

# Grundgedanken des Therapeutischen Puppenspiels - ein kurzer Überblick

© Dr. Gudrun Gauda (überarbeitet 2017)

Puppen jeder Art<sup>1</sup> haben in ihren unterschiedlichen Erscheinungsformen schon seit alters her eine magische Ausstrahlung und eine therapeutische Bedeutung. Das liegt in erster Linie daran, dass sie ein Abbild des Menschen sind - ein Abbild, in das viel hineingedacht werden kann an Persönlichkeit, Charakter und Verhaltensweisen. Das heißt: Puppen sind wie Menschen - aber eben auch so, wie wir diesen Menschen (gerade jetzt) gerne hätten.

- Die Puppe widerspricht uns nie. Sie muss das sein, was wir wollen. -

Viel hineingedacht werden, kann natürlich vor allem in Puppen mit wenig „Profil“, d.h. in Puppen, die nur in ihrer Andeutung Mensch sind: aus Holz geschnitzte Puppen, Puppen aus Stroh oder Wolle usw. – oft sogar ohne Gesicht. Sie regen in besonderem Maße unsere Phantasie an. Puppen ohne Augen sind allerdings eher selten: oft deuten nur zwei Augen ein Gesicht an. Sie sind meist das wichtigste Detail an einer Puppe, denn sie verleihen ihr Leben.

Nach diesen Vorinformationen überrascht es auch nicht, dass der Gedanke, Puppen in der (Heil)Pädagogik und der (Psycho)-Therapie zu verwenden, weder neu noch etwas Besonderes ist. So wie Schamanen Puppen als Gestalt und Symbol des Menschen schaffen, um ihre Magie an ihnen auszuüben, so benutzt jedes Kind, das eine Puppe in die Finger bekommt - und sei es auch nur eine Lumpenfigur - diese ganz instinktiv als Partner, Gegenüber und Identifikationsfigur.

Puppen in der Therapie und Pädagogik systematisch und gezielt zu verwenden, ist jedoch eine Idee, die in den USA und später in Europa in den 20er Jahren aufkam und zwar im Zuge der Entwicklung des Psychodramas, so wie Jacob Levy Moreno (1892 - 1974) es entwickelte. Moreno stützte seine Methode auf Beobachtungen von Spiel und Rollenspiel von Kindern auf Spielplätzen. Und Psychodrama bedeutet (verkürzt gesagt) nichts anderes, als all das, was sonst an Gefühlen, Gedanken und Empfindungen auf einer „inneren Bühne“ vorhanden ist, auf der „äußeren Bühne“ auszuspielen. Wut, Trauer, Zärtlichkeit, Angst usw. finden im Spiel des Psychodramas ihren Ausdruck - so wie Moreno es im Rollenspiel der Kinder beobachtete. Er beobachtete aber auch, dass es Kindern nach Aufforderung im direkten Rollenspiel sehr schwer fällt, ihre Empfindungen auszudrücken und dass deshalb bei ihnen das Spiel mit der Puppe vorzuziehen ist, wenn es nicht um spontanes Spiel geht. Das Übertragen von nicht verarbeiteten, ängstigenden Gefühlen auf die Puppe und das Aussprechen und Agieren dieser Gefühle über die Puppe, ängstigt Kinder (und oft nicht nur diese!) sehr viel weniger, als das direkte Aussprechen und Ausagieren im Psychodrama.

Dazu kommt, dass Kinder häufig nicht mit Worten sagen können, was sie beschäftigt - entweder, weil ihnen die Worte dazu noch fehlen oder weil ihnen die Probleme nicht bewusst sind, auch weil sie verdrängt oder verschüttet sind. Fehlende

---

<sup>1</sup> Mit „jeder Art“ ist hier gemeint, dass es sich dabei sowohl um Spielpuppen für Kinder als auch um Theaterpuppen handelt, die in der deutschen Sprache leider nicht weiter unterschieden werden können, während wir z.B. im Engl. doll und puppet und im Franz. poupée und marionette unterscheiden.

