



# Probing Our Fortune – Career Preparedness and Life Navigation with Folk tales

Leitfaden für die Verwendung von Märchenkarten

## Sfurtuna

Sizilianisches Volksmärchen

Autorinnen: Dr Éva Virág Suhajda, Júlia Heltai

Lektorin: Dr Ildikó Boldizsár

Illustratorin: Julianna Barczy

Märchen: nacherzählt von Paul Crowson



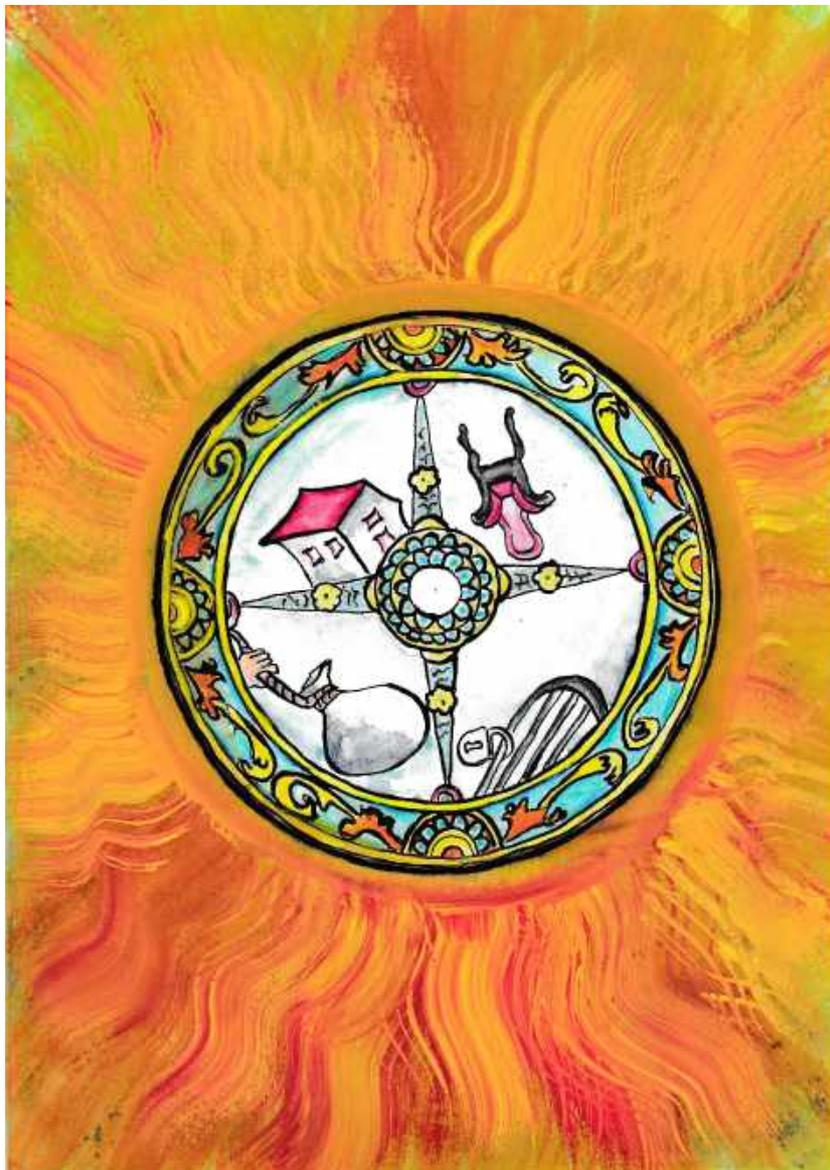
Kofinanziert von der  
Europäischen Union

Dieses Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung (Mitteilung) trägt allein die VerfasserIn; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.



## Inhalt

|   |    |
|---|----|
| Das Märchen – Sfurtuna.....                                   | 3  |
| Leitfaden zum Märchen .....                                   | 9  |
| Wo fängt man an, wenn man mit einer Geschichte arbeitet?..... | 13 |
| Wo fangen Sie in der Beratung an?.....                        | 18 |
| Ein mögliches Szenario für eine Gruppenaktivität .....        | 22 |





## Das Märchen – Sfurtuna

Es lebten einmal ein König und eine Königin. Dieser König und diese Königin hatten sieben Töchter. Die jüngste hieß Sfurtuna. Ein schrecklicher Krieg brach aus - und der König wurde besiegt. Seine Feinde nahmen ihm den Thron weg und warfen ihn ins Gefängnis. Nun, da er im Gefängnis saß, war seine Familie sehr arm. Die Königin wurde gezwungen, aus dem Palast auszuziehen, und sie und ihre sieben Töchter mussten in einer heruntergekommenen Hütte leben.

Für sie wurde es immer schlimmer. Sie waren so arm, dass es ein Wunder war, dass sie überhaupt etwas zu essen hatten. Eines Tages kam ein Obstverkäufer an ihrer Hütte vorbei. Die Königin bat ihn herein und erstand ein paar Feigen. In diesem Moment erschien eine alte Bettlerin und bat um ein wenig Geld.

"Oh, Mütterchen!", sagte die Königin. "Wenn ich könnte, würde ich dir so viel geben, wie du willst. Aber ich kann nicht, denn ich bin auch arm."

"Du bist auch arm? Wie kommt das?", fragte die alte Frau.

"Oh, Mütterchen! Weißt du denn nicht? Ich bin die Königin von Spanien. Sie haben den Thron meines Mannes gestohlen und mich ohne eine Münze zurückgelassen!"

"Du Ärmste! Jetzt verstehe ich. Aber weißt du, warum die Dinge so schlecht für dich laufen? Es liegt daran, dass eine deiner Töchter verflucht ist. Solange ihr unter demselben Dach lebt, wird euch das Glück nicht hold sein."

"Ich muss also eine meiner Töchter wegschicken?"

"In der Tat, Eure Majestät."

"Und wer ist die Verfluchte?"

"Diejenige, die mit über der Brust gekreuzten Händen schläft. Zünde heute Abend eine Kerze an und wache über deine Töchter in ihren Betten. Eine von ihnen wird ihre Hände verschränkt halten. Du musst sie fortschicken. Wenn du das tust, wird dir dein Land zurückgegeben werden."

Um Mitternacht zündete die Königin eine Kerze an und betrachtete ihre Töchter. Keine von ihnen schien die Hände zu verschränken. Doch nach langer Zeit wurde ihr plötzlich klar, dass eine von ihnen mit verschränkten Händen schlief: Sfurtuna, die Jüngste von ihnen allen! "Oh, mein süßes Mädchen", flüsterte die Königin traurig. "Bist du es, die ich fortschicken muss?"

Als die Königin dies sagte, wachte Sfurtuna auf und sah, dass die Augen ihrer Mutter mit Tränen gefüllt waren. "Was ist geschehen, Mutter?", fragte sie.



"Nichts, mein Schatz. Aber eine alte Frau kam und überbrachte mir eine Warnung. Sie sagte, dass das Glück uns erst dann hold sein wird, wenn ich meine verfluchte Tochter vertreibe, die mit gekreuzten Händen schläft... Und diese verfluchte Tochter bist du!"

"Weinst du deshalb?", fragte Sfurtuna. "Dann ziehe ich mich jetzt an und gehe sofort."

Sie zog ihre Kleider an, packte ein Bündel und machte sich auf den Weg. Sie lief und lief, bis sie einen einsamen Ort erreichte. Dort fand sie eine alte Hütte. Als sie lauschte, konnte sie hören, dass in der Hütte einige Frauen webten. Sie spähte durch die Tür. Eine der Weberinnen blickte auf: "Möchtest du hereinkommen?"

"Das würde ich sehr gerne tun, meine Dame", antwortete Sfurtuna.

"Und willst du unsere Dienerin sein?"

"Das werde ich, meine Dame."

Und damit begann Sfurtuna, die ganze Hütte zu putzen. Am Abend sagten die Weberinnen zu ihr: "Wir gehen jetzt raus. Wir werden die Tür von außen abschließen, und du musst sie auch von innen abschließen. Wenn wir nach Hause kommen, öffne die Tür für uns, aber pass auf, dass niemand die ganze Seide stiehlt, die wir hergestellt haben!" Und dann gingen sie.

Gegen Mitternacht wachte Sfurtuna mit einem Schreck auf. Sie hörte das Schneiden einer Schere und sah eine alte Frau, die die Seide, die die Weberinnen hergestellt hatten, in kleine Stücke schnitt. Diese alte Frau war das Schicksal des Mädchens.

Am nächsten Tag kamen die Weberinnen wieder nach Hause. Sie schlossen die Tür von außen auf, und Sfurtuna schloss sie von innen auf. Aber sobald die Frauen in das Haus traten, erwartete sie ein fürchterlicher Anblick.

"Schäm dich!", riefen sie. "So dankst du uns für unsere Freundlichkeit? Verschwinde!" Und sie jagten sie fort und traten sie, damit sie schneller lief.

