

Psychologische Symbolarbeit im Kontext der psychotherapeutischen Ideengeschichte

Paul Schober

Abstract

Psychologische Symbolarbeit, im Folgenden kurz Symbolarbeit, wird als methodisch strukturierte Praxis symbolischer Formbildung in die psychotherapeutische Ideengeschichte eingeordnet. Im Zentrum steht die Beobachtung, dass Menschen manches nicht sagen können, bevor sie es zeigen können. Ein Stein, eine Figur, ein Weg, ein Bild oder eine räumliche Anordnung wird dann nicht zum Beweis, sondern zur Form: Inneres Erleben wird sichtbar, berührbar, verschiebbar und damit besprechbar.

Die Symbolarbeit nach Wilfried Schneider wird in ihrer Praxislogik, ihrem methodischen Status und ihrer Anschlussfähigkeit an Symbolisierung, Externalisierung, Psychodrama, Gestalttherapie, narrative Therapie, Metaphernarbeit und prozessbasierte Psychotherapie beschrieben (Schneider, o.J.; Schober, 2022). Direkte empirische Evidenz zur spezifischen Wirksamkeit der Symbolarbeit bleibt nach bisherigem Stand begrenzt. Befunde aus Nachbarverfahren werden deshalb nicht als Wirksamkeitsnachweis verwendet, sondern als indirekte Plausibilisierung möglicher Prozessannahmen (Cruz et al., 2018; Kazdin, 2007; Kushnir & Orkibi, 2021; Malkomsen et al., 2021, 2022). Symbolarbeit erscheint so als theoretisch anschlussfähige, praktisch ausgearbeitete und empirisch weiter zu untersuchende Methode symbolischer Formbildung.

Schlüsselwörter: Psychologische Symbolarbeit; Symbolisierung; Externalisierung; psychotherapeutische Ideengeschichte; Psychodrama; Gestalttherapie; narrative Therapie; Prozessforschung; evidenzbasierte Praxis

1. Wenn Worte fehlen: Ausgangspunkt und Fragestellung

Am Anfang der Psychologischen Symbolarbeit steht keine große Theorie, sondern eine wiederkehrende Erfahrung aus Beratung, Therapie und psychosozialer Praxis: Menschen können oft nicht sofort sagen, was sie bewegt. Sie können aber etwas zeigen. Ein Gegenstand, eine Figur oder eine Anordnung kann zum Dolmetscher für das werden, was noch nicht sprachfähig ist. Genau an dieser Schwelle zwischen Erleben, Symbol und Sprache setzt die Psychologische Symbolarbeit an.

Diese Schwelle ist fachlich anspruchsvoll. Ein Symbol macht inneres Erleben nicht automatisch wahrer, richtiger oder eindeutiger. Es gibt dem Erleben eine Form, mit der weitergearbeitet werden kann. Daraus entsteht eine besondere Verantwortung: Die begleitende Person darf Symbole nicht vorschnell deuten, nicht psychologisch überladen und nicht gegen die Selbstauskunft der arbeitenden Person verwenden. Symbolarbeit ist dort stark, wo sie Orientierung, Abstand, Perspektivwechsel und Handlungsfähigkeit fördert. Sie wird problematisch, wo sie Bedeutungen fixiert oder mehr behauptet, als der Prozess trägt.

Die wissenschaftliche Einordnung der Symbolarbeit beginnt deshalb bei der Quellenlage. Die Texte und Arbeitsmaterialien von Wilfried Schneider beschreiben die Methode als ein Handwerkszeug, das mit konkreten Symbolen, räumlicher Anordnung, begleitenden Fragen und einer klaren Prozessführung arbeitet (Schneider, o.J., S. 1-6). Der Beitrag von Paul Schober ergänzt diese Perspektive durch eine anwendungsnahe Darstellung der Entstehung, der Therapiekoffer und der Verwendung in Therapie, Beratung, Supervision und Pädagogik (Schober, 2022, S. 36-41).

Für die intersubjektive Nachvollziehbarkeit unterscheidet die Arbeit drei Ebenen. Erstens wird rekonstruiert, was die Quellen zur Symbolarbeit selbst beschreiben und praktisch anleiten. Zweitens wird ausgewiesen, welche theoretischen Deutungen und ideengeschichtlichen Bezüge daraus abgeleitet werden. Drittens wird markiert, wo empirische Prüfung fehlt, Quellen indirekt sind oder Befunde aus Nachbarfeldern nicht ohne Weiteres auf die Symbolarbeit übertragen werden dürfen.

Diese Trennung ist mehr als formale Vorsicht. Sie schützt vor zwei gegenläufigen Verkürzungen. Die eine würde aus anschaulicher Praxis zu schnell wissenschaftliche Evidenz machen. Die andere würde eine methodisch entwickelte Praxis zu schnell abwerten, nur weil sie nicht in derselben Form erforscht ist wie manualisierte Störungsbehandlungen. Zwischen beiden Polen liegt ein sachlicher Zugang: Symbolarbeit wird beschrieben, eingeordnet und in ihren Aussagegrenzen geklärt.

Damit verschiebt sich auch die Frage nach ihrem Status. Die Symbolarbeit ist weder psychotherapeutische Schule noch bloß einzelne Technik. Sie lässt sich am ehesten als methodisch strukturierte Praxis verstehen: mit erkennbarem Material, Prozesslogik, Haltung, Anwendungsfeldern und Grenzen. Ihre wissenschaftliche Tragfähigkeit entsteht dort, wo Begriffe, Prozesse und Wirkannahmen präzise genug beschrieben sind.

Die Unterscheidung von Technik, Methode, Verfahren und Schule ist dafür zentral. Eine Technik ist eine konkrete wiederholbare Handlung, etwa das Legen eines Symbols, das Markieren eines Abstandes oder das Verändern einer Position. Eine Methode umfasst mehr: Ziel, Material, Ablauf, Haltung, Prozesslogik und Kriterien dafür, wann eine Intervention passend ist. Ein Verfahren ist breiter, stärker theoretisch und institutionell gefasst; es beschreibt Ausbildung, Indikation, Störungsverständnis und therapeutische Anwendung. Eine Schule schließlich besitzt eine historisch gewachsene Identität, eine eigene Theoriegeschichte und meist auch institutionelle Formen. Die Symbolarbeit ist nach der bisherigen Quellenlage mindestens als Methode bzw. methodisch strukturierte Praxis zu verstehen; ob sie als Verfahren im engeren psychotherapeutischen Sinn gelten kann, ist nicht vorauszusetzen.

Diese begriffliche Ordnung verhindert zwei gegensätzliche Fehler. Die Symbolarbeit wird nicht dadurch wissenschaftlich irrelevant, dass direkte kontrollierte Wirksamkeitsstudien begrenzt sind. Sie wird aber auch nicht dadurch evidenzbasiert, dass sie klinisch plausibel wirkt oder an etablierte Verfahren anschlussfähig ist. Ihr Status entsteht nicht aus Selbstbehauptung, sondern aus der Zusammenschau von Quellenlage, Praxislogik, theoretischer Anschlussfähigkeit, professionellen Grenzen und empirischer Prüfbarkeit.

Die Quellenlage zur Symbolarbeit ist breit, aber nicht als geschlossenes Forschungsfeld organisiert. Sie umfasst die Grundlagen- und Arbeitsmaterialien von Wilfried Schneider, Arbeitsanleitungen zum Symbol- und Therapiekoffer, die publizierte Herausgeberschrift *Wenn Worte fehlen - Symbole als Dolmetscher*,

Veröffentlichungen und Erfahrungsberichte aus der Praxis, Materialien aus Projektkontexten sowie anwendungsbezogene Beiträge von Paul Schober (Schneider, o.J.; Schneider, 2009, 2019; Schober, 2022; SFYC Project Consortium, 2019). Ergänzend werden Arbeiten aus angrenzenden Praxis- und Forschungsfeldern herangezogen, insbesondere zu Symbolisierung, Metaphernarbeit, Externalisierung, szenischer Konkretisierung, erfahrungsorientierten Verfahren und psychosozialer Beratung.

