



Abb. 1 Therapiekoffer mit Symbolen und anderen Materialien für die psychologische Symbolarbeit. Quelle: Wilfried Schneider

Psychologische Symbolarbeit

Menschen durch **SYMBOLE** eine Sprache geben, wenn ihnen die Worte fehlen ✦ Paul Schober

KURZ GEFASST

- 1 Die psychologische Symbolarbeit ist ein Therapie- und Beratungskonzept, das reale, (be-)greifbare Symbole einsetzt.
- 2 Die Symbole in Form von konkreten Gegenständen werden zum Dolmetscher, um auszudrücken, was man sonst nicht sagen kann – wie die beiden Fallbeispiele zeigen.
- 3 Dieser Ansatz wurde von dem Sozialtherapeuten Wilfried Schneider im Rahmen seiner Tätigkeit im Suchtbereich entwickelt und im Laufe der Jahre für Therapie, Beratung, Supervision und Pädagogik anwendbar gemacht.

Hamburg zu Beginn der 1990er-Jahre – der Sozialtherapeut Wilfried Schneider fühlte sich immer wieder ratlos, wenn er wahrnahm, dass Klient*innen keine Worte für das hatten, was sie beschäftigt. Gespräche zeigten sich hier nicht als hilfreich.

Die Klient*innen waren ängstlich und hatten scheinbar einen dicken Panzer um ihre Seele gebaut. Ein mitgebrachter Stein erwies sich unerwartet als Dolmetscher zum Austausch über Sehnsüchte und frühere Erfahrungen. Jede*r hatte zu diesem Stein eine eigene Geschichte zu erzählen und keine glich der anderen. Unbewusstes beziehungsweise Unaussprechliches konnte damit dargestellt und somit auch bearbeitbar gemacht werden [1].

Aus dieser Erfahrung entwickelte er Therapiekoffer und setzte einzelne Symbole in Form von kleinen Alltagsgegenständen ein, wenn vergleichbare Situationen entstanden. So sind im Laufe der Jahre unter anderem Koffer zur Biografiearbeit, zur Kommunikation (Botschaft-Weg-Ziel), zu Emotionen und Gefühlen, zur Identitätsarbeit (innere Bilder nach außen) und zum Thema Werte entstanden. Diese und rund 300 weitere Interventionen dienen als Dolmetscher und Handwerkszeug, wenn Sprache bei Klient*innen nicht zur Lösung führt.

Vier Leitfragen

Die grundlegende Arbeitsweise orientiert sich dabei immer an 4 impliziten Leitfragen und ermöglicht es Klient*innen, sich immer nur auf einen Schritt zu konzentrieren:

Was ist das Problem? – Was soll anders sein? – Wie soll es sein? – Wie komme ich dahin?

Damit wird den Klient*innen eine logische Struktur des Vorgehens angeboten. Die Bearbeitung der Ausgangsfrage erleichtert jeweils die weitere Beschäftigung mit den Folgefragen.

Klient*innen werden dabei in ihrer Rolle als Expert*innen des eigenen Lebens wahr- und ernstgenommen. Soweit wie möglich sollen fremde Zuschreibungen außen vor gehalten werden. Die Therapeut*innen übernehmen die Verantwortung für den sicheren Rahmen, den Prozess und die Therapievereinbarung. Wichtig ist dabei, dass die Symbole den Klient*innen dabei helfen, die ersten 3 Fragen für sich selbst zu beantworten, indem sie mit symbolischen Materialien eigenständig arbeiten.

Therapie- und Beratungssitzungen in der Symbolarbeit beginnen mit der Auftragsklärung, die als Ergebnis zu einer kurzen Beschreibung – einer „Überschrift“ für die zu bearbeitende Problemstellung führen. Danach wird das Material beziehungsweise werden die Symbole vorgestellt, und die Bereitschaft der Klient*innen abgefragt, damit arbeiten zu wollen. Die Klient*innen legen damit unbeobachtet und im Einzel Symbolarbeiten, die je nach Material als Straße, Meer, Bild oder beliebigen Symbolrahmen gedeutet werden können.

Die Arbeit mit den Symbolen ist gleichzeitig die implizite, nonverbale Beschäftigung mit den oben genannten Leitfragen. Nach der Fertigstellung der Symbolarbeit erfolgt in mehreren Beratungsschritten ein Therapie- beziehungsweise Beratungsgespräch, um die Klient*innen bei der Explizierung ihrer Problemstellung und der Lösungsfindung behilflich zu sein.