Und so ging das arme verfluchte Mädchen weiter. Sie kam durch viele Dörfer, und in einem hielt sie in einem Laden an und bat um einen Happen zu essen. Die Frau des Ladenbesitzers hatte Mitleid mit ihr, und nachdem sie Sfurtuna ein Stück Brot, ein wenig Käse und ein Glas Wein gegeben hatte, machte sie ihr sogar ein Bett für die Nacht zwischen den Säcken im Lagerraum zurecht. Als der Ladenbesitzer nach Hause kam, aßen sie alle zu Abend und gingen dann zu Bett. Doch mitten in der Nacht wachten der Mann und seine Frau durch einen schrecklichen Lärm auf. Die Fässer im Lagerraum lagen auf der Seite und der Wein war auf dem ganzen Boden verschüttet. Der Ladenbesitzer rannte hinein und sah das Mädchen im Bett liegen und laut jammern.

"Schäm dich!", rief er. "Was hast du getan?" Er ergriff einen Stock, schlug sie damit und dann jagte er sie fort.



Das arme Mädchen rannte mit Tränen in den Augen davon. Sie hatte keine Ahnung, wohin sie gehen oder wen sie um Hilfe bitten sollte. Sie lief und lief, bis sie eines Tages in ein Dorf kam, wo sie eine Wäscherin sah.

"Was starrst du so?", fragte die Wäscherin.

"Ich bin nur in der Welt unterwegs", antwortete Sfurtuna.

"Kannst du Wäsche waschen?"

"Das kann ich, meine Dame."

"Dann kannst du hier bleiben und mir helfen. Ich schrubbe, du spülst."

Und so begann das arme Mädchen, die seifigen Kleider zu waschen. Danach hängte sie sie zum Trocknen auf. Als die Wäsche trocken war, nahm sie sie herunter. Dann flickte sie sie, stärkte sie und bügelte sie schließlich. Diese Kleider gehörten einem Prinzen, und als die Wäscherin sie in den Palast zurückbrachte, war er sehr erfreut darüber.

"Mutter Francesca", sagte der Prinz, "das ist die schönste Arbeit, die du je für mich geleistet hast. Ich werde dich dafür belohnen!" Und er gab der Frau zehn Goldmünzen.

Mutter Francesca ging sofort in den Laden. Mit den zehn Goldmünzen kaufte sie ein schönes Kleid für Sfurtuna und einen großen Sack Mehl. Als sie nach Hause kam, backte sie einen Laib Brot und zwei schöne Anisbrezen. Allein beim Anblick dieser Brezen läuft einem das Wasser im Mund zusammen!

Am nächsten Tag sagte die Wäscherin zu Sfurtuna: "Nimm diese beiden Anisbrezen mit an den Strand. Dort wohnt mein Schicksal. Rufe dreimal: 'He, das Schicksal von Mutter Francesca!' Nach dem dritten Mal wird sie erscheinen. Wenn sie erscheint, richte ihr meine besten Wünsche aus. Und dann frag, wo du dein eigenes Schicksal finden kannst. Sie wird es dir sicher sagen."

So schnell sie konnte, eilte Sfurtuna zum Strand. "He, Mutter Francescas Schicksal! He, Mutter Francescas Schicksal! He, das Schicksal von Mutter Francesca!" Im nächsten Moment erschien Mutter Francescas Schicksal. Das Mädchen überbrachte ihr die besten Wünsche der Waschfrau und bot ihr eine Breze an. Dann fragte sie, wo sie ihr eigenes Schicksal finden könne.

"Hör gut zu, und ich sage dir, was du tun sollst", antwortete Mutter Francescas Schicksal. "Geh diesen Weg entlang. Folge ihm, bis du einen Fluss erreichst. Am Ufer des Flusses wirst du eine alte Hexe sehen. Grüß sie höflich und gib ihr deine andere Breze. Diese Hexe ist dein böses Schicksal. Sie wird sehr unfreundlich sein, aber lass dich davon nicht stören. Gib ihr einfach die Breze und geh dann wieder nach Hause."

Sfurtuna machte sich auf den Weg. Als sie den Fluss erreichte, sah sie eine furchtbare alte Hexe. Die Frau war die dreckigste, stinkendste und hässlichste alte Hexe, die man sich



vorstellen kann. Sfurtuna wurde schlecht, aber sie nahm die Anisbreze heraus und sagte: "Mutter Schicksal, bitte nimm mein Geschenk an."

"Lass mich in Ruhe!", schnauzte die Hexe. "Ich will deine Breze nicht." Und dann drehte sie dem Mädchen den Rücken zu. Sfurtuna legte die Breze am Flussufer ab und ging zurück nach Hause.

Am nächsten Tag war Montag und es gab noch mehr Wäsche zu waschen. Mutter Francesca weichte die Wäsche ein und schrubbte sie. Sfurtuna spülte die Wäsche und hängte sie zum Trocknen auf. Als sie trocken war, flickte und bügelte sie sie, und dann legte Mutter Francesca sie in einen Korb und brachte sie in den Palast. Als der Prinz seine Kleider sah, freute er sich noch mehr als zuvor. "Mutter Francesca", lächelte er, "das ist die beste Arbeit, die du je für mich gemacht hast!" Und er gab ihr weitere zehn Goldmünzen.

Wie zuvor kaufte Mutter Francesca einen großen Sack Mehl und backte zwei weitere Anisbrezen. "Bring diese Brezen zu deinem Schicksal, Sfurtuna. Dann schneide der Alten die Nägel, schrubbe sie sauber und kämme ihr Haar. Wenn sie sich wehrt, halte sie fest!"

Nun, vorher gab es noch Wäsche zu waschen. Als sie fertig waren, nahm Mutter Francesca sie mit in den Palast. Der Prinz stand kurz vor seiner Hochzeit und war sehr erfreut, dass seine Kleider so schön gewaschen waren. Zur Belohnung gab er der Wäscherin nun zwanzig Goldmünzen.

Mutter Francesca ging zurück in den Laden. Sie kaufte noch mehr Mehl und dann suchte sie ein hübsches Kleid, einen Unterrock, einen feinen Schal, einen Kamm und viele andere schöne Dinge aus - alles für Sfurtunas Schicksal. Zu Hause backte sie noch ein paar Brezen, und als sie fertig waren, brachte Sfurtuna sie direkt zum Flussufer.

"He, Mutter Schicksal", rief sie, "ich habe dir ein paar Brezen mitgebracht!" Und als die Hexe erschien, schnitt das Mädchen ihr die Nägel, schrubbte sie mit einem Seifenschwamm ab und kämmte ihr Haar.

"Hör zu, Sfurtuna", sagte die Hexe, "du warst sehr nett zu mir. Als Gegenleistung möchte ich dir das hier geben." Und sie reichte dem Mädchen eine kleine Schachtel. Sfurtuna nahm das Kästchen und rannte nach Hause zu Mutter Francesca. Aber als sie die Schachtel öffneten, fanden sie nur eine rosa Schleife.

"Ah! Das hätte ich mir denken können", rief Sfurtuna enttäuscht und warf die Schachtel in den hinteren Teil des Schranks.

In der nächsten Woche wurde die Wäsche wie üblich gewaschen, und Mutter Francesca brachte den Korb mit der Wäsche in den Palast. Dieses Mal sah der Prinz jedoch gar nicht glücklich aus.



"Was ist geschehen, Prinz?", fragte die Wäscherin (die sich mit ihm sehr gut verstand, wie Sie wissen).

"Alles läuft falsch!", antwortete er. "Ich möchte heiraten. Aber meine Verlobte will ein rosa Band für ihr Hochzeitskleid. Ich habe Männer durch das ganze Land geschickt, um ein Band zu kaufen, das genau die richtige Farbe hat, aber sie können kein einziges finden."

"Ist das alles, worüber du dich aufregst?", sagte Mutter Francesca. "Mach dir keine Sorgen. Überlass die Angelegenheit mir."

Und was hat sie getan? Sie eilte nach Hause, fand Sfurtunas Band im hinteren Teil des Schrankes und nahm es mit in den Palast. Die Verlobte des Prinzen sagte, das Band sei perfekt, und der Prinz war überglücklich. "Du hast meine Hochzeit gerettet, Mutter Francesca! Dieses Band ist sein Gewicht in Gold wert - und genau so viel will ich dir geben." Er holte eine Waage hervor, legte das Band in die eine Schale und schüttete Goldmünzen in die andere. Aber selbst als die zweite Pfanne mit Münzen überfüllt war, ging die Pfanne mit dem Band immer noch nicht in die Höhe.

"Das ist unglaublich!", rief der Prinz. "Kein Band kann so viel wiegen wie dieses hier. Woher hast du es?" Die Frage überraschte Mutter Francesca und sie hatte keine andere Wahl, als ihm die ganze Geschichte zu erzählen.

Danach wollte der Prinz Sfurtuna natürlich kennenlernen. Mutter Francesca kleidete das Mädchen in ihre besten Kleider und brachte sie in den Palast. Als sie den Thronsaal betrat, verbeugte sich Sfurtuna tief (sie war immer höflich gewesen, schließlich war sie eine Prinzessin). Der Prinz begrüßte sie und bot ihr einen Platz an. Dann fragte er: "Wer bist du?"