Ausdrucksmöglichkeiten finden wir aber auch bei Erwachsenen immer dann wenn die Probleme zu „unsäglich“ werden. Die Sprache, die an Stelle des gesprochenen Wortes tritt, ist aber eine Symbolsprache. Dass diese Bildersprache im Spiel oder im Bild zum Ausdruck kommt, macht sich die Kinderpsychotherapie seit ihren Anfängen zunutze und bietet dem Kind anstatt Gesprächen das Spiel als Kommunikationsmittel an. Das therapeutische Puppenspiel stellt dabei die Handpuppe als Kommunikationsmittel gezielt in den Mittelpunkt.

Therapeutisches Puppenspiel ist mehr und anders als Puppentheater. Therapeutisches Puppenspiel ist vor allen Dingen immer Du-konzentriert, das heißt ganz gezielt auf ein Gegenüber bezogen und im Dialog darf der Therapeut selbst kein Anliegen haben außer dem, dem Klienten möglichst nahe zu sein.

Puppentheater ist zwar für Publikum gedacht, jedoch immer Ich-konzentriert, was den Künstler angeht, der mit seiner Kunst und seinem Tun im Mittelpunkt steht.

### **Therapeutisches Puppenspiel**

- Es ist das Spiel des Kindes

Das Spiel steht für sich selber. Der Spielprozess und das was er beim Spieler bewirkt steht im Vordergrund. Es handelt sich um einen geschützten Raum aus dem nichts nach außen dringen darf. Das Spiel wirkt befreiend und Spannung abbauend, indem es dazu dient, verdrängte Gefühle nach oben zu bringen, Ängste abzubauen, Konflikte zu lösen, z.B. steht die Hexe, die getötet werden darf vielleicht für Aggressionen gegen die Mutter. Ängste nehmen Gestalt an in der Figur und verlieren damit an Kraft, da spielerisch damit umgegangen werden kann. Der Spieler spielt, wie er sich gerade fühlt und dabei gibt es keine Zuschauer, keine Bewertung und keine Theaterkritiken. Die Beziehung zum Mitspieler (Therapeut) ist dabei ein wichtiger Bestandteil des Prozesses. Der Therapeut kann erkennen, sofern er die Symbolsprache versteht, was das Kind ihm mitteilt.

- Spiel des Therapeuten

Er spielt nach Anweisungen des Kindes. Das Kind steht immer im Mittelpunkt. Der Therapeut ist Begleiter, Helfer, Zuhörer, Einfühler, Beobachter und Anreger. Er begleitet das Kind in der Bewältigung einer schwierigen Lebensphase und handelt therapeutisch auf Grund von Einfühlung in das psychische Problem des Kindes. Er braucht Intuition und psychologisches Fachwissen.

- Inszenierung

Sie muss hier keine geschlossene Geschichte sein und kann u. U. sehr langweilig für Zuschauer sein und ist immer wieder anders. Ein Bügelbrett reicht als Bühne, drei Figuren und wenige Requisiten reichen aus um eine Geschichte zu erfinden und die Sprache kommt „aus dem Bauch“.

- Figuren

Sie sind in ihrem Ausdruck eindeutig festgelegt (archetypisch) oder sehr neutral (Kind/ Eltern) und realistisch in der Gestaltung. Jede Figur hat ihre eigene Aussage. Je nach

Frage und Klient werden die Figuren eingesetzt und interpretiert und sind so variabel einsetzbar. Jeder kann sie herstellen.

## **Puppentheater**

- Es ist ein Spiel für die Öffentlichkeit

Er spielt für den Zuschauer, der verzaubert, belehrt und /oder unterhalten werden soll. Der Zuschauer selbst kann das Spiel nur mittels seiner Phantasien und Projektionen mitgestalten. Es ist auch nicht entscheidend wichtig, ob er sich voll auf das Stück und seine Aussage einlässt, es kann für ihn trotzdem unterhaltsam gewesen sein. Die Inszenierung stellt sich der Kritik der Öffentlichkeit. das Stück wird immer wieder gleich gespielt. Aktuelle Gefühle der Spieler sollten keine Rolle spielen.

- Spiel des Puppenspielers

Die Puppenspieler sind hier die Chefs, ihre Ideen sind entscheidend. Sie haben sich aus bestimmten Gründen für ein Stück entschieden und spielen es aufgrund ihrer persönlichen Entscheidung in ihrer persönlichen Interpretation.