Gerade diese Breite verlangt eine klare Unterscheidung der Aussagekraft. Direkte Praxisquellen sind besonders geeignet, um Herkunft, Begriffe, Materialien, Ablauf und Haltung der Symbolarbeit zu rekonstruieren. Anwendungsnahe Texte erschließen vor allem Transfer, Beratungskontexte, didaktische Strukturierung und professionelle Verantwortung; sie bleiben jedoch autorennahe Praxisperspektiven. Forschung aus Nachbarfeldern kann mögliche Veränderungsprozesse plausibilisieren, belegt aber nicht die Symbolarbeit als eigenständige Methode. Die Argumentation der vorliegenden Arbeit bleibt deshalb quellenbezogen, unterscheidet direkte Beschreibung von theoretischer Interpretation und formuliert Wirkannahmen als Forschungsfragen.

2. Symbol, Sprache und therapeutische Formbildung

Ein Symbol ist in dieser Arbeit kein geheimer Code, den die Fachperson entschlüsselt. Es ist ein Bedeutungsmedium. Es stellt etwas dar, ohne es abschließend zu definieren. Gerade darin liegt seine therapeutische und beraterische Kraft: Ein Symbol kann verdichten, Abstand schaffen, Ambivalenz sichtbar machen und etwas in Bewegung bringen, das im rein begrifflichen Sprechen fest bleibt.

Psychologische Symbolarbeit lässt sich deshalb als Arbeit an Formbildung verstehen. Ein innerer Zustand, ein Konflikt, eine Entscheidung oder eine Ressource bekommt eine äußere Gestalt. Diese Gestalt kann betrachtet, verschoben, befragt, ergänzt oder in Beziehung zu anderen Symbolen gesetzt werden. Schneider fasst diese Grundidee praktisch: Was nicht gesagt werden kann, kann gezeigt und mit einem begreifbaren Gegenstand bearbeitet werden (Schneider, o.J., S. 5-8).

Externalisierung ist dabei ein Kernvorgang. Etwas, das bislang nur innerlich erlebt wurde, tritt nach außen. Dadurch entsteht eine doppelte Bewegung: Die Person bleibt mit dem eigenen Erleben verbunden und gewinnt zugleich Abstand dazu. Dieser Abstand kann entlasten, ordnen und neue Perspektiven ermöglichen. In der Sprache der Prozessforschung wäre vorsichtig von plausiblen Mechanismen zu sprechen, nicht von nachgewiesenen symbolarbeitsspezifischen Wirkfaktoren.

Materialisierung erweitert diesen Vorgang. Ein Gegenstand hat Gewicht, Farbe, Position, Nähe, Distanz und Richtung. Er ist nicht nur ein Bild im Kopf, sondern ein Element im Raum. Damit wird Bedeutung nicht nur erzählt, sondern arrangiert. Diese räumliche und haptische Qualität erklärt, warum Therapiekoffer und Symbolmaterialien in den Praxisquellen nicht als Dekoration erscheinen, sondern als methodisches Handwerkszeug (Schneider, o.J., S. 6).

Der Begriff Formbildung ist dabei zentral. Form entsteht, wenn etwas Diffuses eine Grenze, eine Position und eine Beziehung bekommt. Ein Symbol steht nicht isoliert im Raum. Es steht zu anderen Symbolen, zur Person, zur begleitenden Fachperson, zum Thema und zum Ziel des Prozesses. Die Form macht nicht nur

sichtbar, was schon bekannt war. Sie kann auch zeigen, dass ein Thema anders geordnet ist, als es im Sprechen zunächst erschien.

Sprache bleibt in dieser Arbeit unverzichtbar, aber sie verliert ihre Alleinherrschaft. In vielen Beratungs- und Therapiesituationen kommt Sprache zu früh: Sie ordnet, bevor etwas gefühlt wurde; sie erklärt, bevor eine Person überhaupt sehen kann, worum es geht. Symbolarbeit verzögert diese vorschnelle Erklärung. Sie schafft eine Zwischenform, in der Wahrnehmung, Affekt, Abstand und spätere Sprache zusammenkommen können. Die Praxisquellen beschreiben gerade diesen Abstand zwischen Person, Problem und Symbol als entlastend und sprachöffnend (Schneider, o.J., S. 8, 15; Schober, 2022, S. 39).

Damit entsteht ein eigener Erkenntnistyp. Erkenntnis ist hier nicht nur Einsicht im Kopf, sondern eine Verbindung von Wahrnehmen, Anordnen, Sprechen und Handeln. Ein Symbol kann berührt, verschoben, entfernt, ergänzt oder mit einem anderen Symbol in Beziehung gesetzt werden. Diese kleine Handlung im Außen kann eine innere Bewegung vorbereiten. Genau darin liegt die besondere Nähe der Symbolarbeit zu prozessorientierten und erfahrungsbezogenen Ansätzen.

Symbolische Formbildung unterscheidet sich damit von reiner Imagination ebenso wie von reinem Gespräch. In der Imagination bleibt das Bild vorwiegend innerlich; im Gespräch wird es sprachlich gefasst. Symbolarbeit verschiebt das Erleben in einen gemeinsamen Raum. Dort wird es weder vollständig objektiviert noch rein subjektiv belassen. Es bekommt eine Zwischenstellung: persönlich genug, um bedeutsam zu bleiben, und äußerlich genug, um betrachtet werden zu können.

Dieser Zwischenstatus erklärt auch die Bedeutung der begleitenden Fragen. Fragen lenken den Blick, ohne die Bedeutung festzulegen. Sie können öffnen, begrenzen, vertiefen oder auf Transfer ausrichten. Die Arbeitsanleitungen betonen deshalb beschreibende Sachfragen und warnen vor vorschnellen Warum-Fragen und Interpretationen (Schneider, 2009, S. 11, 16). Eine Frage wie 'Was fällt Ihnen auf, wenn Sie diese Anordnung betrachten?' wahrt eine andere Haltung als die Frage: 'Was bedeutet das wirklich?'

Die therapeutische und beraterische Bedeutung der Formbildung liegt deshalb nicht in der Sache selbst, sondern im Prozess, der durch sie möglich wird. Der Gegenstand bleibt Gegenstand. Erst Auswahl, Position, Beziehung, Benennung und Veränderung machen ihn zum Symbol. Die Methode lebt von dieser Spannung: Das Material ist konkret, die Bedeutung offen; die Anordnung ist sichtbar, ihre Deutung bleibt personengebunden; die Veränderung im Raum ist klein, kann aber eine größere innere oder praktische Bewegung anstoßen.

3. Ideengeschichtliche Resonanzräume

Die Psychologische Symbolarbeit steht nicht außerhalb der psychotherapeutischen Ideengeschichte. Sie geht aber auch nicht einfach aus einer einzelnen Tradition hervor. Ihre Nähe entsteht dort, wo verschiedene Verfahren mit derselben Grundfrage arbeiten: Wie kann inneres Erleben so dargestellt werden, dass es nicht nur erinnert oder erklärt, sondern gegenwärtig bearbeitet werden kann (Rabeyron & Massicotte, 2020; Hendricks, 2002; Cruz et al., 2018)?

Diese Frage ist historisch breiter, als es auf den ersten Blick erscheint. Psychotherapie arbeitet nicht nur mit Erklärungen, sondern mit Formen der Darstellung: mit Träumen, Bildern, Szenen, Rollen, Metaphern, Körperempfindungen, Beziehungsmustern, Geschichten und Handlungen (Rabeyron & Massicotte, 2020; Malkomsen et al., 2021; Cruz et al., 2018; Hendricks, 2002). Symbolarbeit kann in diesem Feld als materialnahe Ausprägung eines wiederkehrenden therapeutischen Grundproblems gelesen werden: Diffuses Erleben braucht eine Form, bevor es geordnet, besprochen und verändert werden kann.