"Ich bin Sfurtuna, die jüngste Tochter des Königs von Spanien. Die Feinde meines Vaters haben ihm den Thron genommen und ihn ins Gefängnis geworfen. Das Schicksal hat mich verflucht und ich musste mein Zuhause verlassen. Die Menschen, denen ich begegnete, schikanierten mich und schlugen mich..." Und sie erzählte ihm alles, was ihr widerfahren war.

Der Prinz rief sofort nach den Weberinnen, deren Seide von Sfurtunas bösem Schicksal in Stücke geschnitten worden war. "Wie viel war die Seide wert?"

"Zweihundert Goldmünzen, Eure Hoheit."

Der Prinz nahm zweihundert Goldmünzen heraus und gab sie den Frauen. Dann sagte er: "Dieses arme Mädchen ist eine Prinzessin. Und ihr habt sie geschlagen. Vergesst nie: Ihr dürft nie jemandem wehtun. Ihr könnt gehen."

Dann rief er nach dem Ladenbesitzer. "Wie viel war der Wein wert?"

"Dreihundert Goldmünzen, Eure Hoheit."

Der Prinz gab dem Mann dreihundert Goldmünzen und sagte: "Du hast eine Prinzessin geschlagen. Lass es nicht wieder vorkommen! Du kannst gehen."



Danach schickte er seine Verlobte weg, weil er sie nicht mehr so sehr mochte. Er heiratete Sfurtuna und machte Mutter Francesca zu ihrer Hofdame.

Überlassen wir den Prinzen und die Prinzessin ihrem Glück und schauen wir, was mit Sfurtunas Mutter passiert ist...

Sobald Sfurtuna das Haus verlassen hatte, kam das Glück zur Königin zurück. So sehr, dass ihre Brüder und Cousins mit einer großen Armee ankamen und ihre Feinde vertrieben. Die Königin zog mit ihren anderen Töchtern wieder in den Palast ein, und sie lebten dort sehr komfortabel. Aber ihr Herz schmerzte wegen Sfurtuna. Sie wussten nicht einmal, ob sie noch am Leben war. Sie suchten überall nach ihr und fragten alle, ob sie das Mädchen gesehen hatten.

Schließlich fanden sie heraus, wo sie war. Und wie? Nun, das war das Verdienst des Prinzen. Als er hörte, dass Sfurtunas Mutter ihr Land zurückerhalten hatte, schickte er einen Boten, der der Königin alles erzählte. Ihr könnt euch vorstellen, wie aufgeregt sie war, und sie machte sich sofort mit ihren Rittern und Hofdamen auf den Weg, um ihre Tochter zu besuchen.

Sobald die Königin Sfurtuna erblickte, warf sie ihre Arme um das Mädchen und drückte sie innig. Danach waren Sfurtunas Schwestern an der Reihe. Keine von ihnen hatte jemals eine solche Freude empfunden. Das ganze Land feierte die Wiedervereinigung der Familie. Und alle lebten glücklich bis an ihr Lebensende.



---

## Leitfaden zum Märchen

Sfurtunas Geschichte ist nicht nur ein Versuch, uns zu zeigen, wie wir uns mit unserem Schicksal arrangieren können, sie bietet uns einen viel größeren Schatz: ein Szenario, wie wir die böse, alte Hexe, die am Fluss lauert, nähren, waschen und pflegen können, so dass sie schließlich zur "Mutter unseres Schicksals" wird, die uns den Weg zu einem erfüllteren Leben führt.

Sfurtunas Leben beginnt glanzreich. Sie wurde in eine königliche Familie hineingeboren und hat alles, was ein Mensch sich wünschen kann, einschließlich einer sicheren Zukunft. Doch dann bricht der Krieg aus, ihr Vater wird gefangen genommen und sie muss mit ihrer Mutter und ihren Geschwistern fliehen. Sie sind gezwungen, unter erbärmlichen Bedingungen zu leben, sich zu verstecken, und man könnte meinen, dass so viel Entbehrung mehr als genug für eine Heldin wäre, aber das ist nur der Anfang ihrer Geschichte. Sehr bald entwickelt sich eine Situation, in der sich das Leben unserer Protagonistin radikal verändert und sich – vordergründig ohne ihr Verschulden - verschlechtert.

Eines Nachts wacht Sfurtuna auf, als ihre Mutter weinend an ihrem Bett steht und ihr sagt, dass sie verflucht sei und dass sich das Schicksal der Familie nie zum Besseren wenden wird, solange sie zu Hause bleibt. Sie erfährt, dass sie für etwas verantwortlich ist, das sie weder verursacht noch gewollt hat, und dass sich das Leben ihrer Familie nicht verbessern wird, solange sie bei ihnen bleibt. Wir wissen nicht, wer die junge Prinzessin verflucht hat und warum, und die alte Bettlerin kann nicht sagen, wie Sfurtuna aus dieser Situation entkommen kann. Sie weiß nur, dass das Mädchen gehen muss.

Lassen Sie uns darüber nachdenken, ob es jemals einen Moment in unserem Leben gegeben hat, in dem wir das Gefühl hatten, verflucht zu sein. Was hat dieses Gefühl ausgelöst? Hatten wir keine Kontrolle über die Ereignisse? Ist uns unerwartet etwas Schlimmes passiert, von dem wir das Gefühl hatten, dass wir es nicht verdient haben? Haben wir versucht, etwas zu erreichen, sind aber trotz aller Bemühungen gescheitert? Was können wir in einer solchen Situation tun? Wie können wir uns entwickeln, unabhängig von den Umständen? Es spielt keine Rolle, ob Sfurtuna ein guter Mensch ist oder ob sie etwas falsch gemacht hat, denn wenn sie nicht aufbricht, wird sie nie am Ende ihrer Reise ankommen. Vielleicht macht sie sich nur ihrer Familie zuliebe auf den Weg und denkt nicht an sich selbst, wir wissen es nicht.

Vielleicht ist sie anfangs sogar wütend, denn warum sollte jemand glauben, dass sie verflucht ist? Vielleicht war Sfurtuna nicht verflucht, aber es reichte, dass man dies glaubte. Besonders schmerzhaft ist, dass sie das kleinste und verletzlichste Mitglied der Familie ist!

Sie wäre zu Recht verärgert über diese ungerechte Wendung ihres Lebens.



Was auch immer ihre Beweggründe sind - der Wunsch, ihre Familie zu beschützen, oder Trotz und Wut - das Verlassen ihres Zuhauses ist letztlich der erste Schritt, den Sfurtuna tun kann, um ihr Glück zu finden.

Auf ihrer Reise begegnet sie ihrem "bösen Schicksal" zunächst in der Weberhütte und später im Laden. Es ist möglich, dass auch wir an dieser Stelle auf bekannte Situationen und Gefühle stoßen. Trotz all unserer guten Absichten und Bemühungen können wir anderen Schmerz, negative Gefühle und Schaden zufügen. Natürlich sind solche Lebenssituationen oft sehr komplex, und es kann schwierig sein, in solchen Fällen Gerechtigkeit herzustellen, aber eines ist sichere: Solange wir die Schwierigkeiten und Traumata, die wir aus unserer Vergangenheit mitgebracht haben, nicht (generationsübergreifend) bewältigen, können sie in unseren Beziehungen Schaden anrichten. Sfurtuna hat ein hartes Los gezogen, denn zu allem Übel wird sie auch noch geschlagen, bevor sie verjagt wurde. Kann man von den Weberinnen und den Ladenbesitzern Verständnis erwarten? Wir können sagen, dass ihr Verhalten nicht untadelig ist, aber bis zu welchem Punkt müssen wir jemanden, der uns Schwierigkeiten bereitet, höflich behandeln?

Wir wissen nicht, wer in unser Leben kommt, mit welchem Hintergrund und welcher Vorgeschichte. Wenn wir mit den Schwierigkeiten einer Person vertraut sind, sind wir ihr gegenüber oft nachsichtiger als gegenüber einer völlig fremden Person. Aber auch hier stellt sich die Frage, wie lange wir jemanden unterstützen können, der abdriftet, anstatt sich um Selbsterkenntnis zu bemühen, um die Probleme im eigenen Leben in den Griff zu bekommen.

Die Weberinnen stellen Sfurtuna als Dienerin ein und die Ladenbesitzer geben ihr zu Essen und einen Schlafplatz. Wie gehen wir mit denjenigen um, die ausgebeutet werden und der Hilfe bedürfen? Wir sehen, dass die Strategie von Mutter Francesca die erfolgreichste ist, da sie dem Mädchen eine Arbeit gibt, die Sfurtuna neue Möglichkeiten eröffnet und zu mehr Eigenständigkeit führt, als ein Leben als Dienerin oder Almosenempfängerin. Die Wäscherin unterscheidet sich vor allem in einer Hinsicht von den anderen: Sie weiß, dass Sfurtunas „böses Schicksal“ sie zerstört, und sie hat eine Idee, wie das Mädchen sein Leben ändern kann.