Die Rolle der Therapeut*innen ist es dabei, das geeignete Material auszuwählen, vorzustellen und die Bereitschaft der Klient*innen abzufragen, damit arbeiten zu wollen, sowie einen sicheren und vertrauensvollen Rahmen für die Arbeit zu schaffen.

Nur der letzte Schritt, wie die in der Beratung gefundenen Lösungen im „echten“ Leben umgesetzt werden, wird gemeinsam ausgehandelt und konkretisiert.

Verständnis von Symbolen

Diese Herangehensweise setzt eine entsprechende therapeutische Haltung, Vertrauen in die Klient*innen und als wichtigstes Ar-

VITA

Wilfried Schneider

Jahrgang 1946, geboren in Niederndorf, Kreis Siegen, lebt in Ahrensburg bei Hamburg.



Ausbildungen

Modelltischler, Fachschule für Sozialpädagogik in Hamburg, Ausbildung als Integrativer Sozialtherapeut am AISF, Göttingen und Hypnoseausbildung (Dr. Halama, Hamburg).

Tätigkeiten

- Erzieher, Aufbau verschiedener Projekte, darunter die Straßentheatergruppe „Nebelhörner“
- Freier Journalist, zahlreiche Veröffentlichungen in Hörfunk, Zeitungen, Büchern
- 1982–1997: Mitglied der Jury „Preis der deutschen Schallplattenkritik“, 4 Jahre Mitglied der „Arbeitsgruppe Sesamstraße“ beim NDR, Mitarbeit an Fernsehfilmen, diverse Lehraufträge und Referententätigkeit
- 1992–2009: Mitarbeiter im COME IN! – Hamburg-Therapiehilfe e. V.
- seit 1994: Entwicklung und Herausgabe von Therapiekoffern und Materialien für kreative und nonverbale Interventionen
- 2001–2007: aktive Zusammenarbeit mit RRJETA e. V. (Ausbildung und Teambegleitung von Mitarbeitern/Mitarbeiterinnen, Eltern aus der Drogenarbeit in Slowenien, Bosnien-Herzegowina, Kosovo)
- seit 2014: Leitung der zweijährigen Ausbildung „Psychologische Symbol-Arbeit“ in Hamburg und Bregenz

Informationen und Lehrvideos zur Symbolarbeit:
www.psychologische-symbolarbeit.de

beitsmaterial voraus: Symbole in Form von konkreten Gegenständen. Symbole können zum Dolmetscher werden und sind Transportmittel für das, was man nicht sagen kann. Ein Symbol kann aus der eigenen Erfahrung viele Bedeutungen haben und ist immer mit einem, meist mehreren Gefühlen verbunden. Erich Fromm definiert ein Symbol als „etwas, das stellvertretend für etwas anderes steht“ [2]. Ein Symbol dieser Art ist etwas außerhalb von uns selbst; was es symbolisiert, ist etwas in uns. Die Symbolsprache ist die Sprache, in der wir innere Erfahrungen so zum Ausdruck bringen, als ob es sich dabei um Sinneswahrnehmungen handelte, um etwas, was wir tun, oder um etwas, was uns in der Welt der Dinge widerfährt. Die Symbolsprache ist eine Sprache, in der die Außenwelt ein Symbol der Innenwelt, ein Symbol unserer Seele und unseres Geistes ist [3].

Wenn wir beispielsweise an den eingangs erwähnten Stein denken. Jemand kann dies mit einem Stolperstein verbinden, der sinnbildlich im Weg lag, mit einem schönen Erlebnis in den Ber-



Abb. 2 Rechts im Bild ist ein Beispiel für eine Lebensstraße zu sehen. Quelle: Wilfried Schneider

gen oder aber auch mit der Stabilität und Festigkeit des Gesteins. Unendlich viele Deutungen sind hier möglich. Während Symbole in diesem Sinne möglichst viele Deutungen zulassen sollen, begegnen uns im Alltag auch Piktogramme oder Zeichen (zum Beispiel Verkehrszeichen), die eine möglichst hohe Standardisierung beziehungsweise Eindeutigkeit anstreben.

Theoretische und praktische Verortung

Die Entwicklung der psychologischen Symbolarbeit hat sich seit ihren Anfängen an praktischen Herausforderungen in Beratung und Therapie orientiert und lässt sich damit nicht direkt einem etablierten psychotherapeutischen Ansatz zuordnen. Jede einzelne Intervention ist aus der Notwendigkeit geboren, einen passenden Dolmetscher zu finden.