Tiefenpsychologische und psychoanalytische Symbolkonzepte zeigen, dass seelisches Erleben häufig nicht direkt, sondern vermittelt erscheint: in Bildern, Träumen, Verdichtungen, Ersatzformen und Bedeutungsverschiebungen. Für Symbolarbeit ist daran weniger die klassische Deutung des Unbewussten entscheidend als die Einsicht, dass psychisches Erleben symbolische Formen braucht (Rabeyron & Massicotte, 2020). Das Symbol ist dann kein Beweis für eine verborgene Wahrheit, sondern ein Zugang zu einer Bedeutung, die ohne Darstellung schwer erreichbar bleibt.

Die entscheidende Differenz liegt im Umgang mit Bedeutung. Klassische Symboldeutung kann dazu tendieren, ein Zeichen auf einen verborgenen Inhalt hin zu entschlüsseln. Symbolarbeit folgt einer anderen Logik: Die Bedeutung eines Gegenstands wird nicht vorausgesetzt, sondern im Prozess der Auswahl, Anordnung und Reflexion entwickelt. Darin verschiebt sich der Wahrheitsanspruch. Das Symbol sagt nicht, was objektiv der Fall ist; es macht sichtbar, wie ein Thema für eine Person im Moment erscheint und bearbeitbar wird.

Neuere Symbolisierungsdiskussionen sind für diese Verschiebung besonders anschlussfähig. Symbolisierung kann nicht nur als Darstellung eines schon vorhandenen Inhalts verstanden werden, sondern als psychischer Transformationsprozess (Rabeyron & Massicotte, 2020). Ein schwer formulierbares Erleben wird in eine Zwischenform gebracht: noch nicht begrifflich abgeschlossen, aber auch nicht mehr bloß diffus. Genau diese Zwischenform ist für Symbolarbeit zentral. Das Material wird zum Träger einer Bedeutung, die im Prozess entsteht und dadurch weiterentwickelt werden kann (Schneider, o.J.).

Humanistische und erlebnisorientierte Verfahren verschieben den Akzent vom Erklären zum unmittelbaren Vollzug. Gestalttherapie, Focusing und emotionsorientierte Arbeitsweisen fragen danach, was im Moment spürbar wird, welche Form ein Erleben annimmt und wie es sich im Kontakt verändert (Hendricks, 2002). Symbolarbeit teilt diese Aufmerksamkeit für Gegenwart, Ausdruck und Veränderbarkeit. Sie tut dies jedoch mit einer eigenen Materialnähe: Nicht nur der Körper, die Stimme oder die Szene tragen Bedeutung, sondern auch der ausgewählte Gegenstand, seine Position und seine Beziehung zu anderen Symbolen.

Im Focusing und in erfahrungsorientierten Therapien spielt das noch nicht ganz Sagbare eine zentrale Rolle. Das Erleben ist vorhanden, aber unpräzise; es braucht Sprache, Bild, Körperbezug und geduldige Aufmerksamkeit, um sich zu differenzieren (Hendricks, 2002). Die Symbolarbeit kann hier als materialgestützte Variante einer ähnlichen Bewegung verstanden werden. Der Gegenstand oder die Anordnung ersetzt das innere Erleben nicht, sondern gibt ihm einen Halt, an dem Differenzierung möglich wird.

Gestalttherapeutische und erlebnisorientierte Traditionen bringen außerdem die Bedeutung des Experiments ins Spiel. Veränderung entsteht nicht nur durch Einsicht, sondern durch Ausprobieren: eine

Position wechseln, eine Stimme hören, eine Szene verändern, einen Kontakt anders gestalten (Hendricks, 2002). Die Symbolarbeit kann solche Experimente in reduzierter, ruhiger und materialbezogener Form ermöglichen. Die Person muss nicht zwingend eine Rolle spielen oder eine Szene durchleben; oft genügt es, eine Anordnung zu verändern und zu beobachten, was sich dadurch innerlich und sprachlich verschiebt.

Psychodrama, Chairwork und szenische Verfahren machen Konflikte, Rollen und Beziehungsmuster räumlich erfahrbar. Die Person sieht nicht nur auf ein Problem, sie tritt in eine Anordnung ein, wechselt Perspektiven oder verhandelt Positionen (Cruz et al., 2018; Kushnir & Orkibi, 2021; Oravcova et al., 2025). Symbolarbeit arbeitet meist reduzierter und objektbezogener, doch die gemeinsame Grundbewegung ist deutlich: Erleben wird externalisiert, damit es angeschaut, befragt und verändert werden kann.

Psychodrama ist dabei besonders wichtig, weil es Konkretisierung als therapeutische Leistung sichtbar macht. Rollen, Beziehungen und innere Konflikte werden nicht nur benannt, sondern räumlich und szenisch organisiert. Kushnir und Orkibi (2021) beschreiben Konkretisierung als einen Prozess, der Ambiguität reduzieren, Probleme externalisieren und neue Perspektiven ermöglichen kann. Symbolarbeit teilt diese Funktionen, arbeitet jedoch mit einer anderen Verdichtung: Das Symbol übernimmt eine Position, ohne dass eine ganze Szene inszeniert werden muss.

Chairwork zeigt eine ähnliche Logik in konzentrierter Form. Unterschiedliche innere Stimmen, Beziehungsperspektiven oder Konfliktanteile werden über Sitzpositionen unterscheidbar (Oravcova et al., 2025). Symbolarbeit kann diese Unterscheidung noch weiter materialisieren. Eine Figur, ein Stein oder ein Gegenstand kann für eine Stimme, eine Ressource, eine Grenze oder eine Belastung stehen (Schneider, o.J.). Der Vorteil liegt in der Sichtbarkeit; das Risiko liegt in der Verfestigung. Deshalb bleibt entscheidend, dass jede Anordnung als vorläufige Darstellung verstanden wird.

Systemische, konstruktivistische und narrative Ansätze schärfen einen weiteren Punkt. Probleme sind nicht nur innere Zustände, sondern entstehen in Bedeutungen, Beziehungen, Kontexten und Geschichten. Narrative Externalisierung trennt Menschen von Problemen, ohne Verantwortung zu leugnen (Conti et al., 2022). Ähnlich arbeitet Symbolarbeit, wenn ein Konflikt, eine Angst oder eine Entscheidung als Symbol im Raum erscheint: Das Thema gehört zur Person, aber es ist nicht die Person.

Systemische und konstruktivistische Perspektiven liefern eine Sprache für diese Verschiebung. Eine symbolische Anordnung ist keine objektive Abbildung einer inneren Wahrheit, sondern eine Beobachtungsform. Sie zeigt, wie ein Thema in einem bestimmten Moment, in einem bestimmten Kontext und unter bestimmten Fragen organisiert wird. Dadurch kann dieselbe Person ihr Thema anders sehen, ohne behaupten zu müssen, die frühere Sicht sei falsch gewesen. Veränderung entsteht durch neue Beobachtungsmöglichkeiten.

Narrative Therapie macht diese Logik sprachlich greifbar. Wenn ein Problem externalisiert wird, verliert es den Charakter einer Identitätsaussage. Aus 'ich bin das Problem' wird eine Beziehung zu einem Problem (Conti et al., 2022). Symbolarbeit materialisiert diese Bewegung: Das Thema liegt im Raum, es bekommt Abstand, Größe, Nähe, Gewicht und Beziehung zu anderen Elementen (Schneider, o.J.). Dadurch kann eine Person mit dem Thema arbeiten, ohne mit ihm identisch zu sein.