Jetzt kommen wir zu einem weiteren wichtigen Schritt für Sfurtuna: Die Zusammenarbeit. Ungeachtet ihrer früheren schlechten Erfahrungen erledigt sie ihre Arbeit fleißig und gründlich und hört auf Mutter Francesca. Sie stellt weder das Wissen noch die guten Absichten der Frau in Frage, sondern nimmt die Hilfe an und führt – obwohl ihr dies manchmal schwer fällt - alle Aufgaben aus, die ihr die Wäscherin oder Mutter Francescas Schicksal auferlegen. Denn seien wir ehrlich: Im Prozess der Selbsterkenntnis und der Bewältigung von Schwierigkeiten werden wir früher oder später auf Dinge stoßen, die uns schwer fallen. Ob wir nun Ekel, Mitleid, Enttäuschung, Verachtung, Minderwertigkeit, Schuld oder Scham empfinden, eines ist sicher: Dieses Gefühl ändert sich nicht von allein, denn wir müssen aktiv etwas dagegen tun. Jeder



muss seine eigene Lösung finden. Und Sfurtunas Geschichte zeigt uns einen möglichen Weg: Fürsorge, auch wenn ihr Schicksal eine böse, schlecht gelaunte, ekelhafte, schmutzige Hexe ist. Fürsorge ist definitiv ein wichtiges Element, um Probleme zu lösen. Die Geschichte von Sfurtuna zeigt, dass wir lernen müssen, nicht nur für andere, sondern auch für uns selbst zu sorgen.

Sfurtuna stürzt sich nicht Hals über Kopf in die Dinge. Zuerst bietet sie ihrem Schicksal Nahrung an. Sie zeigt der Hexe (oder wir könnten sagen, sich selbst), dass sie ihr etwas Gutes tun will. Sie bietet ihr etwas Köstliches an. Auch wenn wir natürlich nicht vergessen sollten, um frei nach Freud zu zitieren, "dass eine Anisbreze manchmal nur eine Anisbreze ist", lohnt es sich, bei diesem Moment zu verweilen. Denn vor Jahrhunderten wurden die ersten Brezen von italienischen Mönchen hergestellt. Damals beteten sie mit über der Brust gekreuzten Händen, wodurch die Breze ihre einzigartige Form erhielt. Erinnern Sie sich daran, wie man herausfindet, welches der sieben Mädchen verflucht ist? Sie ist jene "*die mit gekreuzten Armen schläft*". Auch wenn wir es nicht wissen, wäre es ein interessantes Gedankenexperiment, zu überlegen, ob dieser Satz eine neue Bedeutung bekommen könnte: "jene, die im Schlaf betet". Nicht weniger interessant ist der Anis, zu früherer Zeit ein äußerst wertvolles Gut, und zwar so wertvoll, dass es eine Zeit gab, in der Schulden und Steuern mit Anis bezahlt werden konnten, wenn der Schuldner kein Geld hatte. Neben seinem besonderen Geschmack wurde Anis auch als Heilpflanze verwendet, weshalb er so wertvoll war. Eine gute Ernährung ist ein wichtiger Bestandteil der Fürsorge. Es ist möglich, dass die Anisbrezen genau das bedeuten: Wert zu legen auf eine gute Ernährung, was in Sfurtunas trister Situation ein wichtiger Schritt nach vorne ist. Die Anisbrezen können aber auch Ausdruck einer Heilungsabsicht sein und ein bestimmtes Ritual beschreiben, um das Bedürfnis nach einer höheren Verbindung zu ihrem Schicksal auszudrücken. Um den vorherigen Gedankengang fortzusetzen, könnten die Anisbrezen Sfurtunas angeborene Fähigkeit zur Selbstheilung und zur Verbindung mit dem höheren Selbst darstellen, die sie ihrem Schicksal anbietet.

Aber wir wollen nicht voreilig sein, denn in der Zwischenzeit geschehen andere Dinge, die erwähnenswert sind. Die Beziehung zwischen Sfurtuna und Mutter Francesca ist für beide von Vorteil.

In Francesca findet Sfurtuna eine Helferin, die sie willkommen heißt, sich um sie kümmert und ihr Orientierung gibt, um sich weiterzuentwickeln. Die Wäscherin hat eine enge Beziehung zu dem Prinzen und wäscht wahrscheinlich schon seit langem seine Kleidung. Sie kennt also das Leben am Hof und die damit verbundenen Vorteile. Sfurtunas Aussehen und ihre gute Arbeit bringen Francesca Vorteile. Der Prinz sagt: "*Mutter Francesca, das ist die schönste Arbeit, die du je für mich getan hast*". Sehen wir uns an, worin der zusätzliche Wert besteht, den Sfurtuna in die Wäscherei einbringt. An diesem Punkt wird uns bewusst, dass Sfurtuna nicht völlig mittellos war, als sie die Hütte verließ, in der sie und ihre Familie Zuflucht gefunden hatten. Auch wenn sie alles verloren hatte, sind ihr die königliche Herkunft und ihre Erziehung



geblieben. Sie weiß genau, wie die Kleidung am Hof aussehen sollte, denn sie hat sie selbst getragen. Wie schwierig (schmutzig) unser Schicksal auch sein mag, und wie sehr wir uns auch von unserer Vergangenheit befreien wollen, müssen wir aufpassen, dass wir das Kind nicht mit dem Bade ausschütten. Welches sind die Werte, die wir bewahren sollten, egal woher wir kommen? Vielleicht lohnt es sich, die Wäsche immer wieder zu waschen, bis wir diese Werte entdecken. Die hartnäckige und gewissenhafte Arbeit des Mädchens und die Belohnung des Prinzen zahlen sich aus: Langsam wird alles zusammengetragen, was nötig ist, um „Mutter Schicksal“ zu baden, und alles zu erwerben, das Sfurtuna für ihre Zukunft braucht. Als die Zeit reif ist, hat Sfurtuna keine Angst. Sie zögert nicht und macht keine halben Sachen: Sie schnappt sich die schmutzige Hexe und wäscht und bürstet sie gründlich, dann kleidet sie sie an und pflegt sie. Einfühlungsvermögen, Vorsicht und Sanftmut sind sehr wichtig, aber manchmal braucht es entschlossenes und praktisches Handeln - und nicht die Konzentration auf Gefühle (wie das Murren von „Mutter Schicksal“) – um ein Problem zu lösen.

Sfurtunas Belohnung ist - abgesehen davon, dass ihr das Schicksal nichts mehr antun wird - eine Schachtel mit einem Band darin. Schöne Bänder sind auch heute nicht gerade billig, aber wir können Sfurtuna verstehen, wenn sie die Schachtel enttäuscht in den Schrank wirft. Wie sehr sie auch über sich hinausgewachsen ist, wie hart sie auch gearbeitet hat, in dieser Schachtel findet sie weder ihre Familie, noch eine Krone, noch Reichtum, noch irgendetwas Anderes, das ihr wertvoll erscheint. Was ihr gegeben wurde, ist ein zwar schönes, aber auch alltägliches Geschenk. Die Enttäuschung des Mädchens ist verständlich, denn sie weiß noch nicht, dass sie eigentlich einen großen Schatz erhalten hat.

Es ist dieses Band und der Einfallsreichtum von Mutter Francesca, der es Sfurtuna ermöglicht, den Prinzen zu treffen, der bald erkennt, dass das Band kein gewöhnliches ist und daraus schließt, dass die Person, die es zur Verfügung gestellt hat, ebenso besonders ist. Der Prinz ist die erste Figur, die sich für die Person Sfurtuna selbst interessiert. Seit Beginn der Reise ist er der Einzige, der sie fragt, wer sie ist. Er hört sich ihre Geschichte an und versteht die Reise, die sie hinter sich hat. Er leistet Wiedergutmachung, nicht nur für Sfurtuna, indem er ihre Familie ausfindig macht, sondern auch für diejenigen, denen durch ihr Schicksal Unrecht widerfahren ist. Zudem vergisst er nicht, die Weberinnen und die Ladenbesitzer für die Art und Weise, wie sie das Mädchen behandelt haben, zu tadeln. Indem er Sfurtuna heiratet, gibt er ihr die Möglichkeit, ihrer Abstammung entsprechend zu leben und eine Königin zu werden.

Eine interessante Wendung erfährt die Geschichte, als der Prinz die Verlobung mit seiner ursprünglichen Verlobten abrupt auflöst. Aus dem Hintergrund der Geschichte wird jedoch deutlich, dass das Band, das Sfurtuna von ihrem Schicksal geschenkt wurde, von niemandem anderen getragen werden kann. Jeder muss den Zustand, „König oder Königin“ zu werden, also der Herr oder die Herrin über sein eigenes Leben zu werden, selbst erreichen. So wird



Sfurtuna zu einer Königin. Somit ist der Weg frei, ihrer Familie ohne Zorn und Vorwürfe gegenüberzutreten, und die lang ersehnte Wiedervereinigung zu feiern.

Wir dürfen nicht vergessen: Egal, wie hoch unser Status am Anfang ist, wenn wir uns nicht unserem Schicksal stellen, ist unsere Herkunft wertlos. Wir sollten uns stets daran erinnern, dass selbst das „schmutzigste“ Schicksal bereinigt werden kann.

