



DER KAMPF MIT DEM DRACHEN

Wie die Arbeit mit Archetypen einen Jugendlichen auf seine persönliche Heldenreise gebracht hat.

VON CHRISTIANE VALERIE ELFERT
UND FALK KNÖPFEL

„Was, wenn ich aufhören
will zu kämpfen?“
„Dann stirbst du!“

(Die Jedi Ahsoka Tano im Gespräch
mit Anakin Skywalker aus der
Disney+-Serie Ahsoka, 2023)

Leon war gerade 15 Jahre alt geworden, als wir ihn kennenlernten. Er war von zartem Körperbau und wirkte wesentlich jünger, als es sein Alter vermuten ließ. Seit Beginn der Schulschließungen in den

Jahren 2020 bis 2022 war es Leon zunehmend schwerer gefallen, das Haus zu verlassen. Mit der äußeren Welt kommunizierte er vorwiegend über die Sprach- und Chatfunktionen seines Lieblingscomputerspiels. Als die Schulen wieder öffneten, ging Leon nicht mehr hin. Auch sonst verließ er das Haus nur noch in Begleitung seiner Eltern zu Arztterminen oder um seine Großeltern zu besuchen. Aufenthalte im Freien lösten Unwohlsein oder Panikattacken aus. Im Supermarkt etwas für sich einzukaufen, war ihm nicht mehr möglich. Ebenso wenig konnte er sich mit seinen Freunden verabreden. Den Besuch

einer Tagesklinik hatte er vorzeitig abgebrochen, nachdem er einige Tage erkrankt war und deswegen zu Hause bleiben musste. Alle bis dahin erreichten Fortschritte waren für Leon nicht mehr zugänglich.

Leons Eltern zeigten sich in der ersten Begegnung mit uns höchst verunsichert und wussten nicht, wie sie mit ihrem Sohn umgehen sollten. Immer wieder hatten sie versucht, Leon die Konsequenzen seines Handelns vor Augen zu führen. Sie hatten ihn gedrängt, nach draußen zu gehen, und seine Medienzeit begrenzt. Aber all ihre gut gemeinten Versuche endeten in Streit und Auseinandersetzungen

mit Leon, der sich schließlich weigerte, überhaupt noch irgendetwas auszuprobieren.

Um wieder einen größeren Spielraum zu bekommen, erarbeiteten wir mit Leons Eltern, zukünftig auf Druck und Zwang im Umgang mit ihrem Sohn zu verzichten. Doch ihre Angst vor einer aussichtslosen Zukunft für Leon war so groß, dass es ihnen kaum möglich war, von ihren Ermahnungen Abstand zu nehmen. Sie lebten in einem mentalen Gefängnis der Zukunft, in dem das Gefühl des Unabänderlichen immer größer geworden war.

„Wir haben etwas
erlebt, seinen Sinn
aber nicht erfasst“

(T.S. Eliot)

Weder Leon noch seine Eltern konnten einen Sinn in Leons „Erkrankung“ finden, der ihnen dabei hätte helfen können, einen Weg aus ihrer Verzweiflung zu finden. Ein solches Vorhaben gelingt aus unserer Erfahrung zumeist erst dann, wenn der „Kampf mit dem Drachen“ aufgenommen wird.

Aber mit welchem Drachen sollte Leon kämpfen?

Aus Sicht der Eltern war es die Angst, die Leon davon abhielt, sein Leben zu leben. Wenn er sich dieser stellen würde, dann würde er herausfinden, dass alles nicht so schlimm sei. Leons Eltern versuchten von außen eine „Tür“ zu öffnen, die Leon nur von innen und aus sich heraus öffnen konnte.

Aus unserer Erfahrung verdeckt Angst zumeist eine Vielfalt unerwünschter Gedanken und Gefühle, die Menschen in ihrem Leben nicht zulassen wollen. Dazu gehörte bei Leon nicht zuletzt auch der Vergleich mit Gleichaltrigen, die körperlich wesentlich weiter entwickelt waren als er. Sein „Drache“ nährte sich von Leons Überzeugung, dass er sich selbst weder schützen noch (altersgemäß) für sich sorgen könne. Daneben verunmöglichte der Drache es ihm, sich eine individuelle Zukunft ausmalen und vorstellen zu können. Wenn Leon über die Zukunft sprach, orientierte er sich an dem Leben seiner Eltern, was für ihn bedeutete, einen Beruf, Frau und Kinder zu haben. Sein Zeitsprung umfasste weder eine realistische Idee davon, wie er das Erreichen wollte, noch, was im Moment für ihn möglich war.

