

## **Grundlagen für die Arbeit mit Symbolen**

### **Symbole als Dolmetscher**

**Es ist alles schon da. Du musst es nur finden.**

### **Die Arbeit mit Symbolen als Methode der Interventionen in Therapie, Beratung, Begleitung von Teams und in der Pädagogik**

Wilfried Schneider © 2012

## **Inhalt**

1. Vorwort
2. Zur Entstehung des Handwerkszeugs und der Arbeitsweise
3. Was ist ein Symbol in unserem Zusammenhang und wie wirkt es?
4. Was können Symbole und die Zugänge?
5. Ebenfalls um Alternativen zur Sprache geht es da, wo Sprache zur Verschleierung und Erhaltung des alten Zustandes benutzt wird
6. Gruppen von Symbolen
7. Symbole - Emotionen - Erinnern
8. Behalten und Erinnern
9. Ein Wechselspiel zwischen Erleben – Erinnern – Emotion/Gefühl sorgt fürs Behalten und (besonders über das Symbol) fürs Erinnern
10. Ähnlichkeiten und Verwandtschaften in der Arbeit mit Symbolen
11. Wo und wann ist die Arbeit mit Symbolen besonders geeignet?
12. Zeit und: Wer soll wen verstehen?
13. Was gegen eine Standardisierung spricht
14. Die Bandbreite und Vielfalt der Symbole
15. Die Kunst des Weglassens und Wahrnehmens
16. Fragen: Wer? Was? Wann? Wo? Wie? (Nicht nach dem Warum fragen) – Fragen nach Alternativen
17. Entwicklungspsychologie, Abwehrmechanismen, Angst und Widerstand
18. Ressourcen
19. Gruppe, Gruppenstellverteter, Gruppenklugheit
20. Strukturen geben Orientierung und Sicherheit
21. Arbeitsschritte
22. Schritte zum aufrechten Gang
24. Quellen

## **1. Vorwort**

Die praktische Arbeit mit Symbolen in Therapie, Beratung, Pädagogik und Supervision erfordert eine Beschreibung der Grundlagen für diese Aktivität. Hier werden alle wesentlichen Gedanken, Erfahrungen und Perspektiven dazu dargestellt.

Daneben, jedoch mit nicht weniger Gewicht, gibt es Wirklichkeiten, Inhalte, Ereignisse, Techniken und Themen, die in Therapie, Beratung und Supervision

ständige Begleiter sind. Auch ich habe damit meine Erfahrung gemacht und ihre Bedeutung, sicher auch nach vielen Widerständen, nicht nur akzeptiert, sondern schätzen gelernt. Das sind die Themen „Ressourcen“, „Gruppe“, „Gruppenklugheit“, „Strukturen geben Orientierung und Sicherheit“, „Therapiesitzungen, Beratungen und Wirklichkeit“, „Entwicklungspsychologie“, „Abwehrmechanismen, Angst und Widerstand“. Meine Gedanken und Erfahrungen dazu teile ich in diesem Zusammenhang mit. Um Arbeit besser zu verstehen und damit Zusammenhänge in diesem Buch zu verdeutlichen, ist das Kapitel „Schritte zum aufrechten Gang“ hinzugefügt.

## 2. Zur Entstehung des Handwerkszeugs und der Arbeitsweise

Erste Begegnungen, Beobachtungen und Wahrnehmungen mit Klienten ergaben:

- Sie sind ängstlich, fast apathisch oder ständig in Bewegung
- Sie haben einen dicken, scheinbar undurchdringlichen Panzer um ihre Seele gebaut
- Sie reden, vor allem dann, wenn es um ihre Situation geht, dem Therapeuten mit großem Geschick nach dem Mund und finden schnell Nebenkriegsschauplätze, und zwar nicht aus Bösartigkeit, sondern aus Angst, dem Drama zu begegnen
- Sie besitzen eine perfekte Begabung, die Schwächen ihrer Mitmenschen in Sekundenschnelle zu erfassen und zu nutzen, um dann je nach Bedarf den Honigquast oder die Peitsche einzusetzen nach dem Motto, „du bester Therapeut“ oder „du unfähiger Therapeut“.

Ich war hilflos und verunsichert in der Frage, wie komme ich mit den Klienten ins Gespräch, um sie in Bewegung zu bringen, den scheinbar undurchdringlichen Panzer behutsam zu öffnen und ihren Maschen nicht zu erliegen.

Eines Tages hatte ich einen handtellergroßen Stein (Porphyr) mitgebracht. Form, schwarze Oberfläche und die wie heraus gemeißelt aussehenden Rechtecke, die eine weiße Farbe zum Vorschein brachten, faszinierten die Klienten. Der Stein ging von Hand zu Hand.

Ich hatte den Eindruck, dass sie ihn streichelten. Ich erzählte, dass ich diesen Stein als einzig großen an einem breiten Sandstrand gefunden hätte. Bald begann ein Gespräch über Sehnsüchte (befreit an einem Strand zu sitzen), die Härte von Steinen („Damit habe ich mal ein Apothekenfenster eingeschlagen“) und anderes mehr. Die Klienten waren auf verschiedene Weise aktiv geworden.

Daraufhin habe ich wenige Tage später das Set „Dornen - Federn (Watte) - Gold - Sand - Scheiße – Steine“ erdacht, zusammengestellt und in der nächsten Therapiesitzung eingesetzt. Und Stella (Name geändert), der es bis dahin nicht möglich war, über Erlebnisse zu berichten, in denen es um Gewalt, Missbrauch, Prostitution ging, konnte mit jenem Material diesen Teil ihrer Geschichte erzählen. Mir wurde klar, dass die Klienten, haben sie Symbole vor sich und können sie auch in die Hand nehmen, ohne Worte von sich erzählen, sich schnell in Spiel\* verlieren, sich nicht kontrollieren müssen, von Beginn der Arbeit an aktiv sind und diese Materialien schnell als Kommunikationsmittel nutzen und akzeptieren. Und, was mir sehr wesentlich erscheint, Spaß daran haben. \* Dabei berücksichtige ich, dass Spiel auch zum "Verstecken" genutzt werden kann, wie Violet Oaklander schreibt. "Ein Kind kann im Spiel aber auch vermeiden, seine Gefühle und Gedanken <sup>1</sup> zu

zeigen - und meiner Meinung nach ist es wichtig, dass der Therapeut erkennt, wann es das tut.“

In den folgenden Jahren habe ich immer wieder dann, wenn Sprache nicht reichte, nach neuem Handwerkszeug gesucht. Entweder fand ich es in Baumärkten, Spielzeuggläden, in der Natur, in der Kunst, hatte spontane Ideen zum Handeln oder baute selbst, was es nicht gab. Daraus sind schließlich die Therapiekoffer entstanden und die Frage von Kolleginnen und Kollegen nach Workshops, um die Nutzung der Idee und des Handwerkszeugs zu lernen.

Über viele Jahre habe ich es hinausgeschoben, diese Materialien so aufzubereiten, dass ich sie zum Verkauf anbieten konnte. Nach immer intensiverem Drängen von Kolleginnen und Kollegen habe ich im Juli 2002 die Firma Schneider-Therapiekoffer und Texte gegründet. Im Oktober/November 2002 war schließlich die Internetseite <http://www.schneider-therapiekoffer.de> fertig.

Dies ist nur gelungen, weil mir besonders Laszlo A. Pota, Begründer und Leiter des COME IN! in Hamburg dafür alle Unterstützung und viel Raum gegeben hat. Dort war ich ab 1992 viele Jahre tätig. Das COME IN! ist eine stationäre Langzeittherapie-Einrichtung für drogenkranke Kinder und Jugendliche (12 bis 18 Jahre, in Ausnahmefällen jünger oder älter) in Hamburg. Die ersten Klienten wurden Anfang Dezember 1992 aufgenommen.

Das COME IN! ist die erste Einrichtung dieser Art für die genannte Altersgruppe. Entsprechende Erfahrungen für Organisation und therapeutisches Arbeiten, die als Vorbilder hätten dienen können, gab und gibt es nicht. Für mich war das die erste Begegnung mit drogenkranken Kindern und Jugendlichen.

Erfahrungen mit anderen Altersgruppen, Störungsbildern, Arbeitsfeldern, Settings und Kulturen sind im Laufe der Jahre hinzugekommen.

### **3. Was ist ein Symbol in unserem Zusammenhang und wie wirkt es?**

*„Die Welt ist wie ein Wald voller Zeichen, die gedeutet werden wollen“, so Umberto Eco 1932*

Wir können Menschen durch Symbole eine Sprache geben, wenn ihnen die Worte fehlen. Symbole können zum Dolmetscher werden, und sie sind Transportmittel für das, was man nicht sagen kann oder will.

Nähern wir uns dem Aspekt, welche Bedeutung Symbole in meiner Arbeit haben. Ein Symbol kann aus der Erfahrung eines einzelnen Individuums viele, teils unendlich viele Bedeutungen haben und ist je nach Substanz immer mit einem, meist mit mehreren Gefühlen verbunden. Betrachtet man das Zusammenspiel von Bedeutung und Gefühl, so gibt es keine zwei identischen Bedeutungen eines Symbols.

Donald Sandner<sup>2</sup> bietet folgende Beschreibung an: „Ein Symbol ist jedes Ding, das als Begriffsträger dienen kann. Ein solches Ding kann ein Wort sein, eine mathematische Formel, ein Akt, eine Geste, ein Ritual, ein Traum, ein Kunstwerk, alles, was einen Begriff transportieren kann, es kann sich um einen sprachlich-rationalen, einen imaginal-intuitiven oder um einen gefühlsmäßig-evaluativen Begriff handeln. Die Hauptsache ist, dass das Symbol ihn wirksam transportiert. Der Begriff ist der Sinn des Symbols.“ Donald Sander bezieht sich in seiner Definition auch auf die umfangreiche und wichtige Arbeit von Susanne K. Langer „Philosophie auf neuen Wegen - Das Symbol im Denken, im Ritus und in der

Kunst“<sup>3</sup>. Für unsere Arbeit ist darin besonders bedeutsam das Kapitel „Die Logik der Anzeichen und Symbole“ (Seiten 61 bis 85).

Der Kern der Arbeit mit Symbolen besteht darin, jemanden sich selbst erreichen zu lassen. Es geht nicht vordergründig darum, irgendetwas zu erreichen.