Die Beschäftigung mit Symbolen allgemein folgt der Tradition von Sigmund Freud, Carl Gustav Jung, Humberto Nagera oder Verena Kast, um nur einige wenige zu nennen. Die Unterscheidung zu diesen Schulen liegt darin, dass in der psychologischen Symbolarbeit physische Gegenstände verwendet werden, die mit Herz, Hirn und Hand (be-)greifbar sind.

Dieser (be-)greifbare Zugang findet sich bei Dora Maria Kalff [4], einer Schülerin von C.G. Jung, die das Sandspiel (tiefenpsychologische Methode, bei der mit Sand frei ein Bild gestaltet wird) entwickelt hat. Ähnlichkeiten findet man auch bei den Impact-Techniken der Psychotherapeutin Danie Beaulieu [5]. Hierbei han-

delt es sich um Techniken, mit denen Behandelnde ihren Patient*innen neue Sichtweisen auf möglichst eindrückliche Weise auf verschiedenen Sinneskanälen präsentieren können.

Die beiden Psychotherapeut*innen Gerhard und Elisabeth Wollschläger [6] haben sich parallel und etwa zeitgleich zu Wilfried Schneider ebenfalls mit dem Einsatz von konkreten Gegenständen als Symbole in der Therapie beschäftigt. Die theoretischen Grundlagen und die Methodik weisen dabei Ähnlichkeiten auf.

Wert und Wirkung in der Anwendung

Den Kern der Methode bildet die Dolmetscherfunktion der Symbole und der damit verbundene Zugang zu Vor- und Unbewusstem. Subjektiv als dramatisch und schwierig erlebte Situationen können eigenständig durch die Klient*innen beschrieben werden. Um es mit den Worten von Wilfried Schneider auszudrücken: „Ich bin mir sicher, dass die meisten Menschen recht gut wissen, was ihr Problem ist und auch die Ursächlichkeiten dazu kennen. Oft fehlt aber ein Dolmetscher, der es ihnen – ohne allzu große Angst – ermöglicht, sich mitzuteilen.“ [1]. Dies hat zur Folge, dass man relativ schnell Informationen zu Problemsichten, Veränderungswünschen und Zielen erhält. Das spart Zeit.

Damit einher geht auch ein spezielles Rollenbild, eine therapeutische Grundhaltung: Eine Hauptaufgabe in Beratung und Therapie besteht bei diesem Ansatz darin, Werkzeuge und Mate-

rialien zur Verfügung zu stellen, damit Klient*innen Themen für sich bearbeiten können. Dafür ist Vertrauen und Zutrauen erforderlich: Klient*innen wissen, um was es geht.

Dazu ein praktisches Beispiel: In biografischen Sitzungen wird öfter mit Lebensstraßen gearbeitet, bei denen jeweils eine Karte ein Lebensjahr repräsentiert. Darauf werden Symbole platziert. Eine junge Frau legte ein Symbol für eine Bratpfanne auf ein Altersfeld. In diesem Fall war die Bedeutung dazu für die Klientin aber nicht nur die Verantwortung für die Versorgung der jüngeren Geschwister, sondern auch eine innerfamiliäre Missbrauchserfahrung, die in der häuslichen Küche stattfand. Über das Symbol der Bratpfanne war es der jungen Frau möglich, diese lang zurückliegende Situation erstmalig jemandem anzuvertrauen [1].

Die Symbole dienen dazu, diese Themen verständlich zu machen, für die Therapeut*innen, aber auch für sich selbst. In dem Moment, in dem wichtige Anliegen ohne Worte, aber mit dem Material dargestellt werden, kann eine deutliche Abnahme der Angst beobachtet werden, die unwillkürlich verbunden ist mit der Beschäftigung mit Problemen und Dramen im eigenem Leben.

Werden danach die Symbole beschrieben, finden die Klient*innen ihre Sprache dafür. Sie haben deutlich weniger Angst, weil sie über das Material erzählen. Indem Klient*innen einen Gegenstand erklären (wie im obigen Beispiel die Bratpfanne) und damit ja auch über sich selbst berichten, haben sie in diesem Moment ausreichend Abstand zum eigenen Ich, sodass sich die Angst verringert und das Sprechen und Mitteilen leichter fällt. Genau diese Angst war es aber, die vorher diese Worte verhinderte.

Praktische Wirkung zeigt sich auch bei Klient*innen, die sich wünschen, dass etwas anders wird, aber selbst nichts anders machen wollen. Der letzte Aspekt dieses Satzes ist oftmals von Angst geleitet. Die Symbolarbeit, also der innere und äußere Abstand zum Symbol scheint Angst kleiner werden zu lassen und Mut für etwas Neues zu vergrößern.

