

FILMTHERAPIE

Der Film als therapeutisches Medium

LEITFRAGEN



Hopper, Edward (1882-1967), *New York Movie*, 1939.
Museum of Modern Art, New York

THEMEN:

Filmwirkung allgemein und der individuelle psychologische Nutzen
Filmmetaphern - Die Nutzung der metaphorischen Bildersprache im Therapieprozess
Film als Kommunikationsmittel (Therapeut – Klient)
Filmtherapie anhand vom Filmbeispiel: „*Wie im Himmel*“ (Kay Pollack)

Filmwirkung allgemein und der individuelle psychologische Nutzen

1. Welche Wirkungen können Filme allgemein auf uns ausüben?
2. Können Filme mehr als nur unterhalten?

3. Wann wirkt ein Film am besten / wann am schlechtesten?
4. Sucht man sich einen bestimmten Film schon mit dem Hintergedanken aus, dass es eine bestimmte Wirkung auf einem selber hat?
5. Bei welcher Altersgruppe / Bevölkerungsgruppe könnte der Einsatz von Filmen innerhalb der Therapie hilfreich sein?
6. Musiktherapie / Kunsttherapie / Filmtherapie: Wo finden sich hier Berührungspunkte?

7. Ist die Erkennung der persönlichen kognitiven Verzerrung durch Filmcharaktere möglich?
8. Inwiefern können Reaktionen eines Klienten zu einem bestimmten Film, zu einer bestimmten Filmszene, oder zu einem Filmcharakter als so genanntes „Fenster zur Seele“ fungieren?
9. Persönlichkeitsteile eines Filmcharakters (z.B.: „Innerer Richter“ / „Innerer Berater“) als Platzhalter für die Persönlichkeitsseiten eines Klienten: Inwiefern ist es nützlich, Filmcharakteren bestimmte Persönlichkeitsstile zuzuordnen?
10. Kann der Film Wünsche und Träume eines Zuschauers wiederbeleben?
11. Denken Sie oft an ihre eigenen Erlebnisse während dem Filmschauen?
12. Identifikation mit den Filmfiguren: Inwiefern können hier persönliche Ressourcen wieder entdeckt werden?
13. Erkennen des wahren Selbst durch Schattenseiten der Filmcharaktere: Welche Schattenseiten habe ich – zeige ich diese jemanden?
14. Entwickeln Filme ihre Wirkung und Anziehung vor allem auch deshalb, weil sie an unseren Alltagserfahrungen ansetzen, weil sie diese beleben / umstrukturieren ohne reale Konsequenzen?
15. Zustand des Filmschauens und des Traums: Parallelitäten / Gemeinsamkeiten? (Dämmerzustand – Assoziationen – der Beobachter kann nicht selber eingreifen)
16. *„Das Kino hat mir den Psychiater ersetzt“* (Billy Wilder) – inwiefern ist die Einbettung des Filmprozesses in eine Therapie ausschlaggebend für den persönlichen Erfolg des Klienten?
17. *„Filme sind Spiegel und Spielwiese unserer träume und damit auch ein wichtiger Teil unserer Wirklichkeit“* (Zitate Billy Wilder) Inwiefern stimmen Sie hier zu?

Filmmetaphern - Die Nutzung der metaphorischen Bildersprache im Therapieprozess

1. Welche Funktion könnten Metaphern in einem Film haben, welchem Zweck dienen sie?
2. Filme als Metaphern sehen und in die Therapie einbeziehen wie Sprichwörter, Mythen, Geschichten, Witze. Welchen Zweck/Nutzen könnten sie hier haben?
3. Besteht die Möglichkeit durch Filmmetaphern Verbindungen zur eigenen Geschichte zu finden / zu entdecken?
4. Spricht jedes Metapher jeden Betrachter gleichermaßen an?

Film als Kommunikationsmittel (Therapeut – Klient)

1. Sprachlich weniger gewandte Klienten können sich vor dem Hintergrund gemeinsam gesehener Filme besser mitteilen, indem sie sich auf die Bilder und die Symbolik des Films beziehen können. Inwiefern stimmen Sie dem zu?
2. Filme als neutrales „Angebot“, dass der Klient leichter annehmen oder ablehnen kann als manches Angebot der klassischen Psychotherapie?
3. Ermöglichen Filme „exzentrisches Betrachten“ also eine Distanzierung vom Problem - da es leichter ist am Beispiel anderer die eigene Problematik zu erörtern als am Beispiel der eigenen Person.
4. Indem man Menschen nach den bedeutsamsten Filmen ihres Lebens fragt, kann man „Schlüsselinformationen“ erhalten und diese Filme zur Illustration wichtiger Zusammenhänge des Betreffenden nutzen.

Filmtherapie anhand vom Filmbeispiel: „Wie im Himmel“ (Kay Pollack)

1. Welche Themen spielen Ihrer Meinung nach im Film „Wie im Himmel“ eine bedeutende Rolle? Universelle / individuelle menschliche Themen?
2. Welchen psychologischen Nutzen kann dieser Film beinhalten?
3. Spricht der Film eine spezifische Gruppe (Klientengruppe) an?
4. Könnten Sie sich vorstellen mit diesem Film mehr an Erkenntnissen über den Klienten zu gewinnen?
5. Welche Anregungen und Fragen könnten ich an den Betrachter / Klienten stellen?
(z.B.: Wo man ich mir jetzt schon ein Stück Himmel (Zufriedenheit/Glück) erschließen?) Wie kann ich mir zu mehr Ehrlichkeit (Authentizität) verhelfen?