David J. Groves und B.I. Panzers Verständnis von Symbolen ist folgendes: „Es sind abgeleitete Symbole. Sie unterscheiden sich von den Jungschen Symbolen insofern, dass sie eher eine persönliche Eigenart besitzen, eher idiosynkratisch (spezifisch, eigentümlich, Selbst-Eigenheit) sind als universal. Das Symbol eines jeden Klienten ist eine innere Erfahrung: ein physisches oder psychisches Gefühl innerhalb der Grenzen seines Körpers. Es hat eine Autonomie.“<sup>4</sup>

Damit sind wir meiner Vorstellung und Praxis schon erheblich nah. In meiner Arbeit kommt immer hinzu, dass es stets im doppelten Sinne um Begreifen geht. Das ist der wesentliche und teils grundlegende Unterschied zu anderen Standpunkten. Arbeiten mit Symbolen<sup>5</sup> heißt: etwas tun. Ich bin immer das, was ich tue. Ich tue das, was ich bin.

**Jeder Gegenstand eignet sich als Symbol. Über die Wahl entscheidet der Klient, und mit der Wahl verbindet er eine Geschichte und ein oder mehrere Gefühl(e). Über diesen Weg kommen wir den Fragen und Unklarheiten näher, wir beginnen schnell zu verstehen.**

**Gegenstände, Dinge spielen in meiner Arbeit auch die zentrale Rolle.**

Symbole sind Stellvertreter für Situationen, in denen über Sprache nichts gelöst werden kann und/oder, wenn andere Formen der Kommunikation, wie z.B. Gestik und Mimik, nicht gelingen.

Mein Interesse war und ist, herauszufinden, wie der Klient von Beginn an eigenverantwortlich agieren kann und wie Prozesse, auch Lösungen und Veränderungen, beschleunigt und abgekürzt werden können. Das bezieht sich ebenso auf die Vorgänge innerhalb einer Sitzung. Klienten nennen es „schnell auf den Punkt kommen“.

Wenn einem das Wasser schon bis zum Hals steht, sollte man nicht auch noch den Kopf hängen lassen.

Das geschieht tatsächlich in erstaunlicher Kürze. Und es gibt Faktoren, die verhindern, dass der Klient dabei emotional überfordert ist.

Es gelingt am besten, wenn in diesen Arbeitsschritten die Fähigkeiten ebenso früh erkennbar wie erlebbar sind.

Fähigkeiten, Stärken (Ressourcen) gehören gleichberechtigt, wie auf beiden Seiten einer Waage, so dazu, wie das Verstehen des Problems und die Klarheit des Ziels. Ich fordere immer wieder ein, genau das verbindlich und ganz praktisch zu nutzen.

Seit 1992 beschäftige ich mich in diesem Sinne mit Lösungen für Situationen in Anamnese, Diagnose, Beratung und Therapie, in denen Sprache zur Klärung und Lösung nicht reicht.

Wo Sprache zum Verstehen und zur Klärung nicht ausreicht, wenn uns die Worte fehlen, wo es vielleicht gar keine Worte gibt, da beginnt die Arbeit mit Symbolen.

**Alle Interventionen und kreativen Medien sind in Situationen therapeutischer Arbeit entstanden, in denen Sprache nicht zur Klärung ausreichte.** Sie sind **Handwerkszeug**, das der Klient im wörtlichen Sinne begreifen kann. Die Materialien eignen sich für alle Settings. Der Gebrauch ist **altersunabhängig**. Sie sind **anamnestisch, diagnostisch, als therapeutische Intervention**, ebenso in

**Supervision, Teambegleitung, Beratung und Präventionsarbeit** zu gebrauchen.

### **Wo enden Beratung, Begleitung, Supervision, Prävention, und wo beginnt Therapie?**

Natürlich gibt es den Übergang, die Grenze zwischen dem einen und dem anderen. Oft ist es keine scharfe Grenze, nicht selten eine breite Grauzone, und eine Antwort wird hier nur schwer zu formulieren sein.

Befindet man sich in der praktischen Arbeit, und ist vorab diese Fragestellung aufgetaucht, so lässt sich in der Arbeit recht gut gemeinsam feststellen, wo die Grenze beginnt und wann sie in Sicht kommt. In der Beschreibung einiger Interventionen greife ich das Thema auf und versuche an praktischen Beispielen, die Grenze aus meiner Sicht aufzuzeigen und zu begründen.

Entscheidend in dieser Frage ist jedoch, inwieweit Therapeut, Berater, Trainer und so weiter verantwortlich handeln.

Es gibt Kolleginnen und Kollegen, die gerne in der Therapeutenrolle sein möchten, es aber nicht dürfen. Sie scheinen immer wieder versucht zu sein, sich nicht an diese wichtige Regel zu halten. Das ist gefährlich.

### **4. Was können Symbole und die Zugänge?**

Symbolische Gegenstände müssen so beschaffen sein, dass man sie nicht zu erklären braucht. Der Gegenstand muss in dem Sinne eindeutig sein, dass er subjektiv vieles sein könnte - so zum Beispiel Symbol für die Straßen oder die Materialien Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steine, Watte - oder eine spezielle Sache unmissverständlich erklärt und von jedem auch verstanden wird, wie beispielsweise die Seife UNSCHULD beim Thema Schuld.

Mit symbolischen Gegenständen haben wir **Transportmittel** zur Verfügung, die **Auslöser** fürs Sich-Erinnern, **Anreger** für Bestandsaufnahmen und **Geburtshelfer** für Planungen und Zukunft sind.

Es ist so, als nähmen uns die Symbole an die Hand.

Erzählen wir mit Hilfe von Symbolen, dann erzählen wir immer auch von den dazugehörigen Gefühlen. So ist das Tun das zu Ende bringen von Fühlen und Denken.

Erlebt wird, daß etwas, was ich tue, gelingt.

Immer vorausgesetzt, dass ein Klient sich entschieden hat, sich zu erinnern, sich zu betrachten, zu planen, was seine Vergangenheit, Gegenwart oder Zukunft betreffen, und wir in diesen Zusammenhängen mit Symbolen arbeiten, dann ist es, als ob jemand für ihn spräche oder einfach den Anfang machte, der ja oft so schwer scheint.

Wir berühren jeden Gegenstand und damit jedes Symbol, das in diesem Moment mit einem oder mehreren Gefühl(en) besetzt ist, und begreifen daher im wörtlichen wie im übertragenen Sinne. Das Symbol wird zum Vermittler. Es ermöglicht dem Klienten, eine sinnvolle Distanz zu sich selbst zu wahren, was, bezogen auf sein Thema, die Angst vermindert. Das wiederum macht mutiger und ist oft die Voraussetzung, sich überhaupt etwas zuzutrauen.

Der symbolische Gegenstand ist etwas, das gleichzeitig auch Distanz schafft wie ein Vermittler. **Auch hier gilt, wo die Angst sich verkleinert, vergrößert sich der Mut.**

Über das konkrete Symbol gelingt es nicht nur besser, sich zu erinnern, sondern auch, darüber zu berichten. Ich äußere mich über den Gegenstand, der da steht oder den ich in der Hand halte.

Es entsteht eine Darstellung. Darin werden neben der **Gesamtheit** des Themas bzw. Problems oft auch schnell ein **Detail** oder viele **Details** sichtbar und verständlich.

Wenn ich in der Rolle des Zuhörers bin, wirken diese Augenblicke wie ein Blitzlicht, das den Nebel lichtet. Auf der Seite des Klienten nehme ich ein Erstaunen wahr, dann eine kurze Schweigepause, der ein gut wahrnehmbares Durchatmen folgt. In der Darstellung werden **Zusammenhänge** erkannt, die bis dahin als dem Thema nicht zugehörig betrachtet wurden. Vom Verstehen der Ursachen war der Klient bis dahin meist weit entfernt.

**Über die symbolischen Darstellungen verstehen wir sowohl das Ganze als auch Details und bis dahin unklare Zusammenhänge schneller und differenzierter.**

**Gemeinsames Bild:** Hat ein Klient mit Symbolen eine Darstellung fertig erarbeitet und sie in der Gesamtheit und den Details erklärt, dann haben alle neben der verbalen Information das gleiche Bild vor Augen. Missverständnissen wird vorgebeugt. **Alle beziehen sich auf das, was jeder sieht.**

Wir kennen die umgekehrte Situation. Wir haben etwas verbal erklärt bekommen, und mangels gemeinsamen Bildes entstehen so viele Bilder in den Köpfen und Seelen wie Menschen beteiligt sind. Das schafft Missverständnisse am laufenden Band. Nicht selten entsteht daraus handfester Streit im destruktiven Sinne; Beiträge zu Lösungen werden nicht möglich.

### **Wie kann man sich die Zugänge über Symbole vorstellen?**

Vier Zugänge, die aufeinander bezogen funktionieren, sind zu beobachten.

1. Ich sehe ein Symbol, und es erinnert mich an ein Ereignis. Ich erinnere mich. Unterstützt durch das konkrete Symbol fällt es leichter, von mir zu berichten, als ohne den Gegenstand, den ich in der Hand halte oder vor mir habe. Daher öffnen sich Fenster und Türen schneller. Ich erkläre ja erst den Gegenstand, danach rede ich über mich.
2. Hat man erst einmal begonnen zu arbeiten, dann geschieht sehr schnell das, was wir kennen, wenn wir in der Familie oder mit Freunden zusammensitzen und über frühere Zeiten sprechen. Schnell öffnen sich Fenster und Türen, durch die wir in die Vergangenheit schauen.
3. Bilder die so entstehen, brauchen einen Gegenstand, ein Symbol. Also wird zu der Erinnerung der passende Gegenstand gesucht und gefunden.
4. Man hat ein Symbol in der Hand und weiß nicht, wo man es hinstellen soll, will es aber auch nicht zurückstellen. Offensichtlich gehört es zu mir, ich kenne aber die Bedeutung noch nicht. Empfehlung: Mit dem Symbol in der Hand zum Beispiel über die Lebensstraße fahren und dabei feststellen, wo der Magnet ist. Hierhin kann das Symbol gestellt werden, ohne dass die Bedeutung klar ist. Im Laufe der Arbeit wird sie in der Regel deutlich.

### **5. Ebenfalls um Alternativen zur Sprache geht es da, wo Sprache zur Verschleierung und Erhaltung des alten Zustandes benutzt wird**

Die beste Möglichkeit, nichts zu sagen, ist die Sprache. Wenn etwas verborgen bleiben soll, dann rede möglichst viel.

Wenn Worte der Tat nicht nah sind, werden beispielsweise großartige Ankündigungen gemacht, dass es morgen endlich und endgültig losgehe. Mein Kommentar: „Mich interessiert nicht, was du ankündigst. Mich interessiert ausschließlich, was du tust oder unterlässt.“

Sprache ist oft eine Veranstaltung zur gegenseitigen Behinderung. Was du sagst, ist richtig. Das Gegenteil auch.