Neuere prozessbasierte Perspektiven erlauben schließlich eine Sprache, die nicht an Schulen haften bleibt. In den Blick kommen Veränderungsprozesse wie emotionale Aktivierung, Distanzierung, Perspektivwechsel, Bedeutungsrekonstruktion, Ressourcenaktivierung und Handlungsplanung (Hofmann & Hayes, 2019; Kazdin, 2007; Moskow et al., 2023). Symbolarbeit kann als Praxis verstanden werden, die mehrere dieser Prozesse in einer anschaulichen Form bündelt. Ob daraus spezifische, empirisch nachweisbare Wirkungen entstehen, bleibt eine eigene Forschungsfrage.

Diese prozessbasierte Perspektive ist für die wissenschaftliche Einordnung besonders fruchtbar. Sie erlaubt, Symbolarbeit nicht vorschnell einer Schule zuzuschlagen, sondern nach ihren möglichen Veränderungsprozessen zu fragen (Hofmann & Hayes, 2019; Moskow et al., 2023). Was wird durch Materialisierung erleichtert? Welche Rolle spielt Distanz? Wann entsteht emotionale Aktivierung, wann Überforderung? Wie wird aus einer symbolischen Veränderung ein alltagspraktischer Schritt? Solche Fragen führen von der Ideengeschichte in eine empirisch anschlussfähige Prozesslogik (Kazdin, 2007).

Die ideengeschichtliche Linie bleibt damit plural. Symbolarbeit berührt psychodynamische Symbolisierung, humanistische Erfahrung, gestalt- und psychodramatische Konkretisierung, systemisch-narrative Externalisierung und prozessbasierte Veränderungsmodelle (Rabeyron & Massicotte, 2020; Hendricks, 2002; Conti et al., 2022; Cruz et al., 2018; Hofmann & Hayes, 2019). Diese Pluralität ist kein Mangel, solange sie nicht als beliebige Ahnenreihe verstanden wird. Wissenschaftlich tragfähig wird sie dort, wo die jeweiligen Funktionen genau unterschieden werden: Symbolisierung ist nicht dasselbe wie Deutung, Externalisierung nicht dasselbe wie Distanzierung, Konkretisierung nicht dasselbe wie Wirksamkeitsnachweis.

4. Die Psychologische Symbolarbeit nach Wilfried Schneider

Psychologische Symbolarbeit nach Wilfried Schneider beginnt bei einer einfachen praktischen Beobachtung: Viele Themen werden erst bearbeitbar, wenn sie eine Form erhalten. Was innerlich diffus, beschwerend oder widersprüchlich erlebt wird, kann durch ein Symbol, einen Gegenstand, ein Bild oder eine räumliche Anordnung sichtbar werden (Schneider, 2019, S. 10, 18-19; Schober, 2022, S. 36-39). Diese Sichtbarkeit ist nicht bloß Illustration. Sie verändert die Arbeitslage: Ein Thema liegt nun zwischen Person und Fachperson, kann betrachtet, beschrieben, verändert und auf nächste Schritte hin befragt werden.

Der Therapiekoffer und die Symbolmaterialien sind deshalb nicht bloß Hilfsmittel. Sie gehören zur Methode. Ihre Funktion liegt nicht darin, fertige Bedeutungen anzubieten, sondern Auswahl, Anordnung, Betrachtung und Veränderung zu ermöglichen. Das Praxisbuch beschreibt die Arbeit mit dreidimensionalen, im doppelten Sinn begreifbaren Symbolen und ordnet die Therapiekoffer als grundlegende Materialien der Methode ein (Schneider, 2019, S. 26-27).

Die Grundbewegung der Symbolarbeit lässt sich als Folge von Klärung, Darstellung, Betrachtung, Befragung, Veränderung und Integration beschreiben. Zunächst wird ein Thema in eine sichtbare Form gebracht. Dann wird diese Form betrachtet: Was steht wo? Was ist nah, was fern, was fehlt, was wirkt zu schwer oder zu leicht? Danach können Bedeutungen geklärt, Positionen verändert, Ressourcen ergänzt und nächste Schritte abgeleitet werden. Diese Schrittlogik entspricht den Arbeitsanleitungen, die

Auftragsklärung, eigenständiges Legen, beschreibende Wahrnehmung, Sachfragen und die Ableitung weiterer Klärungsschritte voneinander unterscheiden (Schneider, 2009, S. 4-5, 14-16; Schneider, 2019, S. 71-75).

Sprache verschwindet in diesem Prozess nicht. Sie bekommt eine andere Aufgabe. Sie erklärt nicht von außen, was das Symbol angeblich bedeutet, sondern hilft, die entstehende Bedeutung zu präzisieren. Die entscheidende Frage lautet nicht: Was bedeutet dieses Symbol? Sondern: Was zeigt sich für Sie, wenn dieses Symbol hier liegt? Damit bleibt die Deutung bei der Person, die mit dem Material arbeitet. Die Fachperson strukturiert den Prozess, aber sie besitzt nicht die Bedeutung.

Diese Haltung unterscheidet Symbolarbeit von einer autoritären Symboldeutung. Symbolarbeit wird schwach, wenn sie Zeichen wie feste Codes behandelt. Sie wird stark, wenn sie die Mehrdeutigkeit eines Symbols aushält und zugleich den Prozess klar führt. Die begleitende Person verantwortet Rahmen, Material, Fragen und Sicherheit; die Bedeutung des Symbols bleibt bei der arbeitenden Person (Schober, 2022, S. 40).

Inhaltlich richtet sich Symbolarbeit häufig auf Konflikte, Entscheidungen, Ressourcen, Beziehungen, Zukunftsbilder und belastende innere Ordnungen. Ihre besondere Leistung liegt darin, solche Themen nicht nur zu besprechen, sondern in eine anschauliche Struktur zu bringen. Dadurch können Ambivalenzen nebeneinander liegen, Ressourcen sichtbar werden und nächste Schritte konkreter erscheinen. Der Gewinn ist nicht die symbolische Darstellung an sich, sondern die neue Beweglichkeit, die aus ihr entstehen kann.

Die Materialien geben dieser Praxis eine eigentümliche Konkretheit. Sie sind weder Dekoration noch projektive Testobjekte. Ihre Bedeutung entsteht erst in der Wahl, im Legen, im Benennen und im Verändern. Gerade deshalb ist der Therapiekoffer methodisch bedeutsam: Er bietet eine geordnete Vielfalt an Symbolträgern, ohne deren Bedeutung festzulegen. Die Methode lebt von dieser Balance zwischen Angebot und Offenheit.

Typische Prozessfragen richten den Blick auf Position, Abstand, Gewichtung, Beziehung und Veränderungsmöglichkeit. Was steht im Zentrum? Was liegt am Rand? Was fehlt? Was ist zu nah oder zu weit entfernt? Was braucht einen Platz? Welche Ressource ist vorhanden? Was könnte als nächster Schritt anders gelegt oder anders getan werden? Die Quellen zeigen dabei eine konsequente Präferenz für beschreibende, klärende und handlungsbezogene Fragen; Interpretationen von außen sollen den Prozess nicht dominieren (Schneider, 2009, S. 11, 16).

Der Beitrag von Wilfried Schneider ist damit besonders gut als Praxisrekonstruktion zu lesen. Er liegt weniger in einem ausgearbeiteten Störungsmodell als in einer methodischen Grundbewegung: Thema sichtbar machen, Symbolbedeutung aus der Person heraus entwickeln, Abstand ermöglichen, Veränderung erproben und den Transfer vorbereiten. Diese Rekonstruktion ist durch die Praxisquellen gut gedeckt; sie darf aber nicht mit einem kontrollierten Wirksamkeitsnachweis verwechselt werden.