## Wo fängt man an, wenn man mit einer Geschichte arbeitet?

Die Arbeit an sich selbst durch eine Geschichte ist eine spannende Aufgabe, aber keineswegs einfach. In einem Märchen wird die Ordnung am Ende wiederhergestellt: Der Held oder die Heldin des Märchens macht eine allgemeine Reise und geht in eine nächste Stufe der Selbstentwicklung über.

Das ist auch unsere Aufgabe: die Wendungen und "Codes" des Märchens für unser eigenes Leben zu interpretieren, die Schritte zu finden, die uns helfen, bessere Meister und Meisterinnen unseres eigenen Lebens zu werden.

Wenn wir mit der Arbeit an "Sfurtuna" beginnen, sollten wir zuerst die Geschichte hören oder lesen und uns dann zurücklehnen und die Stimmung der Erzählung auf uns wirken lassen. Mit geschlossenen Augen können wir einen Geschmack, einen Geruch oder ein Bild aus der Geschichte wahrnehmen. Was würden wir aus der Geschichte mitnehmen, wenn wir könnten? Wo in der Geschichte befinden wir uns, und welche Rolle spielen wir?

Dann sollten wir einen Stift nehmen und unsere Antworten auf die Fragen der jeweiligen Karten aufschreiben. Wir sollten uns auf jene Fragen konzentrieren, die uns am meisten ansprechen. Nicht alle Fragen mögen für uns relevant sein, aber jene, die es sind, sollten uns dazu anregen, ausführlich darüber nachzudenken oder mit anderen darüber zu sprechen: mit Eltern, Freund:innen, Gleichaltrigen oder Helfer:innen.

Wie gehen wir dabei am besten vor? Wahrscheinlich regt eine Figur, ein Ort oder ein Gegenstand unsere Fantasie an. Die Elemente in einem Volksmärchen haben nicht unbedingt für jeden die gleiche Bedeutung, und wenn wir die Geschichte selbst bearbeiten, interpretieren wir die darin vorkommenden Situationen, Figuren usw. für uns selbst.

Schauen wir uns zunächst die Figuren der Geschichte an. Jede Figur hat ihre eigenen Stärken, ihre eigene Rolle und ihre eigene Botschaft:

- ❖ Die Heldin unserer Geschichte ist Sfurtuna. Sie verliert ihren Vater und damit auch das Leben einer Prinzessin und lebt mit ihrer Mutter und ihren sechs Schwestern in Armut in einer Hütte. Als man ihr sagt, dass sie verflucht sei, wehrt sich Sfurtuna nicht gegen



diese Rolle und versucht auch nicht, das Gegenteil zu beweisen. Sie macht sich sofort auf den Weg und lässt alles zurück, das ihr von ihrer königlichen Vergangenheit geblieben ist. Aus der Erzählung geht nicht hervor, wie sie sich bei ihrer Abreise fühlt, aber da sie tatsächlich geht, ohne sich zu verabschieden, können wir vermuten, dass in ihrem Herzen mehr der Trotz siegt, als der wirkliche Wunsch zu gehen.

Wenn man bedenkt, dass Sfurtuna sechs Schwestern hat, die alle noch bei ihrer Mutter leben, ist das Mädchen wahrscheinlich noch sehr jung, als ihr das alles passiert. Die Situation gibt ihr also in jungen Jahren die Möglichkeit, sich von ihrer Familie zu trennen und Abstand zu gewinnen, um ihr eigenes Leben zu beginnen. Auf diese Weise ist unser Märchen auch eine Coming-of-Age-Geschichte. Es ist die Geschichte davon, dass jemand in der Lage ist, die Verantwortung für die aktuelle Lebenssituation und Lebensumstände zu übernehmen, ungeachtet der Schwierigkeiten in der Vergangenheit.

- ❖ Es lohnt sich auch, die Rolle von Sfurtunas Mutter zu betrachten. Viele Volksmärchen enden mit der Ankunft des Helden oder der Heldin an seinem/ihrer Ziel. Ihr Schicksal wendet sich zum Guten, sie werden sesshaft und leben glücklich bis an ihr Lebensende. Aber Sfurtunas Geschichte ist erst dann vollständig, wenn wir erfahren, was mit ihrer Mutter geschehen ist und wie die Beziehung zwischen ihnen war. Die Frau liebt Sfurtuna sehr und hat große Angst um sie. Als sie erkennt, dass sie die verfluchte Tochter ist, schickt sie sie nicht weg, aber sie hält sie auch nicht fest, als das Mädchen sagt, dass es gehen wird. Man könnte sich natürlich fragen, warum die Mutter glaubt, dass ihre Tochter (und gerade *diese junge* Tochter) verflucht ist. Warum sucht sie nicht bei sich selbst nach der Wurzel des Problems? Vielleicht liegt es daran, dass sie mehr von der Welt versteht und spürt, dass sie als Mutter nicht mehr für ihre Tochter tun kann.

Nach dem Weggang von Sfurtuna verbessert sich zwar ihre Situation und die ihrer anderen Töchter, aber das Herz der Mutter schmerzt wegen dem Verlust der jüngsten Tochter. Ihr Glück wird erst vollkommen sein, wenn sie das Mädchen wiedersieht. Was können wir von dieser Frau lernen? Es ist ihre Fähigkeit, Sfurtuna loszulassen. Sind wir in der Lage, jemanden oder etwas loszulassen, das uns am Herzen liegt, das wir sehr lieben, um das wir vielleicht lange gekämpft haben, wenn dieser Jemand oder diese Sache uns tatsächlich daran hindert, unser eigenes Leben zu verbessern? Oder wenn wir wissen, dass jemand nur dann das eigene Leben in Ordnung bringen kann?

- ❖ Die Weberinnen und Ladenbesitzer erkennen nicht, dass Sfurtuna in Wirklichkeit eine Prinzessin ist. Sie fügt ihnen erheblichen Schaden zu, für den sie später vom Prinzen entschädigt werden. In der Tat ist es völlig gerechtfertigt, dass sie Sfurtuna



wegschicken. Nur die Art und Weise, wie sie es tun, ist nicht angemessen, denn sie schicken das Mädchen nicht nur weg, sondern demütigen und schlagen es in ihrer Wut auch noch. Wie reagieren wir, wenn uns jemand schadet - entweder materiell oder emotional? Gibt es Situationen im Leben, in denen es gerechtfertigt ist, jemanden so zu behandeln, wie die Weberinnen und Ladenbesitzer Sfurtuna behandelt haben?

- ❖ Sfurtuna braucht eine Helferin, um ihr Schicksal zum Besseren zu wenden. Diese findet sie in Mutter Francesca. Genauer gesagt, ist es die Wäscherin, die erkennt, dass Sfurtuna Hilfe braucht. Sie nimmt sie bei sich auf und gibt ihr eine Arbeit. Sie stellt das Mädchen nicht als Dienstmädchen ein oder gibt ihm Almosen, sondern bietet Sfurtuna eine echte Chance, ihren Lebensunterhalt zu verdienen. Sie weiß auch, dass Sfurtunas „Schicksal“ die Probleme verursacht, aber zum Glück weiß sie auch, was getan werden muss, um das zu ändern. Sie nutzt ihre eigene wohlwollende "Mutter Schicksal", um ihrem Schützling zu zeigen, was er zu tun hat. Mutter Francesca verwendet das zusätzliche Einkommen, das sie durch Sfurtunas Arbeit erhält, nicht für ihre eigenen Interessen, sondern investiert es sozusagen, um dem Mädchen den Weg zu ebnen. Wichtig ist auch, dass Mutter Francesca nicht irgendeine Wäscherin ist. Sie hat ein gutes Verhältnis zum Prinzen und ist mit dem Leben, das er führt, bestens vertraut. Auf diese Weise wird Sfurtuna schließlich die Stellung erreichen, die sie verdient. Und davon profitiert letztlich auch Mutter Francesca.
- ❖ Das Leben von Mutter Francesca ist ein gut strukturiertes. Die Wäscherin ist eine gute Mentorin für Sfurtuna, denn sie hat ihr eigenes Leben bereits in Ordnung gebracht. Sie hat „ihr Schicksal“ aufgeräumt, genährt und gepflegt. Sie hat den für sie idealen Platz in der Welt gefunden. Sfurtuna muss sich erst der Tatsache stellen, dass sie ihrem Schicksal nicht entkommen kann. Die Methode, ihr Schicksal auf Distanz zu halten und es zu ignorieren, funktioniert nicht. Wir können unser Schicksal nicht loswerden, nur weil es uns nicht gefällt. Wenn wir es ignorieren, wird es mit Sicherheit noch schäbiger und noch mehr vernachlässigt werden. Sfurtunas Leben kann sich nur dann zum Besseren wenden, wenn sie dies erkennt, ihre Abscheu und negativen Gefühle beiseiteschiebt und beginnt, sich um ihre eigene „Mutter Schicksal“ zu kümmern, bis diese sauber und wohlgenährt ist.
- ❖ Dem Prinzen fällt sofort auf, dass seine Kleider besser gewaschen sind als je zuvor, aber er weiß noch nicht, dass dies auf Sfurtuna zurückzuführen ist. Als er Mutter Francesca immer wieder für die Qualität ihrer Arbeit belohnt, ist es diese finanzielle Unterstützung, die dafür sorgt, dass Sfurtunas Schicksal eine Breze erhält, gefolgt von einer gründlichen Wäsche und einem schönen Kleid. Als der Prinz eine Belohnung für



das Band geben will, erfährt er, dass es von keinem gewöhnlichen Menschen kommt. Er ist an Sfurtuna und ihrem Leben interessiert. Er versöhnt sie mit vergangenen Konflikten und bringt sie wieder mit ihrer Familie zusammen.