Sprache wird benutzt, um auf **Nebenkriegsschauplätze** zu führen - Nebelbomben und andere Techniken der Ablenkung werden eingesetzt (Bodenbrüter). So werden unbewusste Inhalte und damit verbundene Informationen aufrecht erhalten, die nur die sprachliche Gewandtheit des Klienten beweisen.

Sprache ist Futter, **Peitsche** oder **Honigquast** für den Partner, Kollegen, Therapeuten oder für wen auch immer.

Es gibt destruktive Diskussionen, die nicht zu Erkenntnissen und Lösungen führen. Zum Beispiel der immer wieder neue Versuch, festzustellen „**Wer hat schuld?**“ Das sind Diskussionen, die in der Vergangenheit steckenbleiben und den Status quo erhalten sollen.

## 6. Gruppen von Symbolen

Symbole, mit denen ich arbeite, sind in der Regel **dreidimensional** und daher im **doppelten Sinne begreifbar**. Tierfiguren verwende ich nur bedingt und in kleiner Auswahl. Menschliche Figuren sind ebenfalls in nur geringer Zahl vorhanden. So zum Beispiel Teufel, Hexe, Nonne und einige neutrale Holzfiguren. Konkretere Figuren dieser Art sind wenig deutbar. Zum Beispiel sagt die männliche Figur auf einem Feld der Lebensstraße wenig aus. Jeder hat einen Vater, ob er ihn kennt oder nicht. Steht dort beispielsweise ein Werkzeugkasten und dieser symbolisiert den Vater, dann wird es interessant.

**Die Therapiekoffer** „Inseln der Gefühle, „Eigenschaften und Ziele“, „Straßen und Symbole“, „Botschaft - Weg - Ziel“, „Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steine, Watte“, „Beziehungs- und Dramadreieck“, „Gefühlstern“, „Ich-bin-dran-Stab“.

**Gefundene Gebrauchsgegenstände, Objekte aus der Kunst, der Natur und selbstentwickeltes Handwerkszeug**. Beispiele: Baumscheibe, Bilderrahmen, Blanco puzzle, Geldstücke, Geheimniskästchen, Hundenapf, Ich-Koffer, Luftballonauto, Magnete, Mausefallen, Rose von Jericho, Stühle, Schwamm, Schlüssel, Schatzkästchen, Seife Unschuld, Tau, Uhren, Wie alt bin ich jetzt?, Zehn-Zimmer.

Daneben verwende ich genau ausgesuchtes **Material in Form von besonderen Abbildungen und Texten**, die, als Symbol im richtigen Moment eingesetzt, dem Erfolg der obengenannten Symbole ähneln. Das sind zum Beispiel die OH- Karten, Taskkarten, Schneider-Therapiekarten (Köpfe - Gesichter, Bewertungen - Programmänderung), diverse Würfel, Brief an die Mutter, „Eine Tüte voller Liebe“, auch ausgesuchte Postkarten und ähnliches mehr, ferner wenige Arbeitsblätter. Dieses nicht direkt begreifbare Handwerkszeug erklärt vielleicht der folgende Witz: Herr Gruber bekommt eine Karte aus Wien. „Da steht ja gar nichts drauf“, sagt der Postbote verblüfft. „Kein Wunder“, antwortet Herr Gruber. „Die Karte ist von

meinem Bruder, aber wir sprechen schon seit Jahren kein Wort mehr miteinander.“<sup>6</sup>

Außerdem gibt es Übungen, wie **spezielle Rollenspiele und Tätigkeiten**, die ebenfalls symbolisch eine starke und direkte Wirkung haben.

In der Beschreibung der einzelnen Interventionen ab Seite .. werden die Unterschiede und vor allem Gemeinsamkeiten deutlich.

Symbole werden nicht unbewusst oder gar magisch benutzt, sondern bewusst. Klienten setzen sich nicht damit auseinander, was sie dazu glauben, vielmehr verfolgen sie das Ziel, den Hintergrund der Bedeutung zu erfahren.

## 7. Symbole - Emotionen - Erinnern

Ein Mensch verbindet mit jedem Gegenstand, unabhängig davon, ob und wie gut er ihn kennt, etwas aus seinem Leben. Es wird also eine Verbindung zwischen einem Ereignis, einer Erinnerung und dem Gegenstand hergestellt. Ereignis und Erinnerung sind immer **emotionsgefärbt**. Das wird insofern von hoher Bedeutung für unsere Arbeit als das Zusammenwirken von aktivem Tun und Erleben, verbunden mit Gefühlen, dazu führt, dass davon kaum etwas vergessen wird. „Das, was uns nicht emotional berührt, bekommen wir, wenn überhaupt, nur mit großer Mühe in den Kopf, und wenn wir es nicht ständig wieder aufsagen, ist es im Nu wieder verschwunden.“<sup>7</sup>

Oder folgendes aus einem Interview mit Eric Kandel:

SPIEGEL: Haben Sie bei sich irgendwelche Regeln ausgemacht, warum Sie manches behalten, anderes aber vergessen haben?

KANDEL: Ja, ein Geschehnis muss wichtig für mich sein. Während es geschieht, muss ich meine Aufmerksamkeit darauf richten. Ohne Aufmerksamkeit wird nichts behalten - und ohne dass es für meine Gefühle bedeutend ist, auch nicht.<sup>8</sup>

Eine Klientin dazu: Symbole sind gefühlsnah und gefühlsdicht.

An dieser Stelle ein Hinweis auf das Buch "Emotion und Gehirn" von Antonio R. Damasio "Selbst ist der Mensch"<sup>9</sup>. Es handelt sich um eine der fundiertesten Publikationen über die Rolle der Gefühle im Konzert mit anderen psychischen Funktionen bei der Lebensgestaltung des Menschen aus neurowissenschaftlicher Sicht.

Der Gegenstand symbolisiert also dieses Ereignis, diese Erinnerung.

Jeder vom Klienten gewählte und auf die Straße (zum Beispiel Lebensstraße) gestellte Gegenstand ist zeitgleich emotional besetzt und wird so sein eigen und auf diese Weise zum Symbol.

Die Verbindung zwischen Denken, Handeln und Emotionen wird erreicht.

Emotionaler Bezug ist da und damit ein Bei-sich-Sein, ein Zu-sich-Stehen. **Das bin ich.**

Da, wo Ereignis und Emotion eine Verbindung eingegangen sind, mag das noch so weit zurückliegen, hat es sich eingepägt und kann auch nach vielen Jahren wieder abgerufen werden. Und es wird erstaunlich leicht, für die Erinnerung ein Symbol zu finden. Beschleunigt wird dieser Prozess durch die Erfahrung in der Arbeit selbst (zum Beispiel beim Legen einer Lebensstraße), dass sich Türen und Fenster zu

den Ereignissen aufzutun, lassen wir uns erst einmal darauf ein. Jeder kennt diesen Vorgang, wenn er daran denkt, wie sich Fenster und Türen öffnen, sobald über früher geredet wird, über die Kindheit beispielweise, die Schulzeit oder andere weit zurückliegende Ereignisse.

Hier noch ein Hinweis auf die Anfänge der Erinnerung, des **autobiografischen Gedächtnisses**.

Einem kurz gefassten, wenn auch nicht mehr ganz aktuellen Überblick über das Autobiografische Gedächtnis ist bei Wikipedia zu finden.<sup>10</sup>

Die nachfolgenden Gedanken sind für unsere Arbeit besonders dann wichtig, wenn wir Biografiearbeit machen.

Erste konkrete eigene Erinnerungen sind etwa mit 3,5 Jahren möglich. Dem voraus geht, wie Mark Howe (Universität Lancaster) schreibt, das **Auftreten des kognitiven Selbst, das Ende der Kindheitsamnesie. Ab da wird das „Ich“ vom „Du“ unterschieden**. Diese Entwicklung wiederum geschieht zwischen dem 18 und 24 Monat. Wir nehmen es in der Regel dann als Erwachsene wahr, wenn das Kind zum ersten Male Ich sagt und sich im Spiegel erkennt.<sup>11</sup>

Wie so oft sind solche Angaben Durchschnittswerte und es gibt Ausnahmen mit verschiedenen Hintergründen. Bei **Menschen mit dissoziativen Störungen** erleben wir Veränderungen des Selbstgefühls. Traumatische Einflüsse haben in diesem Zusammenhang Störungen des autobiografischen Gedächtnisses zur Folge.<sup>12</sup>

Ebenfalls wichtig ist für uns in diesem Zusammenhang, daß „das autobiographische Gedächtnissystem ist **stets an emotionale, affektbezogene Inhalte gebunden** und erlaubt uns dadurch, die persönliche Vergangenheit zu erinnern. Beispiele für autobiographische Erinnerungen sind der erste Schultag, das Abitur, die eigene Hochzeit u. ä. Häufig erinnern wir uns an besonders schöne, fröhliche oder besonders traurige Erlebnisse.“<sup>13</sup>  
Dies gilt auch für die Zeit vor der Einschulung.

Hier wird deutlich, dass die Verbindung von Ereignis und Emotion zum Behalten<sup>14</sup> und Symbole zum Erinnern führen. Daher sind die folgenden Zahlen interessant:

## 8. Behalten und Erinnern

Konfuzius (551 – 479 v. Chr.) wird der Satz zugeschrieben:  
Sag es mir, und ich vergesse es.  
Zeige es mir, und ich erinnere mich.  
Lass es mich tun, und ich behalte es.

Wir speichern

10% des bewusst Gelesenen,  
20% des bewusst Gehörten,,  
30% des bewusst Gesehenen,  
50% des gleichzeitig bewusst Gehört- und Gesehenen,  
70 % des bewusst Gesagten und des subjektiv besonders Bedeutsamen<sup>15</sup>,

90 % des zugleich bewusst Gesagt- und Getanen – und bedeutendes Erlebtes.<sup>16</sup>

Anmerkung: Wir behalten auch das recht gut, was wir gerne vergäßen. Doch wo bleibt es?

Wir behalten viel von dem, was wir denken, jedoch nicht aussprechen oder aufschreiben.

Zuständig für den besonders hohen Wert des Behaltens und Erinnerns ist die Beziehung zwischen dem Tun und den damit verbundenen Gefühlen. Es ist und bleibt also über lange Zeit oder für immer etwas uns Bekanntes.

Daher sinken die Angst und der Widerstand vor und während der Arbeit und des Erinnerns; der Erfolg wird im doppelten Sinne begreifbar und sichtbar.

Zum Tun (90 %) zähle ich auch wesentliche Erlebnisse im Verlauf der Lebensgeschichte. Gestützt und verstärkt wird dieser Gedanke, wenn wir betrachten, wie Exponierungen (Hervorhebungen) von lebensgeschichtlichen Ereignissen auch nach sehr langer Zeit abgerufen werden können. Hier sind Symbole das geeignete Transportmittel.