Online war Leon mit einigen früheren Mitschülern in Kontakt geblieben. Er hatte ihnen erzählt, dass er jetzt an eine andere Schule ginge und keine Zeit mehr für Verabredungen habe, zumindest nicht, wenn diese den unmittelbaren persönlichen Kontakt erforderten. Leon spielte vorzugsweise Minecraft, aber auch Team- und Strategiespiele. Außerdem hatte er sich verschiedene Kenntnisse über einfache Programmierschritte und technische Zusammenhänge angeeignet. Seine Eltern wussten weder, wie er seine Zeit verbrachte, noch mit welchen technischen Hacks er bereits experimentierte. Am Vormittag und frühen Nachmittag blieb er aufgrund der Berufstätigkeit seiner Eltern weitgehend sich selbst überlassen.

Leon hatte für sich eine Nische gefunden, in der er sich einigermaßen sicher fühlte und seine Zeit am Computer so verbringen konnte, wie er es für richtig hielt. Wenn er zur Mithilfe im Haushalt aufgefordert wurde, entzog er sich und stritt und diskutierte mit seinen Eltern. Sich damit zu beschäftigen, wie es schulisch und beruflich für ihn weitergehen könnte, überforderte Leon sichtlich. Lieber machte er sich

unsichtbar, blieb in seinem Zimmer und verabredete sich online mit seinen Freunden.

Gemeinsam mit Leon und seinen Eltern entwickelten wir einen Plan, wie es in den nächsten Wochen für ihn weitergehen könnte. Dazu gehörte die Hinzunahme unserer Kollegin Karla (die ihn dreimal in der Woche besuchen würde) und auch, dass Leon die Termine mit uns und seinen Eltern regelmäßig wahrnehmen würde.

Leon kannte weder Carl Gustav Jung, noch hatte er je von den Archetypen gehört. Und er wusste natürlich auch nichts von Jungs Überlegungen, dass die Archetypen grundlegende Wesenszüge der Menschen (weltweit) repräsentierten. Das war auch nicht nötig, denn für unsere Arbeit mit ihm reichte es völlig aus, mit den Fotos verschiedener Darsteller:innen aus Filmen und Serien zu arbeiten, die stellvertretend die wichtigsten Archetypen abbildeten. Dazu zählen nach Carol S. Pearson¹ unter anderem der Unschuldige, der Verwaiste, der Krieger und der Geber.

Wir hatten die Idee, dass es Leon möglicherweise besser gelingen könnte, sich selbst auf die Spur zu kommen, wenn er verschiedene Protagonist:innen zur Auswahl hatte, mit denen er sich identifizieren konnte. Welche Ich-Zustände (Archetypen) hatte Leon bereits kennengelernt? Und welche Archetypen würde er auswählen, wenn es darum ginge, zusätzliche Kompetenzen zu entwickeln?

Leon blickte konzentriert auf die vier Archetypen, die wir vor ihm ausgelegt hatten. Zum Teil kannte er die abgebildeten Serien- und Filmhelden, zum Teil nicht. Wir erklärten Leon, wofür der Unschuldige, der Verwaiste, der Krieger und der Geber standen.

Auf die Frage, mit welchem der Helden er sich am ehesten identifizieren könne, antwortete Leon: „Mit dem Unschuldigen und dem Krieger.“ Der Unschuldige passe gut zu seinem Leben im Haus, dort fühle er sich sicher. Der Krieger hingegen stelle für ihn

1 Carol S. Pearson: Die 12 seelischen Archetypen. Knauer, München 2019

Der Mut des Kriegers brachte Leon zurück in die Tagesklinik.

seine Internet-Persönlichkeit dar. Auf bestimmten Plattformen wisse niemand, wie alt er sei, und es interessiere auch keinen, weil nur seine Fähigkeiten zählen würden.

