraum, ist Autor mehrerer Märchenbücher und Analytischer Psychotherapeut in eigener Praxis. Seit über 20 Jahren leitet er Märchenkurse und Erzählkurse im Rahmen verschiedener Institutionen.

Die aktuell angebotenen Kurs-Bausteine finden Sie im Internet unter www.maerchenschatz.de/kurse.htm.

Für jeden Baustein werden im Folgenden Inhalte, Ziele, Dauer, Voraussetzungen und Gruppengröße angegeben:

1. Basiskurs:

Erste Schritte zum lebendigen Erzählen

Spielerische Übungen im freien Erzählen

Eine Geschichte ist ein Geschenk - sei es nun ein Märchen - Kostbarkeit aus einem uralten Schatz der Menschheit -, eine Weisheitsgeschichte oder eine Geschichte von heute. Märchen und Geschichten regen mit ihren eindrücklichen Bildern die Phantasie an. Sie laden uns ein, unsere eigenen inneren Bilder dabei zu erleben, und sie können Kindern wie Erwachsenen Mut geben und uns auf neue, bisher ungeahnte Wege aufmerksam machen.

Beim lebendigen Erzählen entfalten die Bilder und Gestalten ihre volle Schönheit und Tiefe. Wir werden in diesem Kurs in geschütztem Rahmen und auf spielerische Weise üben, kurze Geschichten frei und möglichst bildhaft wiederzugeben.

Ziel: Die TeilnehmerInnen sollen Unterstützung und Ermutigung erfahren, in ihrem beruflichen und / oder privaten Alltag öfter frei zu erzählen.

Inhalte:

- Verschiedene Möglichkeiten der Aufnahme: Erleben, Hören, Lesen.
- Der „rote Faden“ einer Geschichte.
- Spielerische Übungen in der freien, lebendigen Wiedergabe kurzer Geschichten aus den verschiedensten Ländern
- Verschiedene Arten von Geschichten – Märchen, Sagen, Schwänke, Legenden, Novellen, Alltagsgeschichten...
- Gespräch zu Themen wie: Umgang mit dem Bösen und mit Grausamkeit im Märchen, welche Geschichten eignen sich für welches Alter, Märchen und Medien...

Dauer: 2 Tage (9 – 12 Stunden)

Voraussetzungen: Für die Teilnahme sind **keine Vorkenntnisse** erforderlich. Wichtig sind lediglich die Freude an Geschichten und der Wunsch, sie auch anderen zu erzählen.

Mitbringen: bequeme Kleider und Malmaterial (Farben - z.B. Wachsmaler oder Wasserfarben - und Papier)

Gruppengröße: 7 - 15 Personen

2. Vertiefungskurse:

Auf den Flügeln der Phantasie

Einführung ins Fabulieren

Viele Geschichten sind uralte, gleichzeitig entstehen aber auch immer wieder neue. In diesem Kurs können sich die TeilnehmerInnen daran wagen, überlieferte Geschichten weiter zu spinnen oder auch eigene Geschichten entstehen zu lassen, zu gestalten und zu erzählen. Als Kristallisationspunkte dienen Teile überlieferter Geschichten, Objekte, Erinnerungen, Träume und Phantasien.

- Struktur und Dramaturgie von Geschichten allgemein.
- Geschichtenanfänge in der Phantasie weiterspinnen und erzählen.
- Träume erzählen und weiterspinnen.
- Erfinden von Geschichten mit spielerischen Hilfsmitteln.