Hellmuth Benesch führt im dtv-Atlas zur Psychologie, Band 1 (siehe Anmerkung 4) folgende Hauptgruppen der „unvergesslichen Erinnerungen“ auf:

„Die stärksten Eindrücke hängen mit Todesfällen zusammen: meist in der Familie, aber auch mit angesehenen Unfälle mit Todesfolge.

Wie stark die Familie das Langzeitgedächtnis prägt, zeigt sich an der Gruppe der Familienereignisse: Feiern (besonders Weihnachten), Geburten, Hochzeiten.

Gemeinschaftserlebnisse: Kennenlernen, Streit, Versöhnung, Trennung.

Angstzustände, die je nach den Zeitläuften andere Inhalte aufweisen:

Drucksituationen, durchlittene Gefahren, qualvolle Wehrlosigkeit.

Naturerlebnisse: Sonnenuntergänge, Erlebnisse mit Tieren.

Häufig sind berufliche Erlebnisse: Berufseintritt, Entlassungen, Auseinandersetzungen mit Vorgesetzten, Ärger mit Mitarbeitern,

Reiseerlebnisse, Ferienaufenthalte, fremde Länder und Städte.

Größere Erfolge und Misserfolge; häufig sogar ungeschieden: in den Erfolgen wirken die kleinen Misserfolge stärker nach.

Ein erheblicher Erinnerungsfundus sind Schulerlebnisse: Prüfungen, Streiche.

Der Gedächtnisschatz der vier untersuchten Generationen ähnelt sich stark, wenn auch die Inhalte differieren. Bei allen bilden ungefähr 2/3 ernste und 1/3 heitere Erlebnisse eine einheitliche Selbstschöpfung.“

Den untrennbaren Zusammenhang zwischen Emotionen, Behalten und Erinnern können wir auch gut in den Arbeiten von Daniel L. Schacter<sup>17</sup> nachverfolgen.

Die Informationen, die abgespeichert werden, sind nicht eine Eins-zu-eins-Fotografie von dem, was gesehen wurde, sondern werden nicht ohne

Bedeutungen, Empfindungen und Gefühle abgespeichert. Ebenso werden die

Stimmung, in der etwas erlebt wurde, und auch die Empfindungen und Gefühle,

die zum Zeitpunkt des Erlebens vorherrschten, mitgespeichert. Zudem sind die

Erinnerungen untrennbar mit dem verknüpft, was vorher schon einmal erlebt

wurde. Die Vergangenheit entscheidet darüber, auf was sich die Aufmerksamkeit

richtet und was in das Gedächtnis aufgenommen wird (Zusammenfassung nach Daniel L. Schacter der Seiten 22f, zitiert nach Petra Klenke, a.a.O.).

**Diese Kombinationen machen es möglich, dass Arbeitsschritte sehr schnell vollzogen werden können**

Merke:

Von dem, was wir hören, vergessen wir recht schnell das weitaus meiste. Aus einer Therapiesitzung, in der ausschließlich oder überwiegend geredet wird, dürfte demnach weniger in Erinnerung bleiben als von Sitzungen, in denen viel getan und erlebt wird.

Alles, was wir tun, ist besser und umfangreicher abrufbar.

Was wir tun und was gleichzeitig mit Emotionen verbunden ist, prägt sich tief ein und wird kaum vergessen. Das gilt auch für das, was wir erlebt haben und uns emotional bedeutsam ist.

Also ist all das gut abrufbar und gelingt umso schneller und deutlicher, wenn wir **Symbole als Auslöser und Transportmittel** nutzen.

Das gilt auch für Ereignisse, für die aus unterschiedlichen Gründen die Worte fehlen, und für das, was wir verdrängt und im Vorbewussten geparkt haben. Es kann sich dabei um subjektiv dramatische Ereignisse handeln, die mit seelischen oder/und körperlichen Verletzungen zu tun haben. Aber auch sprachliche Probleme, beispielsweise von Migranten, oder Defizite in der Bildung sind Ursache.

**Die oben beschriebenen Gründe, warum und wann gut behalten werden kann, finden wir in der Arbeit mit Symbolen wieder, da jedes benutzte Symbol mit einem oder mehreren Gefühlen besetzt ist und das dazugehörige Bild sich auf diese Weise besonders tief einprägt. Dieses Bild kann jederzeit und in der Regel noch nach vielen Jahren abgerufen werden.**

So erinnere ich mich zum Beispiel noch nach vielen Jahren an Ausschnitte von Lebensstraßen, die ich mit Klienten durchgearbeitet habe, wenn ich einem von ihnen wiederbegegne.

Da jeder Mensch seine eigene Geschichte hat, wird es über Symbole möglich, ganz Subjektives auszudrücken. So weiß ein Betrachter - also auch der Berater oder Therapeut - durch den Anblick allein noch nicht, was durch das Symbol ausgedrückt bzw. erklärt wird. Das ist auch dem Gegenüber bekannt. Seine Entscheidung, was genau er dazu sagen will, kann er bis zur letzten Sekunde hinausschieben. Während des Auswählens der Symbole, zum Beispiel, wenn er seine Lebensstraße legt, muss er nicht gezielt etwas verheimlichen. So wirkt der Vorgang angstsenkend, die Offenheit vergrößert sich.

Der Klient ist sich und dem Thema sehr nah. Zeitgleich sorgt das Symbol (der Gegenstand) auch für einen Abstand, der den Angstpegel senkt und somit mehr Mut zur Offenheit weckt.

**9. Wechselspiel zwischen Erleben – Erinnern – Emotion/Gefühl sorgt für Behalten und besonders über Symbol fürs Erinnern**

Die Bandbreite eines symbolischen Gegenstandes ist groß.

So sind Symbole Transportmittel für das, was man verbal nicht oder so nicht sagen kann, darf oder will.

Beispielsweise kann die Bratpfanne eine Erinnerung an etwas Versorgendes, aber auch an etwas Zerstörendes sein.

Neben dem Gegenstand vermag eine **Darstellung** zu symbolisieren. Das geschieht in den Arbeiten mit den „Inseln der Gefühle, Eigenschaften und Ziele“, den sieben Materialien „Dornen, Gold, Federn, Sand, Scheiße, Steine, Watte“, den verschiedenen Straßen (zum Beispiel Lebensstraße).

Im Gegensatz zur nur verbalen Arbeit schaffen wir die Situation, dass alle Beteiligten dasselbe Bild (Darstellung) sehen, wodurch die Gefahr des Aneinander-vorbei-Redens erheblich vermindert, die Orientierung für alle Beteiligten aber erleichtert wird. Das gilt auch, wenn jeder eine andere Bewertung der Darstellung vornimmt.

Wird eine Situation geschildert, ist aber nicht sichtbar, so entstehen so viele Bilder wie Menschen beteiligt sind. Keiner sieht das Bild des andern. Missverständnisse, erschwerte Kommunikation und der Eindruck, es handle sich um mehrere Themen, machen Lösungen schwer, wenn nicht gar unmöglich.

Ernst Barlach<sup>18</sup> schreibt: „Und dennoch ist das **Wort** etwas, das direkt ins Innerste dringt, wo es aus dem Lautersten, der absoluten Wahrheit kommt. Jeder aber versteht es anders, er vernimmt das, was gemäß seiner Art Anteil am Ganzen hat, ihm verständlich, sag lieber, wessen er sich bewusst ist.“

Das Wort taugt also weniger zum Verstehen und zur Klärung als das **darstellende Tun mit Symbolen**. Das gilt auch für das Erinnern. Die Tür zum Unterbewussten wird durch Symbole geöffnet. Das bedeutet auch, offen und bereit zu werden für Erinnerungen. Die Türen in die Vergangenheit gehen schnell auf.

**Das Symbol wird zum Dolmetscher** und darüber lässt sich ausdrücken, was sonst nicht gesagt werden kann. Aber das Symbol kann noch mehr. Durch ein Symbol, also einen Gegenstand, wird deutlich, dass man einerseits Vielschichtiges, Differenziertes ausdrücken kann, andererseits aber auch mehr, als sich in Worten sagen lässt. Das Symbol ersetzt in diesem Fall nicht nur ein Wort, einen Satz, sondern erzählt eine ganze Geschichte.

Genauso ist eine **Handlung** imstande, etwas Bestimmtes zu symbolisieren. Das kann das Streichholz als Zeitmesser sein, das Wasser, das als symbolische Nahrung über die Rose von Jericho gegossen wird, die ihrerseits als Symbol dient. Auch Darstellung und Handlung sind zeitgleich emotional besetzt.

Wie die Verbindung von Ereignis und Emotion dazu beiträgt, dass sich Ereignisse einprägen und wieder abrufbar sind, so wird in der aktuellen Arbeit auch das behalten, was mit Symbolen erarbeitet wurde. Es ist abrufbar und erinnerbar.

Kolleginnen und Kollegen fragen gelegentlich nach Gemeinsamkeiten und Unterschieden zwischen **Symbolarbeit** und **Imagination**. Meiner Erfahrung nach ist Symbolarbeit schneller, konkreter, emotionaler als Imagination.

Die Arbeit mit realen Symbolen, also greif- und begreifbaren, ist um ein Vielfaches produktiver als die mit imaginären Symbolen.

Imagination ist nicht tun. Arbeit mit Symbolen bedeutet indessen immer, „etwas zu tun“.

Mit Symbolen haben sich wesentliche und unterschiedliche Schulen auseinandergesetzt. Fünf davon stelle ich kurz vor, weil sie für meine Praxis Bedeutung hatten und haben.

Wer mehr darüber wissen will, möge die Bücher lesen, die ich in diesem Zusammenhang nenne.

## 10. Ähnlichkeiten und Verwandtschaften in der Arbeit mit Symbolen

Die Ausführungen von Carl Gustav Jung<sup>19</sup>, Sigmund Freud<sup>20</sup>, Humberto Nagera<sup>21</sup>, Verena Karst<sup>22</sup> und anderen spielen in meiner Auseinandersetzung im Hintergrund natürlich eine Rolle, jedoch kaum in der ganz praktischen Anwendung. Daher verweise ich auf deren Gedanken und Arbeiten, ohne ihnen einen größeren Platz einzuräumen.

In der Literatur und Praxis von vier Kolleginnen und Kollegen finde ich spannende Anregungen, Ähnlichkeiten und Gedanken zu der Art, wie ich mit Symbolen arbeite.