Diese Praxislogik erklärt auch, warum die Symbolarbeit nicht einfach mit Kunsttherapie, Aufstellungsarbeit oder Imagination gleichgesetzt werden kann. Zur Kunsttherapie besteht eine Nähe im visuellen und symbolischen Ausdruck, doch die Symbolarbeit ist nicht notwendig auf künstlerische Produktion

ausgerichtet. Zur Aufstellungsarbeit besteht eine Nähe in der räumlichen Relationierung, doch die Symbolarbeit benötigt keine Stellvertretungslogik und kein Gruppensetting. Zur Imagination besteht eine Nähe im Umgang mit inneren Bildern, doch die Symbolarbeit externalisiert diese Bilder häufig in greifbare, sichtbare und gemeinsam betrachtbare Formen.

Die methodische Eigenart liegt deshalb in einer vergleichsweise niedrigen Schwelle. Ein Thema muss nicht vollständig erzählt, inszeniert oder künstlerisch gestaltet werden. Es kann zunächst in einer einfachen Anordnung erscheinen. Gerade diese Reduktion kann hilfreich sein: Sie macht Komplexität nicht klein, aber sie gibt ihr eine erste Form. Daraus entsteht ein Arbeitsraum zwischen Erleben, Material und Sprache.

Gerade weil symbolische Arbeit anschaulich und oft eindrucksvoll ist, braucht sie klare Grenzen. Eine symbolische Anordnung ist keine Diagnose, kein objektiver Befund und kein direkter Wirksamkeitsnachweis. Sie ist eine Arbeitsform. Sie kann Orientierung ermöglichen, Ressourcen sichtbar machen und nächste Schritte vorbereiten; ob und wie daraus Veränderung entsteht, bleibt eine Frage des Settings, der professionellen Begleitung und weiterer Forschung.

5. Theorie der Psychologischen Symbolarbeit

Die Theorie der Symbolarbeit entsteht aus ihrer Praxislogik. Sie liegt weniger als geschlossenes Lehrgebäude vor als in einer wiederkehrenden Art, Menschen, Probleme und Veränderung zu verstehen. Drei Annahmen tragen diese Logik: Erleben kann durch Formbildung zugänglicher werden; Bedeutung entsteht im Zusammenspiel von Person, Symbol, Beziehung und Kontext; Veränderung beginnt oft nicht mit einer neuen Einsicht, sondern mit einer neuen Anordnung (Schneider, o.J., S. 5-8, 20; Schober, 2022, S. 37-40).

Das Menschenbild der Symbolarbeit ist damit weder defizitorientiert noch rein technikorientiert. Menschen erscheinen als deutungs-, beziehungs- und handlungsfähige Subjekte, auch wenn sie im Moment blockiert, überfordert oder sprachlos sind. Das Symbol ersetzt diese Fähigkeit nicht. Es hilft, sie wieder zu aktivieren. Wer ein Symbol wählt, positioniert, beschreibt und verändert, nimmt bereits eine handelnde Rolle ein. Diese kleine Handlung ist theoretisch bedeutsam: Sie verschiebt die Person vom bloßen Betroffensein in eine erste Form von Gestaltung.

Erkenntnistheoretisch steht Symbolarbeit einer konstruktivistischen und pragmatischen Lesart nahe. Die symbolische Darstellung bildet eine innere Wirklichkeit nicht einfach ab. Sie erzeugt eine bearbeitbare Version davon. Diese Version ist weder beliebig noch objektiv abschließend. Sie ist an die Erfahrung der Person, an das Material, an den Raum, an die Fragen und an den Beziehungskontext gebunden. Gerade deshalb muss sie nicht wahr im diagnostischen Sinn sein, um hilfreich zu sein. Sie muss anschlussfähig, prüfbar im Erleben und handlungsrelevant werden.

Die Veränderungslogik der Symbolarbeit liegt in der Verbindung von Externalisierung, Distanz, Repräsentanz und Transformation. Externalisierung bringt ein Thema aus dem inneren Erleben in den gemeinsamen Raum. Distanz macht Betrachtung möglich, ohne die emotionale Verbindung ganz zu verlieren. Repräsentanz erlaubt, dass ein Gegenstand für etwas steht, das größer, komplexer oder schwerer sagbar ist als der Gegenstand selbst. Transformation beginnt, wenn die Anordnung nicht nur

beschrieben, sondern verändert und neu verstanden wird (Schneider, o.J., S. 8, 15; Conti et al., 2022; Kushnir & Orkibi, 2021).

Dabei verbindet Symbolarbeit erfahrungsnahe und begrifflich strukturierende Prozesse. Material, Blick, Körpernähe, Raum und Affekt werden bedeutsam, bevor alles sprachlich geordnet ist; zugleich strukturieren Sprache, Reflexion, Zielklärung und Transfer den Prozess (Schneider, 2009, S. 4-5, 16; Hendricks, 2002). Diese Doppelbewegung erklärt einen Teil ihrer praktischen Plausibilität: Symbolarbeit bleibt nicht im Reden, aber sie bleibt auch nicht im Erleben stecken. Sie führt die sichtbare Form wieder in Bedeutung und Handlung zurück.

Eine ansatzspezifische Theorie psychischen Leidens lässt sich für die Symbolarbeit nur vorsichtig rekonstruieren. Die Methode geht nicht primär von Störungskategorien aus, sondern von subjektiven Bedeutungs-, Konflikt-, Ressourcen- und Entscheidungslagen. Probleme erscheinen als innere oder soziale Ordnungen, die fest, diffus, widersprüchlich oder nicht mehr beweglich sind. Die Symbolarbeit setzt genau dort an: Sie macht die Ordnung sichtbar und eröffnet die Möglichkeit, sie zu befragen.

Offen bleibt, wie weit diese Theorie reicht. Symbolarbeit kann plausibel beschreiben, wie Symbolisierung, Externalisierung und Veränderung im Prozess zusammenhängen (Rabeyron & Massicotte, 2020; Conti et al., 2022; Schneider, o.J.). Sie kann aber nicht ohne weitere Forschung behaupten, dass diese Prozesse spezifisch, verlässlich oder störungsbezogen wirksam sind. Ihre Theorie ist deshalb stark als Praxis- und Prozesslogik, vorsichtiger als klinisches Wirkmodell und noch begrenzt als empirisch geprüfte Behandlungstheorie (Kazdin, 2007; Wampold, 2015).

Diese Begrenzung ist kein Mangel, der verdeckt werden muss. Sie markiert den Punkt, an dem wissenschaftliche Weiterarbeit beginnt. Eine tragfähige Theorie der Symbolarbeit schließt offene Fragen nicht durch große Begriffe, sondern beschreibt genauer, welche Prozesse im symbolischen Arbeiten beobachtbar sind, wie sie sich von Nachbarverfahren unterscheiden, unter welchen Bedingungen sie hilfreich sind und wo professionelle Grenzen erreicht werden (Kazdin, 2007; Hofmann & Hayes, 2019; Moskow et al., 2023).

Theoretisch besonders bedeutsam ist die Frage, wie Symbolarbeit mit Wirklichkeit umgeht. Die Anordnung ist weder bloße Fantasie noch objektive Messung. Sie ist eine subjektiv bedeutsame, interaktiv erzeugte Darstellung. Dadurch kann sie ernst genommen werden, ohne als Beweis behandelt zu werden. Diese Zwischenposition macht Symbolarbeit anschlussfähig an konstruktivistische und systemische Modelle, aber auch an pragmatische Handlungstheorien: Wahr ist im Prozess nicht, was endgültig feststeht, sondern was für die Person prüfbar, anschlussfähig und handlungsrelevant wird.