Uns überraschte, wie schnell es Leon gelang, sein Inneres und bisher Unbewusstes mithilfe der Archetypen auszudrücken. So konnten wir schon bald mit ihm darüber sprechen, welche Stärken Leon mit dem Unschuldigen und dem Krieger verband. Schwieriger wurde es erst, als es auch darum gehen sollte, welche Nachteile und Schwächen jeder der Helden haben könnte. Leon mochte sich dazu nicht äußern. Gleichwohl fiel es ihm leicht, mit dem Verwaisten in Kontakt zu treten. Dieser Archetyp machte Leon keine Angst. Er kenne das, er sei auch schon von seinen Freunden im Stich gelassen worden.

In der weiteren Arbeit mit den Archetypen erschloss sich Leon nicht nur immer mehr von sich, sondern erkannte auch, welche Dynamik zwischen Unschuldigen, Verwaistem und Krieger wirkte. Leons Wunsch, in Sicherheit zu bleiben, passte zwar zu den Bedürfnissen des Unschuldigen, aber der Krieger in ihm suchte weiter nach Herausforderungen, nur nicht außerhalb des Hauses, sondern im Internet.

Während Karla mit Leon dreimal in der Woche einübte, das Haus (wenigstens) für Mini-Spaziergänge zu verlassen, erarbeiteten wir in unseren Terminen mit ihm, welche neuen Kompetenzen (Selbstdisziplin, Ausdauer) sein Krieger brauchen könnte. Leon beschäftigte sich auch mit dem Geber, weil er sich in ihm gespiegelt fand. So kümmerte er sich mit großer

Fürsorge um seinen Hamster und seine zwei Kaninchen. Als eines Tages eines der beiden Kaninchen, die im Garten im Stall untergebracht waren, einen Tunnel grub und flüchtete, verließ Leon ohne zu zögern das Haus und suchte gemeinsam mit seiner Mutter Stunden nach dem Tier. Dabei vergaß er gänzlich seine Angst und kämpfte sich stattdessen durch Hecken und benachbarte Grundstücke, um sein Kaninchen wiederzufinden. Was ihm schließlich auch gelang.

Nach drei Monaten war Leon so weit, wieder in die Tagesklinik zurückzukehren und die Klinikschule zu besuchen.

Ihm fiel es leicht, sich mit den Helden aus Filmen und Serien zu identifizieren, Ideen zu entwickeln und seinen Krieger mit neuen Fähigkeiten wie Mut und Ausdauer weiterzuentwickeln. Dabei baute Leon genau auf jenen Stärken auf, die er bereits im Internet entwickelt hatte, etwa sich neues Wissen anzueignen, in Foren nachzufragen und die neuen Kenntnisse anzuwenden und einzuüben, bis er eine ausreichende Expertise darin entwickelt hatte.

Und Leon fand heraus, wie er als Krieger für Schutz und Unversehrtheit seines Unschuldigen sorgen konnte, auch ohne dass er dafür seine Eltern brauchte.

Leon veränderte sich. Die Fürsorge als Geber führte ihn auf die Suche nach seinem Kaninchen aus dem Haus, ohne dass er sich Gedanken über mögliche Gefahren gemacht hätte. Und der Mut des Kriegers brachte ihn wieder zurück in die Tagesklinik.

Seit mehreren Monaten geht Leon nun wieder zur Klinikschule, hat an

einem Tag der offenen Tür eine Berufsschule besucht und plant gemeinsam mit seinen Therapeuten vor Ort, wie der Übergang von der Klinikschule in die Regelschule gelingen kann. Leon hat seinen Kampf mit dem Drachen gewonnen, weil er sich mit ihm verbunden und sich auf seine ganz persönliche Heldenreise begeben hat. Wohin sie ihn führen wird? Nun, wie alle Heldenreisen natürlich zu ihm selbst. ■



© P. Wiegand, Bearb. S. Häusemann

Christiane Valerie Elfert und Falk Knöpfel inspirieren als Familientherapeuten, Coaches und Mediatoren in Münster.
www.elfertundknoepfel.de