Verwendung und Einsatzmöglichkeiten

Grundsätzlich kann die psychologische Symbolarbeit mit Menschen in allen Altersgruppen eingesetzt werden, bei Kindern ab dem Schulalter, teils auch Vorschulalter, da manche Materialien ein Leseverständnis voraussetzen.

Auch hinsichtlich der Störungsbilder zeigt die Methode eine große Breite, sie wird von Kolleg*innen bei vielen unterschiedlichen Symptomatiken angewendet. Kontroverse Erfahrungen wurden bei psychotischen Patient*innen gemacht, wobei allerdings auch erfolgreiche Arbeiten bei Schizophrenie dokumentiert sind [1].

Eine Schlüsselrolle kommt hier wieder der therapeutischen beziehungsweise beraterischen Haltung zu: Eine Persönlichkeit, die selbst nicht von Angst bestimmt ist; die Bereitschaft zu experimentieren und das Vertrauen in die Klient*innen bilden hier das notwendige Fundament.

Besonders hilfreich ist die Methode dann, wenn die Verwirrung groß ist, wenn Klient*innen über Themen sprechen wollen, dies aber nicht können. Hier geben die Materialien Struktur und

Ordnung. Dies kann bei Traumatisierungen der Fall sein, oder aber bei scham- und schuldbesetzten Themen, allgemeiner gesprochen, wenn der Angst eine große Rolle zukommt.

Im Paar-, Familien- und Gruppensetting zeigt sich eine weitere Funktion: die Vermeidung von Missverständnissen. Bei rein verbalen Schilderungen von Problemen entstehen aufgrund unterschiedlicher Sozialisation unterschiedliche Bilder in den Köpfen der Beteiligten. Jede*r geht davon aus, dass das eigene Bild zutreffend ist. Wenn aber das konkrete Thema mit Symbolen gelegt wird, dann haben alle dasselbe Bild vor sich und können sich dazu austauschen.

Damit eignet sich diese Methode neben dem therapeutischen Einsatz auch zur Verwendung in Supervision, Beratung und Coaching.

Mögliche Fallstricke

Die grundlegenden Standards der psychologischen Symbolarbeit unterscheiden sich nicht von anderen Beratungs- und Therapieformen. Als Besonderheit kann die Grundregel genannt werden, dass die Beschreibung der Symbole durch die Klient*innen den zentralen Ausgangspunkt bilden. Auf eigene Nachfragen für zusätzliche Informationen wird weitgehend verzichtet. Dies demonstriert Vertrauen und vermeidet dysfunktionale Interpretationen der Klient*innen, etwas vergessen zu haben, nicht gut zu sein beziehungsweise etwas falsch gemacht zu haben. Therapeut*innen sollen eigene Hypothesen für sich behalten und das von den Klient*innen vorgegebene Tempo im Klärungsprozess akzeptieren. Unterstützend wirkt hierbei bedingungslose Zuwendung, sowie wertungsfreie Wahrnehmung und Akzeptanz. Die Therapeut*innen werden in der Expert*innenrolle für sicheren Raum, Material, Methode und Prozess definiert, Klient*innen als Expert*innen für sich selbst, die eigenen Entscheidungen und das eigene Leben.

Damit werden Klient*innen in ihrer aktiven Rolle gestärkt, es fällt ihnen leichter, Verantwortung für eigenes Handeln übernehmen zu können.

Symbolarbeit in der Praxis

Im Folgenden demonstrieren 2 praktische Beispiele, die von Wilfried Schneider selbst beigetragen wurden, wie Interventionen aus der psychologischen Symbolarbeit aussehen können.

Die Geheimniskiste

Ich (Wilfried Schneider) sehe meine Arbeit so, dass es Ereignisse im Leben gibt, über die man redet oder noch nicht redet. Oft geht es bei diesen Geheimnissen um Missbrauch, schwere Grenzverletzungen, Gewalt, tiefe Ängste, Scham und Schuld. Eine Erfahrung ist auch, dass es sich dabei um Ereignisse handelt, über die Klient*innen noch nie in ihrem Leben gesprochen haben. Wir wissen, dass Klient*innen genau diese Themen in den Anfängen der Therapie verschweigen, und sie haben subjektiv gesehen dafür gute Gründe.

Hinzu kommt, dass ich mich als Neuling in der Arbeit öfter als ungeduldig erlebte. Was dann zur Folge hatte, dass ich Klient*innen nicht den Raum ließ, ihr Tempo selbst zu bestimmen und dadurch zum Gegenteil von dem beitrug, was ich erreichen wollte. War ich ungeduldig, verschlossen sich die Klienten noch mehr.