Eine zweite theoretische Schlüsselstelle betrifft die Rolle des Körpers. Auch wenn Symbolarbeit nicht primär körpertherapeutisch auftritt, ist sie nicht rein kognitiv. Auswahl, Greifen, Legen, Abstand, Blickrichtung und Bewegung im Raum sind körpernahe Vollzüge. Sie können Bedeutung aktivieren, bevor diese sprachlich verfügbar ist. Damit verbindet Symbolarbeit kognitive, emotionale, relationale und sensomotorische Elemente in einem Prozess. Diese Formulierung ist als theoretische Plausibilisierung zu lesen, nicht als bereits empirisch geprüfter Wirkmechanismus der Symbolarbeit.

6. Anwendung, Beratungskontext und professionelle Verantwortung

In Beratungs-, Bildungs- und psychosozialen Feldern wird Symbolarbeit nicht als Psychotherapie im engeren Sinn eingesetzt, sondern als methodisch gerahmte Form von Klärung, Reflexion und Transfer. Diese Anwendungsbreite ist in den Praxisquellen angelegt: Symbolarbeit wird dort nicht auf Behandlung reduziert, sondern als Handwerkszeug verstanden, das auch Beratung, Teamarbeit, Pädagogik, Supervision und Coaching unterstützen kann. Entscheidend ist dabei nicht die Übertragung eines therapeutischen Anspruchs in nicht-klinische Felder, sondern eine sorgfältige Anpassung von Ziel, Sprache, Rahmen und Verantwortung (Schneider, 2019; Schober, 2022).

Mein Beitrag als Autor und Anwendungsentwickler ist für diese Einordnung vor allem dort relevant, wo die Symbolarbeit in Beratungs-, Bildungs-, Supervisions-, Coaching- und psychosoziale Übergangskontexte übersetzt wird. In diesen Anwendungen geht es nicht darum, die von Wilfried Schneider entwickelte Psychologische Symbolarbeit neu zu begründen, sondern ihre Praxislogik für Klärungs-, Entscheidungs- und Entwicklungsprozesse nutzbar zu machen. Im Praxisbuch ist dieser Transfer unter anderem in der Fallvignette Timo, in der Ambivalenzarbeit mit dem Alter-Zwerg-Material und in der Verbindung von Ishikawa-Diagramm und Symbolarbeit dokumentiert (Cammerlander & Schober, 2019; Schober, 2019a, 2019b). Die eigene praxisbezogene Darstellung führt diese Linie für Beratung, Supervision und Coaching weiter (Schober, 2022). Quellenkritisch bleibt dies autorennahes Praxiswissen: Es stützt die Beschreibung von Anwendung und Transfer, aber keinen unabhängigen Wirksamkeitsnachweis.

In nicht-klinischen Settings verändert sich die Verantwortung der Methode. Dort geht es häufig nicht um Behandlung, sondern um Orientierung, Reflexion, Rollenklärung, Ressourcenaktivierung oder Übergangsgestaltung. Symbolarbeit kann solche Prozesse unterstützen, weil sie komplexe Lagen verdichtet, ohne sie sofort auf eine einzige Erklärung zu reduzieren. Gerade in Bildungs- und Beratungskontexten ist diese Offenheit wertvoll.

Der Transfer in Handlung ist dabei entscheidend. Eine gelungene symbolische Darstellung bleibt unvollständig, wenn sie nicht in Sprache, Entscheidung oder nächste Schritte übersetzt wird. Die Frage lautet nicht nur: Was ist sichtbar geworden? Sondern auch: Was folgt daraus? Welche kleine Veränderung ist möglich? Welche Ressource kann genutzt werden? Welche Grenze muss respektiert werden? Ohne diesen Transfer droht Symbolarbeit eindrucksvoll, aber folgenlos zu bleiben.

Professionelle Verantwortung beginnt mit Freiwilligkeit. Menschen sollen verstehen, worauf sie sich einlassen, und sie dürfen Abstand nehmen, wenn ein Thema zu nah, zu belastend oder zu privat wird. Die begleitende Person hält den Prozess, ohne Bedeutungen zu besitzen. Sie verantwortet Rahmen, Material, Methode und Prozess; die arbeitende Person bleibt Expertin für das eigene Leben und die eigenen Entscheidungen. Gerade die im Praxisbuch dokumentierten Gruppen- und Beratungssituationen zeigen, wie wichtig diese Zurückhaltung ist (Schober, 2019a; Schneider, 2019).

Besondere Risiken liegen in Suggestion, Überinterpretation, Reifizierung und Grenzverwischung. Suggestion entsteht, wenn die Fachperson Bedeutungen nahelegt, statt sie erkunden zu lassen. Überinterpretation entsteht, wenn aus einem Symbol mehr herausgelesen wird, als der Prozess trägt.

Reifizierung entsteht, wenn eine vorläufige Darstellung als feste Wahrheit behandelt wird. Grenzverwischung entsteht, wenn Beratung, Training und Therapie nicht sauber unterschieden werden.

Die Grenze zur Therapie ist besonders sorgfältig zu ziehen. Symbolische Arbeit kann emotional aktivieren und biografische Themen berühren. In offenen Lern- oder Beratungskontexten braucht es deshalb eine klare Vereinbarung darüber, welches Ziel das Setting hat, was nicht in diesen Rahmen gehört und wann Weiterverweisung, Schutz oder therapeutische Abklärung notwendig werden. Die SFYC-Materialien behandeln diese Abgrenzung zu Recht als zentrale Implementierungsfrage für Berufs- und Bildungsberatung (SFYC Project Consortium, 2019).

In Gruppen entsteht eine weitere Verantwortungsebene. Symbole werden nicht nur von der arbeitenden Person gesehen, sondern auch von anderen gedeutet, kommentiert oder erinnert. Die Leitung muss deshalb einen Raum sichern, in dem Deutungen nicht übergriffig werden. Rückmeldungen gehören der Person, die sie gibt; Bedeutungen gehören der Person, die mit dem Symbol arbeitet.

Gerade in Bildungs- und Übergangskontexten zeigt sich die Stärke einer nicht-klinischen Sprache. Es geht nicht darum, Menschen zu pathologisieren, sondern Orientierung in komplexen Lebens-, Lern- oder Entscheidungssituationen zu ermöglichen. Symbolarbeit kann hier als Reflexionsmethode verstanden werden: Sie hilft, ein Thema zu externalisieren, Ressourcen zu erkennen, Handlungsoptionen zu ordnen und nächste Schritte vorsichtig zu konkretisieren.

Dazu gehört eine klare Prozessarchitektur. Ein verantwortlicher Ablauf beginnt mit Zielklärung und freiwilliger Einladung. Danach folgen Auswahl oder Anordnung von Symbolen, beschreibende Betrachtung, vertiefende Reflexion, mögliche Veränderung im Bild und der Transfer in nächste Schritte. Diese Struktur entspricht der Logik der Arbeitsanleitungen, ohne dass sie mechanisch angewandt werden darf: Sie schützt den Prozess davor, bloß assoziatives Spiel zu werden, lässt aber genug Raum für die subjektive Bedeutung der arbeitenden Person (Schneider, 2009).

Gerade diese Risiken sprechen nicht gegen Symbolarbeit. Sie zeigen, dass sie einen professionellen Rahmen braucht. Eine Methode, die mit sichtbaren Formen inneren Erlebens arbeitet, braucht ethische Klarheit, sprachliche Zurückhaltung und saubere Indikationsgrenzen.

Professionelle Verantwortung zeigt sich auch in der Dokumentation. Symbolische Prozesse sollten nicht so dokumentiert werden, als hätten sie objektive Befunde hervorgebracht. Sinnvoller ist eine beschreibende Sprache: Thema, gewählte Symbole, subjektive Bedeutungen, beobachtete Veränderungen, vereinbarte nächste Schritte und offene Grenzen. Dadurch bleibt der Prozess nachvollziehbar, ohne die Darstellung zu verabsolutieren.