Wir sollten auch die verschiedenen Schauplätze der Erzählung untersuchen. An welchem Schauplatz können wir uns wiederfinden? Jede Szene hat ihre eigenen Aufgaben, die wir lösen müssen, um zur nächsten Station zu gelangen.

- ❖ Von ihrem ursprünglichen Zuhause, dem Königspalast, muss die Familie fliehen und so landet Sfurtuna mit ihrer Mutter und ihren sechs Schwestern in einer Hütte. Sie wechselt von Reichtum und Sicherheit zu Armut und Prekarität. Hier erfährt sie von ihrer Mutter, dass sie verflucht ist und sich das Schicksal ihrer Familie nicht zum Besseren wenden kann, solange sie bei ihnen lebt. Von wo aus beginnen wir unsere Reise? Was sind unsere ursprünglichen Umstände? Wer umgibt uns an diesem Ort? Wie ist unsere Beziehung zu anderen? Oder wenn wir uns bereits auf den Weg gemacht haben, welche Umstände, Menschen und Beziehungen haben wir zurückgelassen?
- ❖ Die Weberinnen stellen Sfurtuna als Dienerin ein. In ihrer Hütte wird sie zum ersten Mal Zeugin des Schadens, den ihr Schicksal angerichtet hat. Haben wir schon einmal das Gefühl gehabt, dass wir unserem eigenen Schicksal begegnet sind? Hatten wir schon einmal das Gefühl, dass unser Leben nicht in unseren eigenen Händen liegt, sondern von Umständen abhängt, die wir nicht beeinflussen können? Wie sind wir mit dieser Situation umgegangen?
- ❖ Die Ladenbesitzer haben Mitleid mit Sfurtuna und geben ihr einen Platz für die Nacht. Doch als das Schicksal des Mädchens auch hier sein Unwesen treibt, schlagen sie sie und vertreiben sie. Waren wir jemals in einer Situation, in der wir jemandem, der uns geholfen hat, Schaden zugefügt haben? Haben wir schon einmal Hilfe gebraucht und sie an einem Ort erhalten, an dem wir am Ende schlecht behandelt wurden?
- ❖ Mutter Francesca nimmt Sfurtuna in ihr Haus auf. Sie gibt ihr Arbeit, etwas zu essen, einen Platz zum Schlafen und hilft ihr dadurch, ihr Leben zu ordnen. Hier geschehen viele positive und zukunftsweisende Dinge. Wo fühlen wir uns sicher? Unter welchen Bedingungen können wir wachsen und an unserer Selbsterkenntnis arbeiten? Was brauchen wir, um unser Leben in Ordnung zu bringen? Hat uns schon einmal jemand aufgenommen? Was war der Preis dafür? Welche Aufgaben mussten wir erfüllen, um dort bleiben zu können?



- ❖ Am Strand trifft Sfurtuna auf das Schicksal von Mutter Francesca. Das Mädchen befolgt die Anweisungen der Wäscherin genau, und Francescas Schicksal hilft ihr. Haben wir jemals vom Schicksal eines anderen Menschen gelernt? Haben wir jemals eine ähnliche Lebensgeschichte wie unsere eigene entdeckt? Hat sie uns geholfen, unser Leben zu meistern?
- ❖ Sfurtunas böse „Mutter Schicksal“ lauert an einem Flussufer. Hier macht Sfurtuna ihre ersten Schritte und wäscht später die alte Hexe. Wie sieht unsere eigene „Mutter Schicksal“ aus? Wie alt ist sie? Welche Kleidung trägt sie? Wie ist ihr körperlicher, geistiger und emotionaler Zustand? Was können wir tun, um uns mit ihr auf eine Art und Weise zu verbinden, um ihr zu helfen?
- ❖ Der Palast ist das Zuhause des Prinzen. Hier erhält er seine frischen Kleider von Mutter Francesca, hier empfängt er Sfurtuna, und hier findet sie ein neues Zuhause. Sie wurde in eine königliche Familie hineingeboren und kehrt in eine königliche Umgebung zurück. Sfurtuna erzählt dem Prinzen ihre Lebensgeschichte. Mit wem können wir unsere Geschichte teilen? Gibt es in unserer Umgebung Menschen mit einem ähnlichen Lebenshintergrund und Perspektive? Wo gehören wir hin?

Wenn wir alleine mit der Geschichte arbeiten, können wir aus verschiedenen Perspektiven beginnen, ohne den linearen Ansatz zu beachten. Obwohl die Schauplätze und die Aufgaben, die in der Geschichte vorkommen, in einer bestimmten Reihenfolge präsentiert werden, können wir diese beliebig ändern.

Ein Märchen benötigt Zeit, um an das Ende zu gelangen.

Die Prozesse und Ereignisse, die der Protagonist oder die Protagonistin durchläuft, geschehen nicht über Nacht. Es ist daher wichtig, dass auch wir unser eigenes Tempo finden. Mit Märchen können wir über Jahre hinweg arbeiten. Wichtig ist, dass wir sie von Zeit zu Zeit wieder hervorholen und sehen, wie weit wir gekommen sind.



## Wo fangen Sie in der Beratung an?

Wenn wir als Trainer:in oder Berater:in mit der Geschichte arbeiten wollen, besteht der erste Schritt darin, die Geschichte für uns selbst zu bearbeiten, d. h. die im vorherigen Abschnitt beschriebenen Schritte durchzugehen.

Bevor wir als Trainer:in mit der Geschichte arbeiten, ist es notwendig, eine subjektive Interpretation der Geschichte zu haben, also eine, die sich auf unser eigenes Leben bezieht. Es ist nämlich sehr wichtig, dass wir unseren Klient:innen nicht unsere eigene Interpretation aufzwingen. Dazu müssen wir wissen, was unsere eigene Interpretation ist. Andererseits ist es auch wichtig, das Volksmärchen in Bezug auf unser eigenes Leben zu interpretieren, damit wir bei der Arbeit mit Klient:innen nicht auf Fragen und Themen stoßen, die in uns selbst eine emotionale Reaktion auslösen.

Gleichzeitig müssen wir die Geschichte aber auch objektiv interpretieren und die möglichen Interpretationen aus der Sicht der Klient:innen durchdenken.

Ildikó Boldizsár nennt diese beiden Ansätze die "objektive und subjektive Matrix der Geschichte". In der objektiven Matrix interpretieren wir die Geschichte selbst, während wir in der subjektiven Matrix uns selbst im Lichte der Geschichte untersuchen.

Die Zielmatrix des Märchens "Sfurtuna" lautet wie folgt:

- ❖ Wer ist die Heldin der Erzählung? – Die Heldin ist diejenige, die sich entwickelt, in diesem Fall Sfurtuna.
- ❖ Wie ist ihre Lebenssituation? - Nachdem sich ihr Leben erheblich verschlechtert hat und sie davon überzeugt ist, dass sie die Situation für ihre Angehörigen noch verschlimmert, begibt sich Sfurtuna auf eine Reise.
- ❖ Worin besteht die Herausforderung der Erzählung? - Kann Sfurtuna ihr Schicksal so verändern, dass es ihren Interessen dient, anstatt ihnen zu schaden?
- ❖ Wer ist der Widersacher? - Zunächst lässt sich Sfurtuna nur hilflos, von den äußeren Ereignissen bestimmt, treiben. Sie verlässt den Ort, an dem sie nicht mehr bleiben kann, und erträgt ihr Leid, aber sie hat keine Ahnung, warum es ihr widerfährt. Sie hat kein Ziel und keinen Plan. Auf den ersten Blick könnte man sagen, dass ihr Gegner ihre Mutter, oder ihr Schicksal, ist, aber wenn wir etwas tiefer blicken, muss sie tatsächlich ihre Unwissenheit überwinden. Sie muss erkennen, dass ihr Schicksal ihr schadet, sie aber die Möglichkeit hat, die Kontrolle zu übernehmen.



- ❖ Wer ist die Helferin? - Mutter Francesca, die Wäscherin, nimmt Sfurtuna bei sich auf. Sie weiß, wo Sfurtunas Schicksal liegt und dass ihr Leben nur besser werden kann, wenn sie es in Ordnung bringt. Mehr noch, sie hat einen Plan, wie sie das schaffen kann.
- ❖ Was ist die Lösung? - Dank der Hilfe von Mutter Francesca stellt sich Sfurtuna ihrem eigenen Schicksal. Francesca und ihr eigenes Schicksal helfen dem Mädchen auch, einen Weg zu finden, ihr Leben zu ordnen und ihren Weg zu finden. Aber das ist ein langer Prozess, der viel Arbeit – in Form von Wäsche waschen – mit sich bringt.