Und so entstand die Idee, eine Geheimniskiste einzuführen: Ich überklebte eine kleine Holzkiste mit Fellresten und malte die Kiste innen pechschwarz an. Diese Kiste hat seitdem einen festen Platz in meiner Arbeit.

Bei der ersten Sitzung wird den Klient*innen die Möglichkeit geboten, alles was sie gerne loswerden möchten, sich aber nicht zu sagen trauen, symbolisch in das Geheimniskästchen zu legen. In einer der nächsten Sitzungen werde man darauf zurückkommen und ihn fragen, ob er das Kästchen öffnen möchte. Es bleibe jedoch immer seine Entscheidung, dazu ja oder nein zu sagen. Mehr werde von ihm nicht erwartet. Bei Paar-, Familien- oder Gruppentherapie wird der Auftrag entsprechend abgewandelt formuliert.

Der Vorgang ist mit einer Suggestion in der Hypnose vergleichbar. Das heißt, sobald der Auftrag ausgesprochen ist, hat der Klient schon etwas hineingelegt.

Hineingelegt wird der Gedanke. Dringend rate ich davon ab, diesen schriftlich festzuhalten. Sonst bleibt immer das (berechtigte?) Misstrauen, der Therapeut würde in Abwesenheit des Klienten hineinschauen.

In der folgenden Sitzung steht das Geheimniskästchen für kurze Zeit in der Mitte und es wird gefragt, ob heute jemand sein Geheimnis herausholen wolle. Ich habe mir angewöhnt, langsam und leise bis 10 zu zählen. Melden sich in dieser Zeit keine Klient*innen aus der Gruppe stelle ich es zur Seite und gehe zur Tagesordnung über. Das Geheimniskästchen lenkt den Fokus auf das Wesentliche, die Klient*innen wissen, warum sie in Therapie sind. Ich habe sichergestellt, dass allein die Klient*innen entscheiden, wann sie ihr Geheimnis lüften möchten. Ist die Entscheidung dafür gefallen, erfolgt fast immer eine Phase der Erleichterung. Das, womit Klient*innen oft lange allein waren, ist nun ausgesprochen. Gleichzeitig wurde die erste Erfahrung gemacht, dass dadurch keine Ablehnung, sondern zuwendende Aufmerksamkeit entsteht. Das ist nur möglich, wenn eine ausreichende Vertrauensbasis zwischen Klient*innen und mir als Therapeut beziehungsweise zu den anderen Klient*innen gewachsen ist. Meist wird das Lüften des Geheimnisses bereits vor der Sitzung angekündigt: „Heute will ich mich gleich melden und mein Geheimnis aus der Kiste holen.“

Das Streichholz – Schweres wird leichter

Ein etwa 50-jähriges Ehepaar hat sich nach einer Anzahl von Sitzungen dazu entschlossen, ein Jahr nicht mehr über Trennung zu reden und sich auf die Vorteile des Zusammenbleibens zu konzentrieren. Dazu haben sie eine Menge Ideen entwickelt. Sie wollen noch etwa 3 Sitzungen machen und schauen, wie dieser Plan am ehesten gelingen kann.

In der Pause dieser Paarsitzung kommt die Frau wiederholt zum mir und will mir etwas über ihren Mann sagen. Ich mache darauf aufmerksam, dass die Regel ist, nie etwas ohne den Partner zu besprechen. Sie antwortet, dass sie das wisse, es sei aber eine Ausnahme. Ich gebe dem nach. Sie sagt: „Nun kann er mir aber mal sagen, dass er mich liebt.“

Dieser Satz ist ihr sehr bedeutsam geworden. Ich frage erstaunt zurück, ob er das tatsächlich auch im Zusammenhang mit den Sitzungen nicht ausgesprochen habe. Sie antwortet mit einem klaren Nein. Ich bin verwundert und beschließe, diese Information zu nutzen um zu versuchen, ob dies auflösbar ist.