Ziele:

- Kontakt mit der eigenen schöpferischen Phantasie
- Größere schöpferische Freiheit beim Erzählen

Dauer: 2 bis 3 Tage

Voraussetzungen: Basiskurs (1.) oder vergleichbare Erzählerfahrung

Mitbringen: bequeme Kleider, Schreibmaterial und Malmaterial (Farben - z.B. Wachsmaler oder Wasserfarben - und Papier)

Gruppengröße: 7 - 10 Personen

Märchen und ihre Symbole

Einführung in eine tiefenpsychologische Betrachtungsweise

Wie Edelsteine lassen sich auch Märchen von verschiedenen Seiten ansehen und erscheinen dann in unterschiedlichem Licht. Es macht den Reichtum und die Tiefe der Märchen aus, dass wir sie auf so viele verschiedene Arten sehen können. Die tiefenpsychologische Sicht ist dabei *nur eine von vielen möglichen* Betrachtungsweisen.

Anhand ausgewählter Märchen gehen wir auf die seelische Wirkung von Symbolen ein und besprechen das von C.G. Jung entwickelte Konzept der Archetypen. In Anlehnung an J. Campbell („Der Heros in tausend Gestalten“) betrachten wir die Wege der Heldinnen und Helden im Märchen mit ihren typischen Stationen. Das Konzept des von C.G. Jung beschriebenen Individuationsprozesses wird erklärt und ein Märchen als Ausschnitt der Entwicklungsgeschichte *einer* Person betrachtet.

- Symbole und ihre Wirkung
- Archetypen und einige ihrer Erscheinungsformen im Märchen
- Der Weg der Heldin / des Helden im Märchen
- Märchenwege und Individuation

Ziel: Kennenlernen der Grundbegriffe einer tiefenpsychologischen Betrachtungsweise der Märchen und ihrer Symbole.

Dauer: 2 Tage (9 - 12 Stunden)

Voraussetzungen: Für die Teilnahme sind **keine Vorkenntnisse** erforderlich.

Mitbringen:

- bequeme Kleider
- persönliches Malmaterial (Farben - z.B. Wachsmaler oder Wasserfarben - und Papier) zum Malen kleiner Märchenbilder
- eine vollständige Ausgabe der Märchen der Brüder Grimm (falls vorhanden)

Gruppengröße: 7 - 15 Personen

Die Wirkung eines Märchens und seiner Symbole (Selbsterfahrung)

Märchen sind wie Edelsteine aus einem großen Schatz, von dem die Menschen aller Völker seit Urzeiten schöpfen. Mit ihren lebendigen Symbolen (im Sinne C.G. Jungs) können sie die Seele berühren und tiefe Gefühle auslösen. Zudem vermitteln sie oft Hoffnung und bringen Anregungen für neue Lösungswege. Damit können sie in einem therapeutischen Prozess hilfreich wirken.

Wir werden uns in diesem Seminar mit *einem* Märchen befassen. Beim Zuhören, Malen und stillen Betrachten werden wir seinen Bildern inneren Raum und äußere Gestalt geben. Die gemalten Bilder werden wir dann gemeinsam betrachten und einander behutsam mitteilen, was jede/n Einzelne/n dabei bewegt und ans Licht der bewusst erlebten Welt kommen will. Ein wichtiger Grundsatz dabei ist, dass jede/r sich nur so weit auf diese Selbsterfahrung einlässt, wie sie/er es will und für sich selber verantworten kann.

Zum Abschluss werden wir das Märchen gemeinsam lesen und besprechen, und zudem der Frage nachgehen, wie Märchen in einem therapeutischen Prozess eingesetzt werden können.

Ziel: Eigene Erfahrung der seelischen Wirkung eines Märchens und seiner Symbole.

Dauer: 2 Tage (9 – 12 Stunden)

Voraussetzungen: Für die Teilnahme sind **keine speziellen Vorkenntnisse** nötig. Wichtig ist die Bereitschaft, sich auf die Selbsterfahrung mit einem Märchen einzulassen.

Interessenten, die sich in einer psychotherapeutischen Behandlung befinden, sollten vor der Anmeldung die Teilnahme mit ihrer Therapeutin / ihrem Therapeuten absprechen.

Mitbringen: Bequeme Kleider und Malmaterial (Farben - z.B. Wachsmaler oder Wasserfarben - und Papier).