### **Dora Maria Klaff**<sup>23</sup>

Dora Maria Klaff (1904 bis 1990, Schweiz), Schülerin von C.G. Jung, die auch bei Margaret Löwenfeld studierte, hat das Sandspiel entwickelt. Es ist naheliegend für jemanden, der aus diesen Schulen kommt und um die Bedeutung der Symbole weiß. Dora Maria Klaff hat die Gedanken ihrer Lehrer, deren Ideen und Theorien in begreifbares Arbeiten umgesetzt. Und sie nutzt das, was Kinder von sich aus tun, nämlich spielen, zeichnen und Malen. Das Spiel findet in einem erhöhten Sandkasten statt. Dazu werden Figuren benutzt, mit denen das Kind, aber auch der Erwachsene sein Thema bewusst und unbewusst gestaltet.

Es gibt weitere Betrachtungsweisen über Symbole, wie beispielsweise die der nächsten vorgestellten Fachautoren. Wie eingangs betont, sollen sie hier nicht vertieft betrachtet werden. Ihre Methode der Diagnose und Therapie nutzt das Material so, dass es im doppelten Sinne begreifbar wird. Auch das hat etwas mit dem gemeinsam, was ich tue. Es unterscheidet sich im Sinne Jungs allerdings insofern von meiner Arbeit, als Materialien und optische Symbole (Kreis, Quadrat usw.) in der Bedeutung und Deutung feste Definitionen haben.

### **Maria-Elisabeth und Gerhard Wollschläger**<sup>24</sup>

Beide sind Psychodramatiker. Gerhard Wollschläger, Pfarrer em., und Elisabeth Wollschläger, Psychotherapeutin, leben in Mimbach im Saarland.

Sie haben sich etwa zur gleichen Zeit wie ich (Anfang 1990) aus der Praxis heraus mit dem Thema „Konkrete Symbole in der Therapie“ beschäftigt, es als Übungen und Interventionen eingesetzt, im Laufe der Jahre verfeinert und weiterentwickelt. Wir haben anfangs nichts voneinander gewusst.

Es gibt zwar viele Parallelen und gleichwertige Aussagen, doch auch einige Unterschiede.

Die Arbeit des Ehepaars Wollschläger schätze ich sehr und empfehle die Lektüre ihres 1998 erschienenen Buches „Der Schwan und die Sinne – Das konkrete Symbol in Diagnostik und Psychotherapie“. Ich rate, die praktischen Übungen zu nutzen.

In ihrem Vorwort beschreibt Edda Klessmann die wachsende Symbolsammlung auf dem Dachboten. Das erinnert mich an das Großwerden meiner eigenen Sammlung möglicher und unmöglicher Gegenstände über die Jahre, die ich versuchte, in Koffern zu ordnen und bei Bedarf griffbereit zu haben.

### **Danie Beaulieu**<sup>25</sup>

Psychologin in Montreal

Die besondere Art der unterstützenden Form, die Nutzung kreativer Transportmittel, ihre außergewöhnlichen Interventionen schaffen bleibende Eindrücke. Danie Beaulieu setzt kreative Bilder, Symbole und Metaphern ein. Ihre Beispiele mit dem Schwamm, mit Stühlen, Geld und anderem machen Vermittlung konkret.

Die Psychologin richtet wie ich den Blick darauf, dass auditive, visuelle und kinästhetische Bereiche im richtigen Moment angemessen genutzt werden. Ähnlich meinem Modell ist auch ihre Art, Klienten unmittelbar zu verantwortungsvollem Handeln und zur Übernahme von Verantwortung zu bewegen. Die Impact-Therapie ist dabei an keine bestimmte therapeutische Schule gebunden. Impact versteht sich im Sinne von bleibendem Eindruck. Wie die Verbindung von Ereignis und Emotion dazu beiträgt, dass sich Ereignisse einprägen und jederzeit abrufbar sind, so wird in der aktuellen Arbeit auch das behalten, was mit Symbolen erarbeitet wurde.

**Kulturell entstandene Symbole**, oft geographisch unterschiedlich geprägt, religiös bestimmte Handlungen, Zeichen und Gegenstände können Symbole sein oder einen symbolischen Charakter besitzen. So finden wir zum Beispiel in Perron, einer kleinen Stadt an der Ostseeküste von Mecklenburg-Vorpommern, auf Haustüren Schnitzereien mit alten Motiven.

Symbolisches findet sich auch in der Sprache, zum Beispiel in dem Ausdruck „Spuck's aus“.

**Symbolische Handlungen** sind beispielsweise Verbeugung, Kniefall, das Falten der Hände. **Symbolische Einstellung** drückt sich meist in der Kombination von Gedanken an etwas und einem zur gleichen Zeit geschehenen Ereignis und schließlich dessen passender Verbindung aus. Ein Beispiel: Jemand befindet sich in einer Phase, in der er privat und beruflich kaum zu bremsen ist. Selbst dann, wenn er mit seinem Auto unterwegs ist, beschäftigt er sich unaufhörlich (Gedanken, Handy ...) mit diesen Dingen. In einer besonderen Stress-Phase muss er mehrere Male an roten Ampeln halten, was dazu führt, dass er noch mehr in Stress gerät. Schließlich, bei erneutem Rot, resümiert er: „Ich werde ausgebremst.“ „Das war der Anfang“, so berichtete er mir später, „über das, was ich tue, nachzudenken und es in Frage zu stellen.“ Damit hat er symbolisch etwas zusammengebracht, was subjektiv auch zusammengehört.

Unterschiedliches Verhalten, verschiedene Sprache und Kleidung unter Generationen drücken symbolisch aus: Das sind wir.

Eine verlässliche und schnelle Übersicht über die Bandbreite von Symbolen kann man nachlesen bei: <http://de.wikipedia.org/wiki/Symbol>

## 11. Wo und wann ist die Arbeit mit Symbolen besonders geeignet?

Bei der Lösung schwieriger Lebenssituationen beginnt alles mit den Fragen:

Was ist das Problem?

Was soll anders sein?

Wie soll es sein?

Wie komme ich dorthin?

Wer kann das in Krisen schon so genau benennen? Damit verbundene Gefühle spüren, akzeptieren, ordnen? Das erscheint den Betroffenen oft schwer, wenn nicht gar unmöglich. Insbesondere dann, wenn

- auslösende Ereignisse weit zurückliegen (z. B. frühe Störungen),
- Erlebnisse traumatisiert sind (z. B. Missbrauch, Schock),
- ein emotionales Blackout vorhanden ist,
- Ereignisse nicht in den Zusammenhang mit der Störung gestellt werden können oder dürfen (zum Beispiel von Geburt an in problematischen Familienverhältnissen zu leben), eine Summe von auslösenden Faktoren vorliegt, die nicht in Zusammenhang gebracht werden können,
- Betroffene sich psychisch in schwierigen Lebenssituationen befinden<sup>26</sup>,
- etwas gesagt wird, was emotional nicht nachempfunden wird (z. B. von Migranten), wenn „sprachlos“ gewordenen Menschen die Zukunftsperspektive fehlt,
- Menschen mit einem Handicap nicht oder nicht vollständig verstanden werden oder ihnen nicht zu Ende zugehört wird (Autisten, sprachbehinderte Menschen, geistig Behinderte).

Der Klient kann die Frage „Was ist das Problem?“ dann kaum beantworten.

Erich Kästner schreibt in seinen Erinnerungen „Als ich ein kleiner Junge war“<sup>27</sup> : „ Mit Worten kann man nicht einmal einen Stuhl so genau beschreiben, dass ihn der Tischlermeister Kunze in seiner Werkstatt nachbauen könnte! Wie viel weniger das Schloss Moritzburg mit seinen vier Rundtürmen, die sich im Wasser spiegeln! Oder die Vase des Italieners Corradini am Palaisteich, schräg gegenüber vom Café Pollender! Oder das Kronentor im Zwinger!“.

Therapeut und Berater finden mit Klienten keine Lösungen, wenn sie sich nur der Sprache bedienen. Wir können den Menschen durch Symbole eine Sprache geben, falls ihnen die Worte fehlen. Symbole können zum Dolmetscher werden. Methoden über Symbolarbeit werden in diesem Workshop vermittelt.

Die Arbeit mit Symbolen ebnet den Weg. Vorbewusstes und strukturelle Bedingungen werden so direkter und umfassender erreicht. Sie ermöglichen das Eintauchen in Innenwelten zum

Unbewussten,

Vorbewussten,

Bewussten, das blockiert ist und verbale Äußerungen nicht möglich macht.

Die Therapiematerialien und Interventionen sind in therapeutischen Situationen entstanden, in denen Sprache allein nicht zur Findung und Klärung ausreichte. Bei unseren Materialien handelt es sich um Handwerkszeug, das der Betroffene im wörtlichen Sinne begreifen kann.

Unter anderem lassen sich diese Materialien erfolgreich in der Traumaaarbeit einsetzen.

In den folgenden Bereichen führen sie recht gut zu Klärungen:

Emotionen – Gefühle – Affekte,

Familiensysteme wie Beziehungsdreieck, Dramadreieck und so weiter,

Möglichkeit, innere Bilder nach außen zu kehren,

Kommunikationsprobleme,

Biographie-Arbeit, Lebensplanung, Identität,

Arbeit mit Ressourcen,

Konstruktive Nutzung der zur Verfügung stehenden Zeit in Therapie,

Zusammengehörigkeit von Diagnose-Hypothesen und Prozessen,

Wahrnehmung,

Interventionen mit Zeit.

Wer sich nicht ausreichend Mühe gibt und eine protzenhafte Diagnose erstellt, der behandelt etwas, das nicht definiert ist. Hier beginnt dann schnell ein nicht zielführendes verbales, sich oft über viele Sitzungen fortsetzendes Pingpong-Spiel. Mindestens eine der folgenden Aussagen trifft dann zu:

Die beste Möglichkeit, nichts zu sagen, ist die Sprache.

Wenn etwas verborgen bleiben soll, dann rede möglichst viel.

„Man spricht durch Schweigen. Und man schweigt mit Worten.“<sup>28</sup>

Wählt man sprachliche Halbherzigkeiten, muss man sich nicht festlegen.

Wenn Worte der Tat nicht nah sind, werden großartige Ankündigungen gemacht, „dass es morgen endlich und endgültig losgeht“. Dazu pflege ich anzumerken:

„Mich interessiert nicht, was du sagst und ankündigst. Mich interessiert ausschließlich, was du tust oder unterlässt.“

„Die Sprache ist die Quelle aller Missverständnisse.“ Und Antoine de Saint-Exupéry schreibt weiter, „Die Sprache ist ein unvollkommenes Werkzeug.“ und „Die Probleme des Lebens sprengen alle Formulierungen.“<sup>29</sup>

Sprache ist oft eine Veranstaltung zur wechselseitigen Behinderung und wirkt wie ein Kampf, bei dem es ums Gewinnen geht.