Im Ausbildungskontext ergibt sich daraus ein klares Kompetenzprofil. Wer Symbolarbeit begleitet, braucht Materialkenntnis, Fragetechnik, Prozesssteuerung, Wahrnehmung für Affektintensität, Sensibilität für Gruppendynamik und die Fähigkeit, eigene Deutungsimpulse zurückzuhalten. Für nicht-klinische Felder kommt die Kompetenz hinzu, Ziele, Grenzen, Datenschutz, Vertraulichkeit, Weiterverweisung und Transfer sauber zu vereinbaren.

7. Evidenzlage und Forschungsbedarf

Die empirische Lage zur Symbolarbeit ist durch eine deutliche Asymmetrie gekennzeichnet. Einerseits liegt eine ausgearbeitete Praxis mit Materialien, Anleitungen und Anwendungsfeldern vor; andererseits ist die direkte kontrollierte Forschung zur spezifischen Wirksamkeit der Symbolarbeit bislang begrenzt. Daraus folgt weder eine Abwertung noch eine empirische Absicherung, sondern eine vorsichtige Einordnung: Die Symbolarbeit ist als Praxis gut beschreibbar, theoretisch anschlussfähig plausibel und als eigenständiger empirischer Gegenstand weiter zu untersuchen.

Forschung aus Nachbarfeldern ist für diese Einordnung relevant, weil sie Prozesse untersucht, die auch in der Symbolarbeit eine Rolle spielen können. Psychodrama- und Chairwork-Forschung befasst sich mit szenischer Konkretisierung, Rollenwechsel und erfahrungsnaher Bearbeitung (Cruz et al., 2018; Kushnir & Orkibi, 2021; Oravcova et al., 2025). Metaphernforschung zeigt, wie Menschen schwieriges Erleben über bildhafte Sprache strukturieren (Malkomsen et al., 2021, 2022). Studien zur narrativen Therapie sind anschlussfähig, weil Externalisierung und Neuordnung von Bedeutung dort zentrale Prozesse darstellen (Conti et al., 2022). Common-Factors- und prozessbasierte Perspektiven erweitern den Blick auf Veränderungsprozesse, die über einzelne Schulen hinausreichen, etwa Beziehung, Erwartung, emotionale Aktivierung, Bedeutungsarbeit und Handlungsorientierung (Hofmann & Hayes, 2019; Moskow et al., 2023; Wampold, 2015).

Diese Befunde stützen keine direkte Wirksamkeitsaussage zur Symbolarbeit. Sie liefern vielmehr einen theoretisch und empirisch informierten Hintergrund, vor dem zentrale Prozessannahmen plausibel formuliert werden können. Symbolarbeit nutzt Formen der Externalisierung, Konkretisierung, Distanzierung, Perspektivierung und Handlungsplanung, die in benachbarten Verfahren beschrieben und teilweise empirisch untersucht sind. Aus dieser Nähe entstehen Hypothesen zur Wirklogik, nicht der Nachweis einer spezifischen Wirksamkeit.

Forschung zur Symbolarbeit setzt daher bei einer präzisen Beschreibung der Methode an. Zu klären ist, welche Materialien verwendet werden, wie typische Prozessschritte aussehen, welche Rolle die begleitende Person einnimmt, in welchen Settings Symbolarbeit eingesetzt wird und welche Ergebnisse fachlich sinnvoll erfasst werden können. Je nach Kontext können dies emotionale Entlastung, subjektive Klarheit, Selbstwirksamkeit, Entscheidungssicherheit, Beziehungsklärung, Ressourcenaktivierung oder auch symptombezogene Veränderungen sein.

Ein tragfähiger Forschungsweg beginnt mit qualitativen Fall- und Prozessstudien. Sie können rekonstruieren, wie Symbolwahl, Sprache, Anordnung, affektive Aktivierung und erlebte Veränderung zusammenhängen. Darauf aufbauend lassen sich einzelne Anwendungsformate beschreiben und vorsichtig manualisieren, ohne die Offenheit der Methode vorschnell zu verengen. Erst danach werden Machbarkeitsstudien, Pilotstudien, Vergleichsdesigns und Mixed-Methods-Ansätze sinnvoll, die Symbolarbeit nicht allgemein, sondern in definierten Kontexten untersuchen.

Der derzeit angemessene wissenschaftliche Status der Symbolarbeit liegt daher zwischen Praxisplausibilität und empirischer Absicherung. Sie ist theoretisch anschlussfähig und praktisch ausgearbeitet; ihre

spezifische Wirksamkeit, ihre Prozessmerkmale und ihre Grenzen müssen jedoch in künftiger Forschung genauer bestimmt werden.

Die Bewertung der Symbolarbeit braucht deshalb eine Sprache, die Unterschiede nicht glättet. Quellenbasiert gut begründbar ist ihre Beschreibung als Praxisform mit wiedererkennbaren Materialien, Haltungen und Prozessschritten. Theoretisch plausibel ist ihre Nähe zu mehreren psychotherapeutischen Prozesslogiken. Empirisch offen bleibt, welche spezifischen Wirkungen sie in welchen Settings, bei welchen Zielgruppen und unter welchen professionellen Bedingungen entfaltet. Gerade diese Unterscheidung macht die Einordnung wissenschaftlich belastbar.

8. Der wissenschaftliche Ort der Psychologischen Symbolarbeit

Der wissenschaftliche Ort der Psychologischen Symbolarbeit liegt weder in der Aufwertung zu einer eigenen psychotherapeutischen Schule noch in der Verkleinerung zu einer bloßen Technik. Am besten lässt sie sich als methodisch strukturierte Praxis symbolischer Formbildung beschreiben: Innere, soziale und biografische Themen werden über sichtbare, greifbare und dialogisch bearbeitbare Medien zugänglich.

Diese Einordnung verhindert zwei Verkürzungen. Symbolarbeit ist mehr als ein einzelner Handgriff, weil sie Material, Haltung, Prozessführung, Fragen, Reflexion und Transfer verbindet. Sie ist aber nicht schon deshalb ein umfassendes psychotherapeutisches Verfahren, weil sie in therapeutischen Kontexten eingesetzt werden kann.

Im Zentrum steht eine einfache, aber fachlich anspruchsvolle Bewegung: Ein Thema wird nicht nur erzählt, sondern in eine Form gebracht. Diese Form schafft Abstand, ohne die persönliche Bedeutung zu verlieren. Sie erlaubt Betrachtung, ohne das Erleben zu objektivieren, und sie eröffnet Veränderung, ohne eine Lösung vorzugeben. Damit verbindet Symbolarbeit Anschaulichkeit, Offenheit und Prozessklarheit (Schneider, o.J.; Kushnir & Orkibi, 2021).

Gerade diese Stärke markiert auch die Grenze der Methode. Ein Symbol ist kein Befund, keine Diagnose und kein Beweis. Es ist eine vorläufige, subjektiv bedeutsame Darstellung, die im gemeinsamen Prozess entsteht. Wissenschaftlich sauber bleibt Symbolarbeit dort, wo diese Vorläufigkeit erhalten wird. Sie wird unscharf, wenn aus Anordnungen feste Wahrheiten, aus Deutungen Diagnosen oder aus plausiblen Prozessen Wirksamkeitsbehauptungen werden (Kazdin, 2007; Wampold, 2015).

Ideengeschichtlich steht die Symbolarbeit in einem breiten Feld symbol-, erfahrungs-, handlungs- und prozessorientierter Verfahren. Tiefenpsychologische Traditionen schärfen den Blick für symbolische Vermittlung; humanistische und erfahrungsorientierte Ansätze betonen gegenwärtiges Erleben; Psychodrama und Chairwork arbeiten mit räumlicher Konkretisierung; narrative Ansätze nutzen Externalisierung; prozessbasierte Psychotherapie fragt nach veränderungsrelevanten Mechanismen (Conti et al., 2022; Cruz et al., 2018; Hofmann & Hayes, 2019; Kushnir & Orkibi, 2021; Malkomsen et al., 2021, 2022; Oravcova et al., 2025). Diese Nähe belegt keine direkte Abstammung und keine spezifische Wirksamkeit. Sie zeigt, dass die Symbolarbeit an mehrere etablierte therapeutische Denkbewegungen anschlussfähig ist.