- Inszenierung

Hier wird Perfektion angestrebt: Licht, Musik, Bühnengestaltung und Figuren sollten zusammen mit der Aussage des Stückes aus einem Guss sein. Das Stück selbst hat einen Rhythmus und einen Spannungsbogen. Die Sprache ist poetisch.

- Figuren

Sie müssen nicht völlig ausgestaltet sein und lassen in jedem Fall Raum für Phantasien der Zuschauer. Sie unterwerfen sich der Aussage des Stückes und haben festgelegte Charaktere. Die Figur ist in ihren Bewegungsmöglichkeiten, in ihrer Kleidung und ihrer Stimme speziell für diese Rolle festgelegt worden und so oft auf das Wesentliche reduziert, so dass sie viel Raum für Projektionen lässt. Meist hat sie ein Künstler hergestellt.

## **Was Puppen alles können**

- Diskussionen leiten
- Streit schlichten
- die eigene Meinung deutlich machen
- neue Erfahrungen wagen
- dumme Fragen stellen
- schüchtern sein
- vorlaut und frech sein
- trösten
- zum Lachen bringen

- mit uns weinen
- wütend sein
- zärtlich sein
- mutig sein
- ängstlich sein
- stark sein
- schwach sein
- klug sein
- dumm sein
- lieb sein oder
- böse sein - ganz nach Bedarf

Das bedeutet: Puppen können alles und DÜRFEN alles, was ein „normaler“ Mensch nicht kann und darf oder was ein „gut erzogenes Kind“ sich nicht traut zu tun - aber vielleicht doch gerne einmal tun möchte, da die Impulse dazu in uns leben - ob uns das gefällt oder nicht. Die Puppe mit ihrer Stellvertreterfunktion setzt alle diese Regeln außer Kraft. Mit ihr kann auch der Therapeut oder der Pädagoge die Seiten in sich mobilisieren, bei denen er sich selbst unsicher oder ängstlich fühlt. Und so wird sie nicht nur für den Hilfe Suchenden zum Helfer, sondern auch für den Professionellen.

Nur zu einem sollte sie nie missbraucht werden: sie ist kein verlängerter pädagogischer Zeigefinger!!! Und auch kein Instrument, um Forderungen geschickt zu unterstreichen.

### **Warum Handpuppen?**

Für jeden Patienten ist im therapeutischen Prozess die Herstellung einer Handpuppe (vor allem nach der weiter unten beschriebenen und von Käthy Wüthrich speziell entwickelten Methode<sup>2</sup>) der einfachste und unmittelbarste Weg ein dreidimensionales Bild seines inneren Zustandes zu schöpfen. In zwei bis drei Therapiestunden hat auch ein manuell relativ ungeschickter Mensch oder ein recht kleines Kind (ab ca. 4 Jahren) nach dieser Methode „seine“ Identifikationsfigur geschaffen und hat somit recht schnell ein echtes Erfolgserlebnis. Erwachsene brauchen dazu oft sehr viel länger als Kinder, da bei ihnen die Entscheidungsprozesse häufig weniger spontan und mehr kopfgesteuert sind. Dazu kommt, dass Kinder in der Regel schneller mit dem von ihnen Geschaffenen auch zufrieden sind und nicht so lange an sich kritisieren und die Figur korrigieren und verbessern.

Diese selbstgeschöpfte Handpuppe erlaubt jedem (Kind wie Erwachsenen) auf dem kürzesten Weg in die Figur hineinzuschlüpfen. Indem sie über die Hand gestreift wird, wird sie mit der Identität des Spielers ausgefüllt und sie wird im Spiel seine innere Geschichte gestalten und sichtbar werden lassen.

<sup>2</sup> vgl. Wüthrich, K. & Gauda, G.: Botschaften der Kinderseele, München, 1990/ neu auch in: Gauda, G.: Königskinder und Drachen. Handbuch des Therapeutischen Puppenspiels. Norderstedt 2017

Das „mit der Hand in die Puppe Schlüpfen“, bzw. „die Puppe Überstreifen“ macht deutlich, dass hier im Spiel eine andere Person die Stelle des Spielers einnimmt - eine Person, die zwar viel mit dem Spieler zu tun hat aber eben doch ein Stellvertreter ist.