Die subjektive Matrix der Erzählung "Sfurtuna" ist wie folgt:

- ❖ Wer bin ich in dieser Geschichte? - Es ist leicht, sich mit Sfurtuna zu identifizieren. Schließlich sind wir alle schon mit Schwierigkeiten und Herausforderungen konfrontiert worden, die das Leben mit sich bringt. Aber es ist auch möglich, dass wir anderen als Helfer:in zur Seite stehen, um ihr Leben zu ordnen. Es kann sogar sein, dass wir die Dinge aus der Perspektive der Mutter sehen und beobachten, wie das Kind mit dem Schicksal kämpft, das ihm - teilweise von der Mutter selbst - auferlegt wurde. Es lohnt sich, die Rollen und Handlungen aller Figuren genau zu betrachten, um herauszufinden, mit wem wir uns identifizieren können, damit wir den größten Nutzen aus der Geschichte ziehen.
- ❖ Wo bin ich in der Geschichte? - Eines ist zu beachten: Ich kann nicht an einem Ort sein, an dem die Figur, mit der ich mich identifiziere, noch nicht war. Wenn ich den Ort gefunden habe, an dem ich mich befinde, lohnt es sich, sich umzusehen und über die nächste Frage nachzudenken.
- ❖ Was ist meine Rolle hier? - Vielleicht muss ich die Seite meiner Mutter verlassen oder vor den Ladenbesitzern fliehen, die mich verprügeln, oder meine eigene „Mutter Schicksal“ waschen. Aber vielleicht muss ich auch die Sfurtuna erkennen, die zu mir kommt, und ihr helfen, den richtigen Weg in ihrem Leben zu finden.
- ❖ Was ist mein eigener innerer Widersacher, den ich überwinden muss, um voranzukommen? - Es kann sein, dass ich mich von den Ereignissen treiben lasse und noch nicht erkannt habe, dass ich mein Schicksal selbst bestimmen muss. Es kann aber auch sein, dass ich mit meiner Abscheu vor meinem eigenen Schicksal kämpfe. Als Helfer:in ist es notwendig, das Band zu retten, das weggeräumt wurde: Also, eine helfende Beziehung aufrechtzuerhalten und sich, wenn nötig, von ihr zurückzuziehen. Es könnte auch wichtig sein als Mutter den Zustand der Hilflosigkeit einfach zu tolerieren und darauf zu warten, dass die Tochter wieder zurückfindet. Es ist oft eine schwierige und schmerzhaft Aufgabe, unsere inneren Widersacher zu erkennen und



sich ihnen zu stellen oder die Tatsache anzuerkennen, dass wir feststecken. Aus Sfurtunas Geschichte können wir Kraft schöpfen: Selbst ein schmutziges, abstoßendes und feindseliges Schicksal kann in Ordnung gebracht werden, wenn wir durchhalten und hart daran arbeiten.

- ❖ Was sind meine eigenen Ressourcen für Veränderungen? - Um etwas in unserem Leben zu verändern, brauchen wir Ressourcen. Einer der ersten Schritte, die wir unternehmen sollten, besteht darin, zu prüfen, welche Ressourcen wir brauchen, um eine Veränderung herbeizuführen, und herauszufinden, welche wir bereits haben. Vielleicht müssen wir auch eine Pause einlegen, um uns auszuruhen, aufzutanken und unsere Ressourcen zu stärken, bevor wir mit der Veränderung beginnen. Das gilt natürlich nur, wenn wir die Möglichkeit dazu haben. Denn manchmal sind wir gezwungen, uns in dem Zustand, in dem wir uns befinden, auf den Weg zu machen, auch wenn dieser Zustand nicht ideal für Veränderungen ist.
- ❖ Welchen Gegenstand würde ich aus der Geschichte für mich selbst mitnehmen? - Magische Gegenstände haben in Volksmärchen eine gewisse Hilfsfunktion. Nicht in allen Volksmärchen kommen solche magischen Gegenstände vor, aber das bedeutet nicht, dass die Gegenstände in den Märchen nicht auch für uns persönlich magische Kräfte haben. Ich identifiziere mich zwar mit Sfurtuna und sehe schon, dass ich mein Schicksal läutern muss, aber ich fühle mich nicht dazu in der Lage, dies zu tun. Wenn ich in das Märchen einsteige, kann ich die Seife und den Schwamm hervorholen, mit denen Sfurtuna ihre „Mutter Schicksal“ schrubbt. Oder ich kann die Anisbreze hervorholen, mit der sie diese nährt. Ebenso das Band, das ich geschenkt bekommen habe, das wichtige „Werkzeug“, das mich zur Königin macht. Ich muss also darauf achten, was diese Gegenstände für mich bedeuten und wie ich sie bekommen kann.
- ❖ Was muss ich ganz konkret tun, um in dieser Situation weiterzukommen? - Wenn wir die obigen Fragen sorgfältig bearbeiten, werden wir wahrscheinlich einen Ausweg finden. Aber oft kann das unsere Situation noch entmutigender machen. Wir müssen vielleicht viele Aufgaben lösen und stellen uns die Frage: „Wie werde ich das alles bewältigen können?“, oder: „Wie lange wird es dauern? Ich werde diese Herausforderung bestimmt nicht bewältigen können!“ Das sind Dinge, die wir uns sagen und auf die wir reagieren können. Bevor wir jedoch in Panik verfallen, sollten wir den vor uns liegenden Weg in einzelne Schritte zerlegen und darauf vertrauen, dass wir, wenn wir einen Schritt getan haben, auch in der Lage sein werden, den nächsten zu tun. Die Frage ist also: „Welchen ersten Schritt kann ich jetzt machen?“



---

Nach einer gründlichen Reflexion der Geschichte können wir beginnen, mit unseren Klient:innen zu arbeiten. Wenn wir mit Klient:innen in einem individuellen Prozess arbeiten, besteht die Hauptfrage darin herauszufinden, wo wir anfangen sollen und in welchem Entwicklungsstadium sich unsere Klient:in befindet. Das konnten wir vielleicht schon in früheren Gesprächen klären, aber Klient:innen sollten dies für sich selbst herausfinden.

Danach sollten wir auf der Grundlage der Interpretation der Klient:in die Fragen durchgehen, die bereits im Vorfeld formuliert wurden. Dies kann mehrere Sitzungen in Anspruch nehmen. Es müssen nicht alle Fragen bearbeitet werden, sondern die relevantesten. Es ist möglich, dass sich aus den vorformulierten Fragen neue ergeben, und wir diese heranziehen. Die Karten enthalten hauptsächlich Fragen, aber manchmal gibt es auch ein bestimmtes Problem zu lösen.

Manchmal stoßen wir auf ein Thema, das nicht mehr in den Rahmen der aktuellen Geschichte passt. Wir können dann mit einer anderen Geschichte fortfahren und später zu dieser zurückkehren.

Ziel des Prozesses ist es, dass Klient:innen wirksame Bewältigungsstrategien entwickeln und anwenden, dass sie die Ursachen ihrer Ängste finden und diese schließlich loslassen können.

Im Folgenden finden Sie Vorschläge, wie Sie die Geschichte auch in Gruppen mit jungen Menschen bearbeiten können.



## Ein mögliches Szenario für eine Gruppenaktivität

- ❖ **Der Zweck der Arbeitsgruppe "Volksmärchen":** Vergangenheitsbewältigung
- ❖ **Alterszielgruppe:** Junge Menschen im Alter von 18 bis 23 Jahren (möglicherweise auch älter), die noch nicht ganz unabhängig von ihren Eltern sind.
- ❖ **Dauer:** 60 Minuten
- ❖ **Anzahl der Teilnehmer:** Nicht mehr als 20 Teilnehmer:innen

### Vorbereitung des Veranstaltungsortes:

Das Umfeld sollte entsprechend der Atmosphäre der Geschichte vorbereitet werden. Es ist wichtig, dass die Teilnehmer:innen im Kreis sitzen können – besser ist es auf Kissen am Boden als auf Stühlen. Es sollte einen eindeutigen Eingang geben, das kann die Tür zum Raum sein. Wenn das nicht möglich ist oder der Raum zu groß ist, dann sollte ein selbsterstelltes "Tor" aufgestellt werden.

Achten Sie auf eine ausreichende, aber nicht zu starke Beleuchtung. Wenn Tische vorhanden sind, stellen Sie diese an den Rand des Raumes, sie können für die Einzelarbeit nützlich sein. Wenn keine Tische vorhanden sind, bringen Sie Zeichentafeln oder Mappen mit, auf denen die Teilnehmer:innen schreiben oder zeichnen können.

Legen Sie neben dem "Tor", innerhalb des Raumes die Symbolkarten aus, aus denen die Teilnehmer:innen beim Betreten des Raumes eine auswählen und dann den dazugehörigen Platz einnehmen können. Das können OH-Karten, Dixit-Karten oder auch eine eigene Sammlung von Bildern oder Postkarten sein. Wichtig ist nur, dass diese Karten verschiedene Situationen und Gefühle ausdrücken. Es sollte mindestens eineinhalb bis doppelt so viele Karten wie Teilnehmer:innen geben, damit alle eine ausreichende Auswahl haben.