Was du sagst, ist richtig. Das Gegenteil auch.

Sprache wird zur Ablenkung vom Problem und zur Erhaltung des Status quo benutzt. Über Sprache wird auf Nebenkriegsschauplätze ausgewichen.

Nebelbomben und andere Techniken der Ablenkung werden eingesetzt, unbewusste Inhalte und damit verbundene Informationen aufrechterhalten, die nichts als die sprachliche Gewandtheit des Klienten offenbaren.

Sprache ist Futter, Peitsche oder Honigquast für den Partner, Kollegen, Therapeuten oder für wen auch immer.

Destruktive Diskussionen führen nicht zu Erkenntnissen und Lösungen. Die Frage „Wer hat schuld?“ zum Beispiel bewirkt eine Diskussion, die in der Vergangenheit steckenbleibt.

Der Boden, auf dem Sprache gelingen kann, ist, dem Menschen alle Wertschätzung zuteilwerden zu lassen und bereit und fähig zu sein, ihn in allen seinen Facetten wahrzunehmen. Auch hier gilt: Es ist alles schon da, du musst es nur finden. Das Gegenüber offenbart alles. Selbst wenn es zuweilen durch den Versuch geschieht, etwas nicht zu zeigen.

Hier gilt in besonderer Weise, auf die Zwischentöne zu achten, Ungesagtes wahrzunehmen und zu deuten und für Lösungen zu nutzen.

Selbstverständlich kommen wir nicht ohne Sprache aus. Wo Sprache jedoch zu verbergen versucht, gilt für die angestrebten therapeutischen Etappenziele: „Das wichtigste, was ich tue oder das ich mir einbilde zu tun, besteht darin, den Nebel oder Schleier von der Sprache zu entfernen“ (Berkeley)<sup>30</sup>. George Berkeley<sup>31</sup> bringt in „Eine Abhandlung über die Prinzipien der Erkenntnis“ auf Seiten 20-23 (Punkt 20) weitere für uns interessante und zur Lektüre empfohlene Ausführungen zu Papier. Zu diesen Gedanken äußert sich ebenfalls Ernst Cassirer erläuternd in „Philosophie der symbolischen Formen“<sup>32</sup>, Dritter Teil. Kreative Medien können dabei eine entscheidende Hilfe sein.

## 12. Zeit und wer soll wen verstehen?

Allen Arbeiten mit Symbolen ist gemeinsam, dass sie möglichst schnell auf den Punkt kommen, ohne emotional zu überfordern. Und trotzdem geben sie dem Klienten die Möglichkeit, das Tempo in Beratung und Therapie zu bestimmen. Der Klient beginnt, sich selbst durch eigenes Tun besser und emotional zu begreifen. So ist auch die Chance gegeben, dass das Gegenüber, zum Beispiel der Therapeut, ihn versteht. Der Klient gewinnt in der Arbeit Sicherheit durch die Struktur, die Symbolarbeiten anbieten, und durch die Erfahrung, dass er selbst der Aktive sein kann und für sich verantwortlich ist.

So kommt es in der Regel auch nicht zu den sonst oft sehr frühen Problemfestlegungen durch den Therapeuten.

Schließlich ergibt dieser Weg der Arbeit einen erheblichen Zeitgewinn, der dann für Lösungen genutzt wird. Es gelingt, erheblich schnell auf den Punkt zu kommen. Und schließlich bieten die Therapiematerialien und die Arbeitsschritte auch dem Therapeuten Sicherheit, Orientierung und Struktur.

## 13. Was gegen eine Standardisierung spricht

Eine Generalisierung ist nur bei **dogmatischer Betrachtungsweise** und evtl. verbunden mit **ideologischem Hintergrund** denkbar. Von religiösen Symbolen wie dem Kreuz über Bäume in keltischen Sagen bis zu Festlegungen von Bildern und Motiven in so mancher Traumdeutung gibt es diese dogmatischen Normungen.

Standardisierung schränkt ein und reduziert. Es besteht auch die Gefahr, Standardisierung von Symbolen zu nutzen, sie einer Theorie oder Methode anzupassen. Diese Auseinandersetzung führt zum Beispiel Dr. Margaret Löwenfeld, indem sie darlegt: „Ein Kinderanalytiker verwendet Spielzeug, um einen Zugang zu der Innenwelt eines Kindes zu bekommen, um daraufhin mit der Psyche des Kindes so zu verfahren, wie es die psychologische Theorie vorschreibt: Die Art und Weise, wie ein Kind mit dem Spielzeug umgeht, wird symbolisch und im Einklang mit dieser Theorie interpretiert (Löwenfeld, 1939, S. 67).<sup>33</sup>

Für die Arbeit mit Symbolen, wie ich sie anwende, ist dafür kein Platz. Das wird auch deutlich in der beispielhaften Beschreibung der Bandbreite der Symbole. Es gibt gelegentlich **Tendenzen**. Aber auch die sind nicht zu verallgemeinern.

## 14. Die Bandbreite und Vielfalt der Symbole

Ich zeige nachfolgend an sechs Symbolen, wie vielfältig und subjektiv die Wahl und Bedeutung von Symbolen ist. Diese Beispiele lassen sich um so viele erweitern, wie sich Symbole in dem Koffer befinden. Und das sind zur Zeit in meinem Symbolkoffer 280.

**Bratpfanne:** Anna, 16 Jahre, hat eine Bratpfanne auf das 11. Lebensjahr gestellt. Ihr fällt zuerst kein Grund dafür ein. Da wir wissen, dass sie viele, auch jüngere Geschwister hat, nehmen wir an, sie wolle darstellen, dass sie für ihre Geschwister gekocht und sie versorgt habe, sich Generationsgrenzen verwischt hätten, wenn sie die Mutter ersetzte. Anna verneint. Sie erklärt jedoch ganz entschlossen, die Pfanne gehöre dahin. Schließlich kommt ihr die Erleuchtung. Sie wird erst unruhig,

dann sehr still. Nach einer Weile sagt sie: „Mein Vater war, wie oft, sehr betrunken, setzte mich auf die Platte eines Elektroherdes und sagte: „Wenn du dich nicht ficken lässt, dann verbrenne ich dich.“

Die Pfanne hat als Symbol eine Bandbreite von Versorgen über Bedrohen bis zum Zerstören.

**Panzer:** Ein 52jähriger Mann aus Russland befindet sich in der Forensik und hat auf das gelbe Feld einen Panzer gestellt. Sonst sind kaum weitere Symbole auf der Bahn. Er fährt mit dem Panzer über die fast leere Straße und erklärt: „Das ist meine Mutter. Sie ist immer über mich drübergefahren.“ Zum ersten Mal gibt er so etwas von sich preis. Uns hat er eine wichtige Sachinformation geliefert. Er reagiert auf seine Worte mit feuchten Augen und ist endlich in der Lage, emotional etwas von sich zu zeigen.

Meine Erfahrungen im Kosovo lehren: Der Panzer steht auch für andere Formen der Gewalt, z.B. für Krieg. Aber auch diese Deutung gab es: Eine Klientin stellt den Panzer vor sich und sagt: „Ich muss mich schützen.“

**Kuh:** Die Kuh steht gleichermaßen für die nährenden Mutter wie für die dumme Kuh, aufgewachsen auf dem Lande.

Oder: Die Eltern führten einen Landwirtschaft, und der Klient sollte der Nachfolger werden, was er nie wollte. Er konnte aber aus Angst und Loyalität nicht widersprechen. Es dauerte Jahre, bis er sich neu entschied.

Für ein Paar aus Russland symbolisiert die Kuh den wichtigsten Besitz, der Auskommen und Ernährung sicherstellt (Milch, Butter, Geburt einer Kuh und nach dem Schlachten Fleisch und Wurst).

**Gummiring:** Der Ring liegt auf dem letzten Feld der Lebensstraße bei 24.

Erklärung der Klientin: „Und nun kann ich meine Kreise erweitern.“

Mit einfachen Hilfsmitteln spannt ein anderer Klient den Gummiring über drei Altersfelder und sagt: „Die Jahre waren eine kaum aushaltbare Spannung.“

Ein Gummiring schlingt sich eng um ein Haus. „In dieser Wohnung, in dieser Beziehung und in allem, was war, fühlte ich mich wie eingeschnürt.“

**Sarg:** „Mich da mal reinlegen, in Ruhe gelassen werden und zur Ruhe kommen“.

So eine Klientin, die bei der Schilderung ganz ruhig wird und tief durchatmet.

„Ich dachte, jetzt ist es aus“, erklärt eine andere und meint die Beziehung, in der sie lebte.

Der Sarg wird oft als etwas Geheimnisvolles (unbekanntes Unklares) verwendet, steht aber auch für Tod und Abschied.

**Stiefel/Schuh:** „Der Tritt in den Arsch, den ich brauchte, um mich zu entscheiden“, so ein ganz junger Klient. Bei ihm ging es um die Entscheidung, mit dem Konsum von Drogen aufzuhören. Symbolisch bedeutet das auch, „der Schuh drückt“.

Ein Stiefel wird oft in der Phase der Pubertät benutzt und steht da für „Frau sein“.

Für andere ist der Schuh mit dem Wandern verbunden und erzählt vom Urlaub in den Bergen; er kann ebenso den Pilgerweg versinnbildlichen.

**Anker:** Er symbolisiert mal das Zuhause, mal das Festhängen, mal den Wunsch nach einem festen Halt.

Der Anker beschreibt ebenso eine Schiffsreise, auf die eine Klientin spart, um sich eine große Sehnsucht zu erfüllen. Dafür entbehrt sie vieles andere.

Er symbolisiert für einen anderen den Vater, der zur See fuhr und nur selten zu Hause war. In diesem Fall spielt er in der Lebensstraße des Klienten eine wesentliche Rolle.

## 15. Die Kunst des Weglassens und Wahrnehmens

Es kommt auf die Bereitschaft und Fähigkeit an, sich auf das zu beziehen, was man sieht (die Darstellung des Klienten), bzw. auf die Art, wie man den Klienten wahrnimmt. Im Kopf befindliche Gedanken, Erfahrungen und Hypothesen gehören auf den Parkplatz.

Es gilt also, ausschließlich mit dem zu arbeiten, was der Klient von sich preisgibt. Nur so werden wir verstehen, um was es geht. Alles andere führt davon weg. Wichtig ist, sich klarzumachen, dass der Klient nur zeigt, was er offenbaren kann und will.

Manche Kollegen ertragen es nicht, eine Hypothese zu haben und deren Richtigkeit nicht sofort bestätigt zu bekommen. Dem Klienten wird kein oder kaum Raum gegeben, sich mit sich und der Angelegenheit auseinanderzusetzen, um sie und sich zu verstehen. Diese Kollegen stellen Fragen nach Partnern, Kindern, Eltern, Arbeitgeber und, und..., um das „Problem“ des Klienten der eigenen Hypothese passend zu machen. Es geht dann um nichts anderes, als sich die Wirklichkeit zurechtzubiegen.