Ich gestehe dem Mann meinen Regelverstoß und leite das Anliegen der Frau weiter. Danach sage ich aber sehr entschieden und kurz: „Wenn das stimmt, was Ihre Frau zu mir gesagt habe, bin ich fast froh, einmal gegen diese Regel verstoßen zu haben.“

Der Mann bekommt einen hochroten Kopf und bestätigt, dass es stimme. Ich zeige ihm ein Streichholz und frage, wie lange so ein Streichholz brennen würde. Er meint, vielleicht 20 Sekunden. Ich gebe ihm das Streichholz und die Schachtel und sage: „Zünden Sie ein Streichholz an. Solange dieses brennt, haben sie Zeit Ihrer Frau zu sagen, dass sie sie lieben. Ist das nicht leistbar, dann suchen sie sich einen anderen Therapeuten.“

Er ist erschrocken, aber akzeptiert den Auftrag. Um Zeit zu gewinnen, nimmt er das Streichholz mit den Fingernägeln des Daumens und des Zeigefingers in die Hand. So kann er es aber nicht anzünden.

Er bemerkt, was er tut, fasst es nun fester an, entzündet es und sagt ganz schnell: „Ich liebe dich.“ Sofort bläst er es wieder aus. Ich sage: „Na, es geht doch.“ Er ist sehr erleichtert und seine Frau recht glücklich.

Als Kontext dazu muss ergänzt werden, dass in dieser therapeutischen Beziehung ein großes gegenseitiges Vertrauen vorlag. Der Mann hatte mir bereits vorab mitgeteilt, dass es ihm aufgrund seiner Schüchternheit nicht möglich sei, jenen besagten Satz auszusprechen und dass er selbst sehr darunter leide. Er wusste, dass er es sagen wollte, aber nicht konnte. Somit war meine konfrontative Provokation eine Hilfestellung, diese konkrete Blockade zu durchbrechen. Ich war mir beim Überreichen der Streichhölzer gewiss, dass dies vom Mann auch in diesem Sinne verstanden wurde.

Das brennende Streichholz hatte hier eine starke Symbolik für den Augenblick, der genutzt werden soll. Wir alle haben die Erfahrung, dass dieses Streichholz nur wenige Sekunden brennt (ca.

15–20 Sekunden). Dies war für den Klienten die Möglichkeit, aus dem Grübeln herauszukommen und den Satz „Ich liebe Dich!“ nicht wieder zu verschieben.

Sinnvoll ist es, einen Teller vorzubereiten, damit das abgebrannte Streichholz abgelegt werden kann. Der Handelnde hat hohen Bedarf, es schnell abzulegen. Diese provokative und symbolische Intervention setzt voraus, dass die therapeutische Beziehung von tiefem Vertrauen geprägt ist. ●

 Dieser Artikel ist online zu finden:
<http://dx.doi.org/10.1055/a-1917-9584>

Quellen

- [1] Gespräch mit Wilfried Schneider vom 22. Juli 2022
- [2] Fromm E. Märchen, Mythen, Träume. Eine Einführung in das Verständnis einer vergessenen Sprache. In: Erich-Fromm-Gesamtausgabe, Band IX. München: dtv Verlagsgesellschaft; 1989
- [3] Schneider W. Grundlagen für die Arbeit mit Symbolen. Eigenverlag; 2018
- [4] Kalff DM. Sandspiel. Seine therapeutische Wirkung auf die Psyche. München und Basel (Schweiz): Ernst Reinhardt; 1996
- [5] Beaulieu D. Impact-Techniken für die Psychotherapie. Heidelberg: Carl-Auer; 2005
- [6] Wollschläger ME, Wollschläger G. Der Schwan und die Spinne – Das konkrete Symbol in Diagnostik und Psychotherapie. Bern (Schweiz): Hans Huber; 1998

DR. PAUL SCHOBER



Paul Schober ist Jahrgang 1969, lebt und arbeitet in Neulengbach (Niederösterreich).
Ausbildungen: Promotion zu organisationalem Wissen, akademischer Bildungsmanager, Trainer und Supervisor für Symbolarbeit.
Tätigkeiten: Geschäftsführer der Hafelekar Unternehmensberatung, Obmann der Gesellschaft für Sozialforschung und Bildung, Lehrbeauftragter an Universitäten und Fachhochschulen.

E-Mail: paul.schober@hafelekar.at



© Peter J. Traub/stock.adobe.com

Abb. 1 Symbolbild. © Peter J. Traub/stock.adobe.com

Von Steinen und 8 Milliarden Menschen

Die Geburtsstunde der psychologischen Symbolarbeit (S. 36) beschreibt ihr Begründer Wilfried Schneider folgendermaßen: Ein am Strand gefundener Stein, den er mit in eine Gruppentherapie-Sitzung brachte, wurde – herumgereicht zwischen den Klient*innen – zum Symbol für deren Erinnerungen und Sehnsüchte. Jede*r verband mit dem Stein ureigene Themen, erzählte eine andere Geschichte. In einem Vortrag sagte Savina Tilmann einmal sinngemäß: „8 Milliarden Menschen – 8 Milliarden verschiedene Wege zu sein ...“. In ihrem Beitrag zu Sprache als therapeutisches Werkzeug (S. 42) verdeutlicht sie, dass es keine 2 Menschen gibt, die eine Aussage gleich verstehen, dafür aber zum Beispiel 10 Stufen des Zuhörens.