WIE IM HIMMEL

*Schon als ich noch ein kleiner Junge war,
... wollte ich immer nur eine Musik machen,
... die die Herzen der Menschen öffnet...
Das war mein Traum.*

Daniel in "Wie im Himmel"



Formale Angaben:

Schweden 2004, Regisseur: Kay Pollack, Hauptdarsteller: Michael Nyqvist, Frida Hallgren, Helen Sjöholm und Lennart Jähkel
Länge: 125 Minuten / Farbe / 1:1,85 / Dolby SRD

Schlüsselwörter: Selbstfindung, Musik, der eigene Ton, Eigenart, Liebe, Einfachheit, Akzeptanz, Sterben und Tod, Glück, Wahrhaftigkeit, Sehnsucht, Versöhnung, Wertschätzung, Respekt, Begeisterung, weniger anstrengen

Kurze Inhaltsangabe:

Daniel Dareus ist ein weltbekannter Dirigent. Mit jedem Konzert wird sein Ruhm ein bisschen größer. Nicht jedoch sein Glück. Schon als Kind träumte er davon, durch die Musik die Herzen der Menschen zu erreichen, doch scheint er sich nur immer weiter von ihnen zu entfernen. Nach einem Zusammenbruch auf offener Bühne tritt Daniel den Rückweg an.

Er lässt die große Welt hinter sich und kehrt in sein schwedisches Heimatdorf zurück. Es liegt weit von jeder Stadt entfernt in malerischer Landschaft. Ein gemischter Kirchenchor aus Laien ist die einzige Form der Musik, die ihm dort begegnet. Doch als er mit diesem Chor zu proben beginnt, wird er mit seiner Begeisterungsfähigkeit und seiner Hingabe an die Musik bald zu einem Fixpunkt der kleinen Dorf-Gemeinschaft, die sich in glühende Verehrer und wütende Feinde teilt.

Daniels Anwesenheit wird zu einem Katalysator für alte Sehnsüchte und lange schwelende Konflikte. Als er zarte Liebesbande mit der hübschen blonden Lena anknüpft, treten sofort Neider und Eifersüchtige auf den Plan. Die Wellen schlagen hoch, doch bald ist die positive Wirkung seiner Arbeit nicht mehr zu übersehen, und Daniel begreift, dass er nicht nur die Herzen der anderen, sondern auch sein eigenes Herz für das Glück geöffnet hat.

Möglicher psychologischer Nutzen

Der Film regt an, zu sich selbst zu finden, eigenen unerfüllten Träume nachzuspüren und für sich selbst Wege zu deren Vollendung zu finden, respekt- und liebevoll mit sich und anderen umzugehen, vieles lieber zuzulassen als zu erzwingen und authentisch zu leben.

Erlebnis-Anregungen: (Fragen an den Betrachter)

1. Mit welcher Rolle in dem Film kann ich mich besonders identifizieren? Wie fühle ich mich darin?
2. Was sind meine unerfüllten Träume? Was fehlt mir zu innerer Zufriedenheit und dem Erleben von Glück? Wonach bin ich noch auf der Suche?
3. Wie gut höre ich auf mein eigenes "Gespür"?
4. Ver helfe ich meinen Talenten zum Leben oder orientiere ich mich vor allem an äußeren Vorgaben?
5. Wie authentisch lebe ich selbst? Lasse ich andere in verträglicher Weise wissen, wie es mir selbst und wie es mir spezielle mit ihnen geht?
6. Wie gut kann ich den Augenblick und das mir schon jetzt Gegebene schätzen, es überhaupt wahrnehmen? Sehe ich, dass es einen "Himmel" auch schon vor dem Tode gibt?
7. Was bedeutet mir Liebe und wie lebe ich sie?
8. Wie gut respektiere ich meine Mitmenschen? Welche Vorurteile stülpe ich ihnen möglicherweise über?
9. Wo sind meine Verhaltensgrenzen, an die ich immer wieder stoße? Wo gebe ich in meinen Augen bereits "das Beste" - obwohl es in den Augen anderer noch zu wenig ist?
10. Auf welche Weise gelingt es mir, andere Menschen auch emotional zu berühren?
11. Wie gut kann ich mich mit (bislang ignorierten) Teilen meiner Person, aber auch mit schwierigen Mitmenschen versöhnen?
12. In welcher Form und mit welcher Außenwirkung lebe und zeige ich Spiritualität (Glauben, Frömmigkeit usw.)?

Schlussfolgerungen

1. Wo kann ich mir jetzt schon ein Stück "Himmel" (Zufriedenheit, Glück) erschließen?
2. Wie kann ich mein inneres Gespür verbessern?
3. Welchen Menschen möchte ich mehr Liebe und Wertschätzung zeigen?
4. Wie kann ich mir zu mehr Ehrlichkeit (Authentizität) verhelfen?
5. Wo kann ich andere begeistern und in ihnen Potenziale entfalten?