Dadurch, dass sie stellvertretend für etwas oder jemand anderen steht, darf die Puppe auch alles: Sie darf schimpfen, fluchen, spucken, kämpfen, zerstören, weinen, lieben, lachen, aggressiv sein und zänkisch oder und anlehnungsbedürftig und zärtlich; sie darf rauben, morden, zaubern und verwandeln - und vieles mehr. Kurz sie - als Puppe - darf alles, was wir Menschen oft nicht dürfen oder uns nicht trauen und sie kann auch alles. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt!

Die Aufgabe des Therapeuten besteht darin:

- zu beobachten
- sich in die Innenwelt des Kindes hineinzusetzen
- die Symbole im Spiel zu erkennen
  - zu deuten und
  - in einen größeren Gesamtzusammenhang zu stellen.
- die innere Geschichte des Kindes behutsam aufzunehmen
  - zu begleiten
  - neu zu ordnen
  - andere, bisher unbekannte Verhaltensalternativen aufzuzeigen,

um so dem Kind einen neuen gangbaren Weg aus seiner Problematik zu ermöglichen.

Sehr wichtig ist dabei, dass die Figuren in Herstellung und Handhabung so einfach wie nur irgend möglich sind.

- sie haben einfache Schlitze für die eigenen Finger statt genähter oder modellierter Hände. Das dient zum einen der Herstellung von Hautkontakt und erleichtert das Spiel und das Festhalten von Gegenständen. (s.u.)
- sie müssen leicht sein, damit sie für Kinderhände zu halten sind
- es muss für jeden möglich sein, SEINE Vorstellung zu realisieren und
- die zur Verfügung gestellten Figuren müssen als Archetypen (König, Königin, Teufel, Tod usw.) erkennbar sein.
- Sehr wichtig ist, dass es auch Tiere gibt, die dem Kind als archaische Figur oft näher sind.

Die Aufgabe des Therapeuten besteht darin:

- zu beobachten

- sich in die Innenwelt des Kindes hineinzusetzen
- die Symbole im Spiel zu erkennen
  - zu deuten und
  - in einen größeren Gesamtzusammenhang zu stellen.
- die innere Geschichte des Kindes behutsam aufzunehmen
  - zu begleiten
  - neu zu ordnen
  - andere, bisher unbekannte Verhaltensalternativen aufzuzeigen,

um so dem Kind einen neuen gangbaren Weg aus seiner Problematik zu ermöglichen.

Sehr wichtig ist dabei, dass die Figuren in Herstellung und Handhabung so einfach wie nur irgend möglich sind. Deshalb verwenden wir besondere Handpuppen:

- sie haben einfache Schlitze für die eigenen Finger statt genähter oder modellierter Hände. Das dient zum einen der Herstellung von Hautkontakt und erleichtert das Spiel und das Festhalten von Gegenständen. (s.u.)
- sie müssen leicht sein, damit sie für Kinderhände zu halten sind
- es muss für jeden möglich sein, SEINE Vorstellung zu realisieren und
- die zur Verfügung gestellten Figuren müssen als Archetypen (König, Königin, Teufel, Tod usw.) erkennbar sein.

Wichtig ist auch, dass es Tiere gibt, die dem Kind als archaische Figur oft näher sind. Marionetten oder so genannte Groß- oder Schoßpuppen verlangen in der Herstellung sehr viel Geduld und in der Führung eine Menge Fingerfertigkeit und Geschick. Ein spontaner Zugang zu den Innenwelten des Kindes, den Störungen, die wir erkennen wollen, um einen therapeutischen Prozess in Gang zu bringen, wird dadurch unmöglich.

### **Die Bedeutung der Requisiten**

Neben den Figuren sind auch die Gegenstände von großer Bedeutung. Ohne Gegenstände entstehen immer wieder lange Mono- oder Dialoge, die jedoch schnell ermüden und langweilen. Gegenstände jedoch fordern zum Handeln auf!