In die Mitte des Kreises, der durch die Sitzgelegenheiten gebildet wird, sollten Sie ein buntes Tuch, eine Blume oder ein Symbol mit Bezug zur Geschichte legen. Sie können entweder alle oder wenn Sie sich auf ein bestimmtes Thema konzentrieren möchten, nur einzelne Objekte in die Mitte legen.

Legen Sie außerhalb des Kreises, in Ihrer Reichweite, alle anderen Gegenstände ab, die Sie verwenden möchten.

Wenn das Erzählen per Video erfolgt, sollten auch der Computer, der Projektor, die Leinwand/Wandfläche und die Lautsprecher vorbereitet und getestet werden, um den Ablauf nicht zu behindern.

Wenn die Gruppe vollständig ist, bitten Sie alle, nochmal den Raum zu verlassen und die Symbolkarten erst danach aufzudecken, damit sich alle einen Platz aussuchen.



Benötigte Werkzeuge:

Tuch oder Schal für die Kreismitte, Dekorationsartikel, Symbolkarten, Schreibblöcke, falls erforderlich, Stifte, Buntstifte, Zeichenwerkzeuge, die Story-Box-Karten und genügend Kopien der gedruckten Skizzen für alle Teilnehmer:innen.

Möglicherweise: Computer, Projektor, Leinwand/Wandfläche, Lautsprecher

## **Skript**

(Zeiten sind ungefähre Angaben, abhängig von der Gruppe)

### **1. Eingang**

**Dauer: 5 Minuten**

Wir lassen die Gruppenmitglieder eintreten, vorzugsweise einzeln, und geben jedem von ihnen die folgende Aufgabe:

"Haben Sie sich schon einmal aus Gründen, die Sie nicht beeinflussen konnten, in einer schwierigen Situation befunden? Hat man Ihnen schon einmal etwas vorgeworfen, das nicht stimmte, Sie aber nicht widerlegen konnten? Wählen Sie eine Karte, die diese Situation in Ihrem Leben repräsentiert."

Wenn alle ihre Wahl getroffen haben und Platz genommen haben, können wir beginnen.

### **2. In Stimmung kommen**

**Dauer: 10-15 Minuten**

Wir diskutieren die von den Teilnehmer:innen gewählten Karten. Wir sollten uns nicht im Kreis drehen und nicht jede/r muss unbedingt seine/ihre Karte teilen. Wenn alle, die es wünschen, gesprochen haben, können wir darüber diskutieren, was "vom Leben lernen" und "sich entwickeln" eigentlich bedeuten.

Während des Gesprächs können wir die folgenden Fragen stellen:

- Welche Arten von schwierigen Lebenssituationen gibt es? Neigen sie dazu, sich übereinander zu stapeln? Warum könnte das so sein?
- Inwieweit bestimmen unser familiärer Hintergrund und unsere Kindheit, wie wir heute im Leben zurechtkommen?
- Was können wir aus Schwierigkeiten lernen?

### **3. Geschichtenerzählen**

**Dauer: ca. 15 Minuten**

Wenn wir mit dieser speziellen Geschichte fortfahren, sollten wir die folgende Einleitung geben:



"Es war einmal ein Mädchen, dem man sagte, es sei verflucht, und Sfurtuna fand heraus, dass sie es wirklich war! Möchten Sie ihre Geschichte hören?"

Das Erzählen sollte vorzugsweise in unseren eigenen Worten erfolgen, da wir auf diese Weise den Kontakt zu den Teilnehmer:innen aufrechterhalten können. Wenn wir die Geschichte nicht frei erzählen, können wir sie laut vorlesen, uns eine Aufnahme anhören oder das Video ansehen.

Wenn wir die Geschichte selbst erzählen, können wir die Teilnehmer:innen vor Beginn bitten, die Augen zu schließen und sich auf ihren Atem zu konzentrieren. Wenn alle konzentriert sind, können wir beginnen.

Wir können auch ein Musikinstrument (z. B. ein Koshi-Glockenspiel, eine Kalimba oder eine Sansula) verwenden, um die Teilnehmer:innen auf die Erzählung einzustimmen.

Am Ende der Geschichte bitten wir die Teilnehmer:innen erneut, die Augen zu schließen, und geben ihnen die folgenden Aufgaben, um ihre eigenen inneren Bilder zu aktivieren:

- ❖ Wählen Sie eine Farbe aus der Geschichte!
- ❖ Wählen Sie einen Geruch aus der Geschichte!
- ❖ Wählen Sie einen Gegenstand aus der Geschichte!
- ❖ Wo befinden Sie sich in der Geschichte? Was umgibt Sie? Wer ist in Ihrer Nähe?

#### 4. Bearbeitung

**Dauer: 35-40 Minuten**

Nachdem alle aus der Geschichte zurückgekehrt sind, diskutieren wir, wer welche Teile aus der Geschichte mitgenommen hat und in welcher Landschaft er oder sie sich wiedergefunden hat. Eine Antwort ist nicht verpflichtend. Die Teilnehmer:innen können sich freiwillig zu Wort melden, wenn sie das möchten. In Bezug auf die Orte können wir die Teilnehmer:innen fragen, was die Aufgabe an diesem bestimmten Ort ist.

Danach (oder in der Zwischenzeit, je nach Bedarf) können wir mit den Teilnehmer:innen über Sfurtuna selbst sprechen:

- ❖ Was sind die Stärken und Schwächen von Sfurtuna?
- ❖ Was macht Sfurtuna gut und was nicht? Haben Sie in ihrem eigenen Leben bereits ähnliche Schritte unternommen?
- ❖ Was tut Mutter Francesca, um zu helfen? Haben Sie solche Helfer:innen um sich?

Dann teilen wir die Teilnehmer:innen in Dreiergruppen auf. Die Aufgabe der Gruppen ist es, Karte 5 zu diskutieren:

Sfurtuna begegnet ihrem Schicksal zum ersten Mal in der Weberhütte, als sie eingesperrt und allein gelassen wird.



- ❖ Haben Sie schon einmal jemandem eingeschränkt oder verletzt? Warum ist das passiert?
- ❖ Haben Sie schon einmal eine plötzliche Reaktion auf eine Situation bereut und sich danach geschämt? Wie gehen Sie mit dieser Situation um?

Wir sollten jeder Gruppe etwa 6-8 Minuten Zeit geben, um ihre Gedanken mitzuteilen, und dann mit der ganzen Gruppe ein Brainstorming durchführen, um solche Situationen künftig zu vermeiden oder zu lernen mit ihnen umzugehen, wenn sie dennoch auftreten.

Das nächste Thema ist "Mutter Schicksal" und die Konfrontation mit unserem eigenen Schicksal. Wir verteilen das Handout "Schicksalsrad" und bitten die TeilnehmerInnen, Folgendes an die entsprechenden Stellen zu schreiben (und dabei auch auszumalen, wenn dafür Zeit ist):

- a) Was haben Sie von Ihrer Herkunft und Ihren Eltern mit auf den Weg bekommen, das Sie schätzen?
- b) Was haben Sie von Ihren Eltern mitbekommen, das für Sie negativ ist?
- c) Was haben Sie bisher erreicht, das Sie zufrieden macht?
- d) Was haben Sie bisher getan, das Sie bereuen?

Wir sollten Zeit für die individuelle Arbeit lassen, ca. 8-10 Minuten. Danach können sich die Teilnehmer:innen frei austauschen. Nicht jeder muss sich zu Wort melden.

Jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin, wählt ein Thema aus, das mit den obigen vier Fragen zusammenhängt und seiner/ihrer Meinung nach "gewaschen" werden muss, wie Mutter Schicksal, oder "gebacken" werden muss, wie die Anisbrezen.

Aufgabe: Die Teilnehmer:innen erstellen einen individuellen Plan, wie sie dieses Problem angehen würden. Wir können ihnen die folgenden Fragen stellen:

- ❖ Was wollen Sie erreichen? Zerlegen Sie den Weg, den Sie gehen wollen, in einzelne Schritte! Wann werden Sie den ersten Schritt tun?
- ❖ Wer kann Ihnen helfen? Womit brauchen Sie Hilfe?

Während alle arbeiten, können wir das Ausmalblatt "Waschen" verteilen.

Anschließend können die Teilnehmer:innen in Zweiergruppen ihre Gedanken mit ihren Partner:innen teilen.

## 5. Beenden

Wenn unsere Zeit um ist, werden einige Leute noch arbeiten. Wir beenden die Sitzung, indem wir alle auffordern, den Geschichtenraum innerhalb weniger Minuten zu verlassen. Wir gehen durch das "Tor" und treffen uns nacheinander mit den einzelnen Teilnehmer:innen.

Dort bitten wir alle Teilnehmer:innen einzeln, uns mitzuteilen, was ihr erster Schritt auf dem Weg zum „Waschen“ ihrer eigenen persönlichen „Mutter Schicksal“ sein wird.





## MEIN RAD DES SCHICKSALS

Das habe ich bekommen und macht mich zufrieden.

Das habe ich erreicht und macht mich zufrieden.



Das habe ich mitbekommen und macht mich unzufrieden.

Das habe ich getan und bereue es.