Was uns Menschen verbindet, sind unsere Einzigartigkeit *und* unsere Gemeinsamkeiten. Ulrike Stifft zeigt mögliche Synergien zwischen Homöopathie und Psychotherapie auf (S. 14) und beschreibt, wie beide den Zugang in die psychische Welt von Klient*innen ermöglichen. Klient*in und Therapeut*in begegnen sich dabei in einem gemeinsamen inneren Raum, der auf ihrer Ähnlichkeit beruht. Das Universelle am Menschsein betont Dr. Matthias Ennenbach in seinen Beiträgen zur buddhistischen Psychotherapie (S. 28, S. 32), wenn er daran erinnert, dass Leiden keine Krankheit ist und zum Leben dazugehört. „Eine zutiefst positive Grundhaltung“ (S. 56) zu Menschen vertritt Reinhard Textor in seinem Interview zur humanistischen Psychologie. Diese geht davon aus, dass *jedem* Menschen die Fähigkeit für ein sinnvolles und zufriedenes Leben innewohnt. An dieser Stelle ein großes Dankeschön an Herrn Textor, der als redaktioneller Beirat zu dieser DHZ-Ausgabe in besonderem Maße beigetragen hat!

Allen Psychotherapie-Beiträgen in diesem Heft ist gemein, dass sie implizit oder explizit unterstreichen, wie wichtig die therapeutische Beziehung ist. Sie bildet die Basis, auf der Sie Klient*innen erreichen können – ob mit Worten, Übungen ... oder einem am Strand gefundenen Stein.

Viel Freude beim Lesen wünscht Ihnen

**Ihr DHZ-Redakteur
Alphan Cicekten**

Alphan Cicekten



„Was uns Menschen verbindet, sind unsere Einzigartigkeit und unsere Gemeinsamkeiten.“