Der Beitrag von Wilfried Schneider liegt in dieser Perspektive nicht in der Erfindung des Symbols, sondern in der praxisnahen Ausarbeitung einer Methode, die Symbol, Material, Raum, Sprache und Begleitung zu einem wiedererkennbaren Vorgehen verbindet (Schneider, 2019, S. 10, 18-19, 26-27).

Für Beratung, Bildung und psychosoziale Arbeit ergibt sich daraus ein eigenständiger Nutzen. Symbolarbeit kann Orientierung ermöglichen, Ressourcen sichtbar machen, Entscheidungen vorbereiten und Übergänge begleiten. In diesem Feld liegt auch mein anwendungsbezogener Beitrag: nicht in der Entwicklung der Psychologischen Symbolarbeit selbst, sondern in ihrer fachlich verantworteten Übersetzung in Beratungskontexte. Der wissenschaftliche Ort der Methode bleibt dadurch klar: Entwickelt wurde sie von Wilfried Schneider; ihre Anwendungen können weiterentwickelt, geprüft und kontextsensibel professionalisiert werden (Cammerlander & Schober, 2019; Schneider, 2019; Schober, 2019a, 2019b, 2022; SFYC Project Consortium, 2019).

Für die Forschung folgt daraus eine gestufte Aufgabe. Zunächst braucht es eine präzise Rekonstruktion der Methode: Materialien, Prozessschritte, Rollen, Fragen, Settings und typische Ziele. Danach können qualitative Prozessstudien untersuchen, wie Menschen Symbolwahl, Anordnung, Veränderung und sprachliche Integration erleben. Erst auf dieser Grundlage lassen sich Pilotstudien und kontrollierte Designs entwickeln, die nicht eine diffuse Gesamtmethode, sondern definierte Anwendungen, Zielgruppen und Prozesshypothesen prüfen (Kazdin, 2007; Moskow et al., 2023).

Die wissenschaftlich stärkste Position bleibt daher nüchtern: Die Symbolarbeit ist theoretisch anschlussfähig, praktisch ausgearbeitet und professionell relevant; ihre spezifische empirische Wirksamkeit ist weiter zu prüfen. Diese Zurückhaltung schwächt die Methode nicht. Sie hält die Praxis ernst, ohne Forschung zu ersetzen (Kazdin, 2007; Wampold, 2015).

Damit lässt sich Symbolarbeit als Methode beschreiben, die zeigt, wie Erkenntnis manchmal eine Form braucht, bevor sie Sprache findet. Fachlich gemeint ist damit: Menschen verstehen schwierige Themen nicht nur durch Erklärung, sondern auch durch Wahrnehmung, Anordnung, Beziehung und Handlung. Wo diese Elemente sorgfältig geführt werden, entsteht ein Arbeitsraum, in dem Klärung möglich wird.

Literatur

- Cammerlander, M., & Schober, P. (2019). Ishikawa mit Symbolen. In W. Schneider (Hrsg.), Wenn Worte fehlen - Symbole als Dolmetscher: Ein Praxisbuch für Therapie, Beratung, Begleitung von Teams und Pädagogik (S. 359-364). StudienVerlag.
- Conti, J. E., Joyce, C., Hay, P., & Meade, T. (2022). Narrative therapy treatment outcomes for eating disorders: A systematic review. *Journal of Eating Disorders*, 10, Article 148. <https://doi.org/10.1186/s40337-022-00636-4>
- Cruz, A., Sales, C. M. D., Alves, P., & Moita, G. (2018). The core techniques of Morenian psychodrama: A systematic review of literature. *Frontiers in Psychology*, 9, Article 1263. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01263>
- Hendricks, M. N. (2002). Focusing-oriented/experiential psychotherapy. In D. J. Cain & J. Seeman (Eds.), *Humanistic psychotherapies: Handbook of research and practice* (pp. 221-252). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10439-007>
- Hofmann, S. G., & Hayes, S. C. (2019). The future of intervention science: Process-based therapy. *Clinical Psychological Science*, 7(1), 37-50. <https://doi.org/10.1177/2167702618772296>
- Kazdin, A. E. (2007). Mediators and mechanisms of change in psychotherapy research. *Annual Review of Clinical Psychology*, 3, 1-27. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.3.022806.091432>
- Kushnir, A., & Orkibi, H. (2021). Concretization as a mechanism of change in psychodrama: Procedures and benefits. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 633069. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.633069>
- Malkomsen, A., Røssberg, J. I., Dammen, T., Wilberg, T., Løvgren, A., Ulberg, R., & Evensen, J. (2021). Digging down or scratching the surface: How patients use metaphors to describe their experiences of psychotherapy. *BMC Psychiatry*, 21, Article 533. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03551-1>
- Malkomsen, A., Røssberg, J. I., Dammen, T., Wilberg, T., Løvgren, A., Ulberg, R., & Evensen, J. (2022). How therapists in cognitive behavioral and psychodynamic therapy reflect upon the use of metaphors in therapy: A qualitative study. *BMC Psychiatry*, 22, Article 433. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04083-y>
- Moskow, D. M., Ong, C. W., Hayes, S. C., & Hofmann, S. G. (2023). Process-based therapy: A personalized approach to treatment. *Journal of Experimental Psychopathology*, 14(1). <https://doi.org/10.1177/20438087231152848>
- Oravcova, K., Kula, S., Owen, A., & Pugh, M. (2025). The efficacy of experiential therapies including chairwork in randomized controlled trials: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1692630. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1692630>
- Rabeyron, T., & Massicotte, C. (2020). Entropy, free energy, and symbolization: Free association at the intersection of psychoanalysis and neuroscience. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 366. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00366>
- Schneider, W. (Hrsg.). (2019). Wenn Worte fehlen - Symbole als Dolmetscher: Ein Praxisbuch für Therapie, Beratung, Begleitung von Teams und Pädagogik. Mit Beiträgen von 33 Autorinnen und Autoren. StudienVerlag.
- Schneider, W. (o.J.). *Grundlagen. Psychologische Symbolarbeit*. <https://psychologische-symbolarbeit.de/Grundlagen/>
- Schneider, W. (2009). *Arbeitsanleitungen für Therapiekoffer* (2. Aufl.). Ahrensburg.
- Schober, P. (2019b). Alter Zwerg-Ambivalenz. In W. Schneider (Hrsg.), Wenn Worte fehlen - Symbole als Dolmetscher: Ein Praxisbuch für Therapie, Beratung, Begleitung von Teams und Pädagogik (S. 299-300). StudienVerlag.
- Schober, P. (2019a). Fallvignette Timo. In W. Schneider (Hrsg.), Wenn Worte fehlen - Symbole als Dolmetscher: Ein Praxisbuch für Therapie, Beratung, Begleitung von Teams und Pädagogik (S. 193-195). StudienVerlag.
- Schober, P. (2022). Psychologische Symbolarbeit. *Deutsche Heilpraktiker-Zeitschrift*, 17(8), 36-41. <https://doi.org/10.1055/a-1917-9584>
- SFYC Project Consortium. (2019). Einordnung und Rahmenbedingungen der Symbolarbeit. *Symbol Work for Youth Care*.
- Wampold, B. E. (2015). How important are the common factors in psychotherapy? An update. *World Psychiatry*, 14(3), 270-277. <https://doi.org/10.1002/wps.20238>