Gruppengröße: 8 bis 12 Personen

Hinweis: Eine noch eingehendere Auseinandersetzung mit einem Märchen und seinen Symbolen bietet der Kurs *Der Blick nach Innen*, den Gidon Horowitz gemeinsam mit der Erzählerin und Psychodramaleiterin Elisa Hilty anbietet. Nähere Auskünfte dazu bei Gidon Horowitz.

3. Praxiskurse:

Erzählpraxis – Teil 1

Intensive Arbeit am eigenen Erzählen in der Gruppe, mit Rückmeldungen

Für die Entwicklung des eigenen Erzählstils sind unterstützende Rückmeldungen oft sehr hilfreich. In diesem Kurs erhält jede/r Teilnehmer/in die Gelegenheit, im geschützten Rahmen der Gruppe eine kurze Geschichte zu erzählen und Rückmeldungen u.a. zu folgenden Punkten zu bekommen:

- Gesamtwirkung
- Gefühlsmäßige Wirkung der Geschichte
- Dichte der inneren Bilder
- Stimme, Mimik und Gestik
- Erzählsprache
- Erzähltempo, Erzählfluss
- Gestaltung des Raumes (kleine persönliche Rituale)
- Kontakt mit dem Publikum, Umgang mit Störungen

Je nach Bedarf der TeilnehmerInnen wird auf diese Punkte auch im Gespräch eingegangen, und zu einzelnen Themen werden auch spielerische Übungen angeboten.

Ziele:

- Bewusste Weiterentwicklung des eigenen Erzählstils
- Erkennen und Bearbeiten eigener „Schwachstellen“
- Vergrößerung der eigenen Selbstsicherheit beim Erzählen

Dauer: 2 bis 3 Tage

Voraussetzungen:

- Basiskurs (1.) oder vergleichbare Erzählerfahrung
- Eigene Erzählerfahrung

Bei Fragen bez. der **Voraussetzungen** wenden Sie sich bitte an den Referenten.

Mitbringen:

- Bequeme Kleider
- Schreibmaterial
- Malmaterial (Farben - z.B. Wachsmaler oder Wasserfarben - und Papier)
- eine Geschichte, die erzählt werden soll (Dauer max. 10 Minuten).

Gruppengröße: 7 bis 12 Personen

Erzählpraxis – Teil 2

Begleitete praktische Erfahrung, mit Rückmeldungen

In Weiterführung von Teil 1 werden die TeilnehmerInnen individuell und als Gruppe begleitet, für ein unbekanntes Publikum (Kinder oder Erwachsene) gemeinsam eine Erzählstunde zu gestalten. Die Erzählstunden werden in der Gruppe intensiv vorbereitet und nachbesprochen. Dazu gehört:

- Auswahl der Geschichten
- Besprechen des Ablaufes
- Gestaltung des Auftrittsortes
- Umgang mit Störungen
- Arbeit mit Rückmeldungen in hilfreicher Form (wie in Kurs 3.a.)

Erzählorte sind ein Kindergarten und / oder eine Erwachsenen-Begegnungsstätte.

Ziele:

- Üben des Erzählens vor unbekanntem Publikum
- Erkennen und Bearbeiten eigener „Schwachstellen“
- Vergrößerung der eigenen Selbstsicherheit beim Erzählen

Dauer: 2 bis 3 Tage

Voraussetzungen:

- Basiskurs (1.) und Erzählpraxis Teil 1 (oder vergleichbare Erzählerfahrung)
- eigene Erzählerfahrung

Bei Fragen bez. der Voraussetzungen wenden Sie sich bitte an den Referenten.

Bitte mitbringen:

- Bequeme Kleider
- Schreibmaterial
- Malmaterial (Farben - z.B. Wachsmaler oder Wasserfarben - und Papier)
- Geschichten, die erzählt werden können (Dauer jeweils max. 15 Minuten)

Gruppengröße: 7 bis 10 Personen