Oder, wie Ludwig Wittgenstein formuliert: **„Die Idee sitzt gleichsam auf der Nase, und was wir ansehen, sehen wir durch sie. Wir kommen gar nicht auf den Gedanken, sie abzunehmen“.**<sup>34</sup>

Das ist nicht nur unprofessionell, das ist weit weg von Wertschätzung und kündigt von purem Egoismus.

Schenkt man dem Klienten dagegen seine ganze Aufmerksamkeit, und gelingt es, dessen abwartende Haltung zu nutzen, wird Paradoxes offensichtlich. Dann glückt es sogar, Zwischentöne wahrzunehmen.

In einem spielt immer noch etwas anderes mit und oft vieles. Diese scheinbar unlogisch angeordneten Puzzleteile zu erkennen und sie als logisch zu begreifen, ist die Kunst, die Therapeuten beherrschen sollten.

Die beiden folgenden Zitate beschreiben genau das.

Luc Ciompi<sup>35</sup> schreibt in „Gefühle, Affekte, Affektlogik“ in seiner vierten These: „Im Größten ist das Kleinste, im Kleinsten ist das Größte, oder: Die Psyche ist fraktal strukturiert“ (Seite 32). Und weiter, „...dass offenbar in jedem vorherrschenden Gefühl alle anderen (Grund-)Gefühle irgendwie noch versteckt enthalten sind: die Liebe im Hass, die Angst in der Wut, die Trauer in der Freude und umgekehrt (Seiten 34, 35).

Hierzu passt auch der Gedanke von Verena Kast und erweist sich in der oben beschriebenen Haltung in der Praxis als äußerst nützlich. „In etwas Äußerem kann sich etwas Inneres offenbaren, in etwas Sichtbarem etwas Unsichtbares, in etwas Körperlichem das Geistige, in einem Besonderen das Allgemeine.“<sup>36</sup>

## **16. Fragen: Wer, Was, Wann, Wo, Wie? Nicht nach dem Warum? fragen**

Mit den fünf W-Fragen kann zielgerichtet gearbeitet werden. Die Warum-Frage wird weggelassen, sie ist nie konstruktiv.

Mit der Warum-Frage wird auch ausgedrückt: "In unserer Familie, Gruppe oder Zweierbeziehung *so* zu denken, fühlen, handeln, *so zu sein* ist nicht in Ordnung. Den Beweis, dass du uns/mich liebst, erbringst du, wenn du *so* denkst, fühlst, handelst wie wir, wie ich". Es lohnt sich, auf die Warum-Frage zu verzichten! Außerdem ist mit dem Warum oft der mahnende Zeigefinger verbunden. Die Warum-Frage kommt uns bekannt vor bei Versagen, bei Nichterfüllen von Forderungen und Wünschen, bei einem Verhalten, was den Eltern nicht gefallen

hätte, und bei ähnlichem mehr. Die damit verbundenen Gefühle sind sofort gegenwärtig, und die Ohren werden verschlossen.

Wir sind in diesem Verzicht in der Regel nicht firm und beginnen in Übungsphasen, Ersatzworte für das Warum zu finden. Darum geht es jedoch nicht, sondern ums Weglassen.

Man bedenke: Wer die Warum-Frage beantworten kann, der hat das Problem nicht mehr oder es ist nicht mehr von großer Bedeutung für ihn.

Manfred Prior nennt sieben W-Fragen. Das sind: **Was, Wann, Welche, Wer, Wie, Woran, Wodurch**<sup>37</sup>. Auch hier taucht die Warum-Frage nicht auf.

### **Auf nicht gestellte Fragen gibt es auch keine Antwort.**

#### **Fragen nach Alternativen.**

Die Antworten auf Fragen nach Alternativen haben nur einen Sinn, wenn sie überprüfbar sind. Und genau das wird auch die Rolle des Therapeuten oder Beraters.

Nach Alternativen fragen, heißt:

Der Klient muss aktiv werden.

Der Klient muss Verantwortung übernehmen.

Der Klient erlebt nach recht kurzer Zeit, dass er nicht ohne Ideen ist.

Der Klient macht die Erfahrung, dass er zwischen den Sitzungen für sich Ideen entwickeln kann.

Der Therapeut bringt sich nicht in die Rolle jemandes, der ständig Vorschläge zu machen hat.

Der Therapeut schafft sich eine Möglichkeit des Abwartens. Er lässt den Klienten das Tempo bestimmen.

Fragen nach Alternativen regen an und zielen auf neue Bewertungen, fragen nach Verbindlichkeit.

Was ist anders, nachdem Sie ...?

Wie reagieren Ihre Mitmenschen, wenn Sie ab sofort...?

Welche Idee oder Anregung haben Sie jetzt?

Haben Sie schon dran gedacht, vielleicht sogar eine Vorstellung, wie Sie das neu machen?

Haben Sie das schon einmal getan?

Sind sie bereit, das zu tun und wann?

Die Antwort wird konkreter und gelingt schneller, wenn vorab dazu ein oder zwei, höchstens drei Symbol(e) gewählt werden.

## **17. Entwicklungspsychologie, Abwehrmechanismen, Angst und Widerstand**

**Dies ist kein Buch, das sich ausführlicher mit diesen vier wichtigen Bereichen unserer Arbeit auseinandersetzt. Da ich in meinen Workshops und anderen Veranstaltungen immer wieder erlebe, dass genau diese Bereiche Kolleginnen und Kollegen große Mühe machen, sie mich insbesondere in der Pause danach fragen und um verständliches Material für Praktiker ersuchen, weil ferner nicht wenige Mails an mich diese Themen zum Gegenstand haben, will ich kurz einige Hinweise und Tipps geben.**

**Entwicklungspsychologie:** Überall dort, wo wir in unserer Arbeit Menschen begegnen, ist es für mich unerlässlich, dass gute Kenntnisse in Entwicklungspsychologie und über Abwehrmechanismen vorhanden sind. Jeder hat seine Geschichte, und jede Schwierigkeit eines Menschen hat sie auch, und immer ist sie mit der Vergangenheit verknüpft. Jede Auseinandersetzung mit Identität beruht auf dem, was vorher war, wie wir wurden, was wir sind. In der Betrachtung einer Lebensstraße ist der unangestregte Blick auf Symbole, Ereignisse und Entwicklungsphasen von großem analytischem Vorteil. Was ist wann gelungen, was missglückt, was erfolgt in der Entwicklung angemessen, was verzögert? Wo werden Defizite ausgeglichen durch Stärken in anderen Altersphasen? Einen gut vergleichenden und schnellen Überblick über Entwicklungspsychologie, zumindest bis zum Erwachsenenalter, findet man in: R. Murray Thomas, Brigitt Feldmann, „Die Entwicklung des Kindes“, Beltz Verlag, Weinheim und Basel 1986

Jeder Mensch ist unendlich oft mit **Abwehr** beschäftigt. Das hat seine Gründe und ist subjektiv notwendig. Abwehrmechanismen zu kennen, zu erkennen, zu deuten und vor allem auch die Ursachen zu verstehen, verhilft zu einer sinnvollen therapeutischen und beraterischen Beziehung. Wir sehen schnell, was wir nehmen müssen, wie es ist, und lassen uns nicht dazu verleiten, Abwehr zu „knacken“. Wann Widerstand nicht mehr notwendig ist, erklärt sich auf anderen Wegen. Einleuchtend wie kaum ein anderer hat für mich Karl König Abwehrmechanismen beschrieben, gerade auch im Sinne therapeutischer Haltung. Titel: Karl König, „Abwehrmechanismen“, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen und Zürich, 1996

### **Angst**

Den Sinn und die Berechtigung von Angst zu verstehen, ist eine weitere Voraussetzung, um mit Klienten angemessen und achtsam zu arbeiten. Nicht selten ist der Therapeut oder Berater in Gesprächen und Sitzungen mit seiner Angst beschäftigt. Und dafür gibt es die unterschiedlichsten Auslöser. So kommt es schnell zu einem verwirrenden Spiel, das nicht leicht aufzulösen ist. In der Arbeit der Angst ihren Schrecken zu nehmen, lohnt sich, um besonnen arbeiten zu können. Als klärende und vorbeugende Lektüre empfehle ich von Fritz Riemann, „Grundformen der Angst – Eine tiefenpsychologische Studie“, Ernst Reinhardt Verlag München und Basel, 1992

### **Widerstand**

Gründe für Widerstand sind fast immer: Gefühle, Motivation – Lust – Unlust, Übertragung und Gegenübertragung. Die jeweiligen Hauptmotive habe ich in Kurzform zusammengefasst. Sie dienen Kolleginnen und Kollegen als klärendes Hilfsmittel und Standortbestimmung, sofern ihnen die Situation unklar ist und sie verwirrt sind.

**Gefühle:** Es wird befürchtet, mit Gefühlen in Berührung zu kommen, wenn sich auf die geforderte Auseinandersetzung, Beziehung etc. eingelassen wird. Um das zu vermeiden, geht der Betroffene aus der Beziehung oder lässt sich nicht auf sie ein. Er praktiziert Verweigerung auf seine Art. Zum Beispiel, indem er sagt: „Ich gehe da mal hin, aber ich sage nichts.“  
Er zeigt wieder verstärkt altes Verhalten.  
Er spürt Verlangen nach Drogen.

**Motivation - Lust - Unlust:** Der Klient taucht ab oder passt sich schnell und unreflektiert an, um Forderungen aus dem Wege zu gehen oder eine Auseinandersetzung zu umgehen. Er macht sich unauffällig, „unsichtbar“. Alles, was subjektiv als Unlust gedeutet, fantasiert, befürchtet wird, ist nicht gewollt.

Auffälliges Verhalten (dagegen sein), Sprache (ablehnend, verletzend) wird angewendet. Der Klient provoziert, lehnt ab.

Er wehrt sich durch Abbruch, Krankheit, Unpünktlichkeit, Verletzungen (auch SVV), provoziert die Entlassung und so weiter.

**Übertragung und Gegenübertragung:** Der Klient erlebt im Gegenüber kurz oder auch längerfristig oder wiederholt ihm bekannte Personen (Eigenschaften wie Verhalten, Aussehen, Sprache, Geruch). Das können Personen aus der Familie sein, wie der ihn nicht liebende Vater, die unzuverlässige Mutter und so weiter. Aber auch der Gefängniswärter, der Polizist etc. Genauso können es Personen sein, mit denen er heimliche Wünsche verbindet (Mitarbeiterin als nährende Mutter) und bestrebt ist, Nähe herzustellen, als sei das Wirklichkeit.