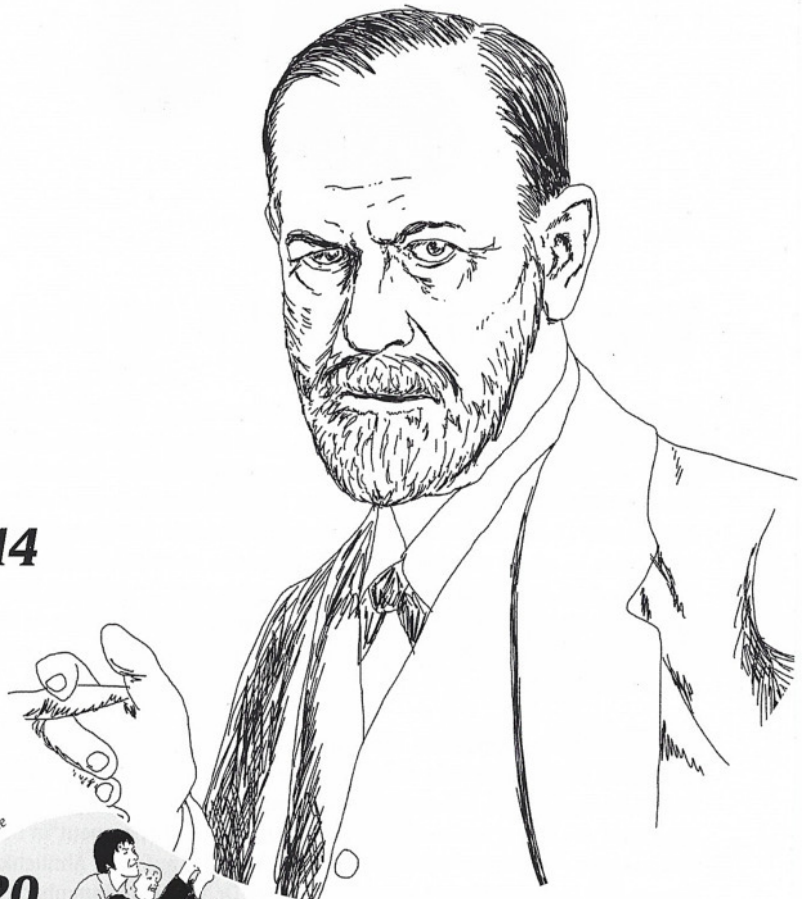
Psychotherapie

DHZ PRAXIS

- 14 Grundlagen:
Synergie von Homöopathie und Psychotherapie
- 20 Fallbericht:
Theraplay – Therapie mit Kindern
- 25 HPA Prüfungstrainer:
Prüfungsthema: Psychische Störungen und Psychotherapie
- 27 Wissensquiz:
Was wissen Sie über ... psychische Störungen und Psychotherapie?
- 28 Therapiemethode:
Buddhistische Psychotherapie
- 32 Fallbericht:
Buddhistische Psychotherapie
- 36 Therapiemethode:
Psychologische Symbolarbeit
- 42 Therapeutische Kommunikation:
Sprache als therapeutisches Werkzeug
- 48 Funktionelle Anatomie:
Muskeltonus – Regulation – Entspannung
- 50 Übungen:
Entspannungs- und Stabilisierungstechniken
- 55 Patienteninformation:
Bodyscan-Übung für Körpergewahrsein und Entspannung
- 56 Interview:
Humanistische Psychologie
- 60 Heilpflanzenporträt:
Melisse

14

Quelle: stock.adobe.com



20

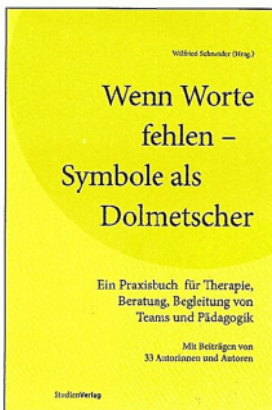
Quelle: Katriona Franke



36

Quelle: Wilfried Schneider





Wenn Worte fehlen – Symbole als Dolmetscher

Schneider W, Hrsg. Wenn Worte fehlen – Symbole als Dolmetscher. Ein Praxisbuch für Therapie, Beratung, Begleitung von Teams und Pädagogik. Mit Beiträgen von 33 Autorinnen und Autoren. Innsbruck, Wien, Bozen: StudienVerlag; 2019. 39,90 €. ISBN: 978-3706551519.

Vor rund 30 Jahren begann Wilfried Schneider, Herausgeber des Buches „Wenn Worte fehlen – Symbole als Dolmetscher“, in seine therapeutische Arbeit Symbole einzubauen: (be-)greifbare Gegenstände wie zum Beispiel ein Stein oder eine Feder, die den Klient*innen helfen, Ungesagtes und Unsagbares auszudrücken und statt *nur* zu sprechen ins Tun und Handeln zu kommen. Schneider entwickelte daraus eine Reihe von Materialien, Techniken und Interventionen, die er unter dem Begriff der psychologischen Symbolarbeit zusammenfasst.

Er und 33 von ihm ausgebildete Kolleg*innen haben ein Praxisbuch geschaffen, das sowohl die Grundlagen der Methode als auch konkrete Interventionen und Werkzeuge erklärt, wie etwa die Lebensstraße zur Biografiearbeit, die Gefühlsinseln oder den Einsatz von Uhren und Streichhölzern bei zeitbezogenen Interventionen.

Die Vermittlung der Inhalte gelingt aufgrund der vielen Fallbeispiele und der leicht nachvollziehbaren Erläuterungen so anschaulich, dass es geübten und gut ausgebildeten Therapeut*innen möglich sein müsste, die eine oder andere Intervention in der Pra-

xis auszuprobieren. Das Buch ersetzt natürlich nicht eine Weiterbildung in psychologischer Symbolarbeit. Aber man gewinnt beim Lesen den Eindruck, dass die Autor*innen nichts zurückhalten und den Leser*innen so viele praxisrelevante Informationen wie möglich an die Hand geben möchten.

Bemerkenswert ist auch die unverblümt ausgedrückte therapeutische Haltung Schneiders und seiner Kolleg*innen. Spürbar ist die große Wertschätzung gegenüber Menschen, wenn zum Beispiel erklärt wird, weshalb Warum-Fragen gegenüber Klient*innen unangebracht sind oder man in der Therapie identifizierte Ressourcen kritisch danach abklopfen muss, ob sie den Anforderungen des Alltags standhalten können und somit dem hilfesuchenden Menschen wirklich dienen.

Fazit: Das Buch beschreibt die psychologische Symbolarbeit praxisnah, ungekünstelt und leicht verständlich und inspiriert zum Ausprobieren. Eine bis oben gefüllte Schatzkiste.

HP-Psych Alphan Cicekten, Stuttgart