Umgekehrt wird das Gegenüber vom Mitarbeiter/Therapeuten als bekannt erlebt. Wird dies nicht ausreichend reflektiert, sind entsprechende Reaktionen und Verhaltensweisen präsent.

Hier besteht ein enger Zusammenhang. Gerade die Klienten, die sich schon in erlebbarer Entwicklung befinden, ziehen jetzt die „Notbremse“ und beginnen, sich zu verweigern.

Siehe hierzu auch Seite. , „Widerstand und sein Sinn“.

## 18. Ressourcen

Source meint Quelle, Ursprung, und Ressourcen können wir verstehen als: Die Quelle nutzen, sich ihrer zu bedienen, sich an die persönlichen Quellen zu erinnern. Das führt zurück zu Herkunft, Weg und Identität. Auch aus diesem Grund ist die Einbeziehung der Ressourcen in die Arbeit so wichtig.

Wir könnten meinen, mehr müsse dazu nicht gesagt oder geschrieben werden. Nicht aus Überheblichkeit, sondern aus Erschrecken will ich dazu einige Anmerkungen machen.

Das Wort ist in Therapie, Beratung, Supervision, Ausbildungen, Gesprächen mit Kolleginnen und Kollegen in aller Munde.

Aber haben Inhalt und praktischer Gebrauch auch immer ausreichend mit dem Alltag des Klienten oder Teams zu tun? Leider nein!

Ich habe oft den Eindruck, da werde eine „Sau durchs Dorf gejagt“. Denn voller Eifer werden dem Klienten Ressourcen angeboten, eingeredet, nachgetragen, aufgedrückt. Was gibt es noch?

Sich Ressourcen auszudenken, mag im ersten Monat beruhigend und entlastend sein. Jedoch spätestens dann, wenn der Alltag nach der Sitzung eingekehrt ist, haben sie keine Wirkung mehr, weil es nicht die „Reserven“ des Klienten sind. Enttäuschung seitens des Klienten über sich selbst ist da, weil er ja mal wieder was nicht geschafft hat. Es dauert in der Regel lange, bis er versteht, dass das nichts mit ihm selbst zu tun hat. Vielleicht kommt dann in der nächsten Sitzung noch der Teil, in dem sich der Therapeut erkundigt, wie denn die Ressourcen mit welchem Erfolg angewendet worden seien. Im Falle der Verneinung folgt die

Frage: „Haben Sie sich denn ausreichend bemüht?“ Dem ist nichts mehr hinzuzufügen.

Es muss etwas vorhanden sein, auf das man aufbauen kann. Das heißt, Ressourcen müssen oft aufwendig und auf Umwegen gesucht oder die Restbestände (verkümmert wegen Nichtnutzung) ausgegraben werden. Oft liegen sie angestaubt und vergessen in Schubladen.

Nicht selten sind Ressourcen auch in der Anwendung von anderen Menschen verboten, abtrainiert, tabuisiert, geringgeschätzt, verspottet worden. Deshalb werden sie vom Klienten nicht mehr als Ressource genutzt, sondern als Ballast empfunden.

Es ist wie mit lange nicht genutzten Muskeln, die erschlafft sind. Oder wie mit Muskeln, die übertrainiert und vielleicht noch mit Medikamenten gepusht sind.

Machen wir uns wieder einmal klar: Alles ist da, du musst es nur finden.

Das heißt, wir müssen uns gemeinsam auf die Suche machen. Doch wie begibt man sich auf die Suche? Das geschieht unter anderem sehr konstruktiv in Verantwortung des Klienten für sich selbst mit folgendem Handwerkszeug: Lebensstraße und Variationen, Anker, Inseln der Gefühle, Eigenschaften und Ziele oder Fähigkeiten, Innere Bilder nach außen kehren, mit Dornen, Federn, Gold, Sand, Scheiße, Steinen, Watte, Identität. Siehe dazu die entsprechenden Vermittlungen im Kapitel „Interventionen“.

An welchen Lebenserfahrungen werden Ressourcen gemessen? An denen des Therapeuten, der Gruppenmitglieder oder an denen des Klienten? Wenn es den Beteiligten gelingt, sich an der Wirklichkeit des Klienten zu orientieren und alle Überlegungen, Fragen und Versuche daran anzuschließen.

Die Kunst ist es, weder zu viele Schritte vor noch zu viele Schritte hinter dem Klienten zu sein. Dazu kann eine Gruppe wichtige Beiträge liefern. Siehe daher auch „Gruppe, Gruppenstellvertreter, Gruppenklugheit“ und „Therapiesitzungen, Beratungen und die Wirklichkeit“.

Die meisten Ressourcen entstehen in der Lebensgeschichte durch Spannungen, die der Mensch lösen konnte. In Biographiearbeit, wie zum Beispiel mit der Lebensstraße, lassen sich genau diese Ressourcen gut erkennen und für den zukünftigen Gebrauch aktivieren. Bei den Schritten sie wieder zu entdecken, soll der Therapeut eine strenge Rolle einnehmen, damit nur die, die die Bezeichnung auch verdienen, in den Vordergrund rücken. Mogelpackungen können riskant sein.

## **19. Gruppe, Gruppenstellverteter, Gruppenklugkeit**

Die Gruppe ist für mich keine Ansammlung von Problemen, sondern eine Fülle an Fähigkeiten und Lebenserfahrung.

Wann immer es möglich ist, arbeite ich mit einer Gruppe. Dort treffen sowohl gemeinsame Erfahrungen als auch so viele unterschiedliche Bewertungen aufeinander, wie Menschen beteiligt sind. In einem Wechselspiel regt das an und korrigiert zugleich.

Der Klient erfährt, was er gemeinsam hat mit dem einen, dem andern oder sogar mit vielen und das, was nun neu ist für ihn, da er es zum ersten Mal so hört und fühlt.

Das kann nur eine Gruppe leisten. Sie nimmt an die Hand, wie es das Symbol tut. Ich beschreibe kurz einige Techniken, die ich anwende.

**Tatsächlich gibt es eine Gruppenklugheit.** Wie groß die Gruppe auch immer ist, sie fördert die Arbeit und beschleunigt sie.

Gruppenklugheit heißt, dass in diesem Kreis vielfältige Lebenserfahrungen vertreten sind. Dadurch wird in der Runde der Wahrnehmung und des Lautdenkens von den verschiedenen Personen Wesentliches beigetragen.

Klienten, die aus geschlossenem Familiensystem kommen, finden ein Gegenmodell in der Form der Schilderung der Wahrnehmung und des Lautdenkens. Der Klient erfährt etwas direkt oder er kann dem zuhören, was der andere über ihn denkt.

Alles ist offen, und die gegenseitige Wertschätzung augenfällig.

Die Gruppe und einzelne Mitglieder können sich **solidarisieren oder kritisieren**. Fast immer zeigt sich, dass **polarisiert und integriert** wird.

In der Arbeit des einen erkennt sich der andere ganz oder teilweise wieder. Die unmittelbare Erfahrung, mit einem Problem nicht allein zusein, ist unschätzbar wertvoll.

Das kann vom Therapeuten allein nur intellektuell, doch nicht emotional vermittelt werden.

**Die Ersatzgruppe:** Habe ich keine reale Gruppe, dann arbeite ich mit leeren Stühlen, die Namen erhalten. Vielleicht sitzt da der Lehrer, Nachbar, die Urgroßmutter, der Kollege, die Chefin, der Klient als kleines Kind oder, wenn er Kind ist, als Erwachsener. Oft ist auch die Rolle des Fremden, Unbekannten sehr hilfreich, weil von diesem Stuhl ganz andere Sichtweisen angeliefert werden. Bei der Gestaltung ist es wichtig, dass Klienten die Personen und wie sie sitzen sollen (nebeneinander, im Raum verteilt) bestimmen und der Therapeut oder Berater sich dabei zurückhält. In der Arbeit wandert der Klient von Stuhl zu Stuhl und spricht, denkt, fühlt, handelt, soweit es ihm aus der Sicht jenes Menschen gelingt. Um keine Verwirrung anzurichten, ist es sinnvoll, auf die Stühle Namenszettel zu legen.

Je nach Thema, Ziel und Arbeitsphase kann auch nur ein Stuhl dort stehen, auf dem zum Beispiel die Person sitzt, die eine zentrale Rolle spielt. Sie kann dort befragt werden, und/oder der Klient wechselt immer mal wieder auf den Stuhl. Ich selbst begeben mich gelegentlich in andere Rollen, wenn ich alleine arbeite, also keinen Kollegen habe, aber einen brauche. So betrachte ich das, was der Klient sagt, was wir arbeiten, was gefragt wird und noch nicht beantwortet ist, aus der Sicht meiner Mutter oder des Kollegen und Freundes. Beide Menschen kenne ich sehr gut, und wenn ich auf dem entsprechenden Stuhl sitze, mache ich andere Aussagen; ich treffe andere Bewertungen. Praktisch heißt das, ich setze mich auf einen leeren Stuhl und sage dem Klienten, ich stelle die Angelegenheit nun aus der Sicht meiner Mutter dar. Oder es ist der Stuhl des Freundes und Kollegen Adi. Da er Pfeifenraucher ist, nehme ich gelegentlich auch eine kalte Pfeife in den Mund. Das erleichtert mir den Einstieg.

Wichtig ist, die Möglichkeit, Personen einzubeziehen, die real nicht existieren, gut dosiert einzusetzen und nicht irgendein Spiel daraus zu machen. Wenn es punktgenau gelingt, ist die Wirkung beachtlich.

Eine weitere Möglichkeit neuer Betrachtungsweisen und Korrekturen bietet der kleine **Gegenstand in der Mitte**. Ich lege beispielsweise in die Mitte des Raumes oder des Tisches einen Radiergummi und fordere alle Anwesenden auf, es mir gleichzutun mit etwas, das sie bei sich tragen (Uhr, Ring, Schmuckstück, Feuerzeug). Der Klient formuliert nun noch einmal die Sätze, die im Augenblick wesentlich sind. Dabei mag es sich handeln um eine Bewertung, eine Kritik, eine

Frage und vieles andere mehr. Diese Schritte werden wiederholt, bis der Klient sich der Mitte entscheidend genähert hat.

Ich fordere dann alle Anwesenden auf, ihren Gegenstand so nah an das Objekt in der Mitte heran oder so weit entfernt von ihm zu legen, wie der einzelne meint, dass die Aussage des Klienten stimmig ist. Nun plaziert jeder seinen Gegenstand, und der Klient überdenkt, was er da sieht. Es beginnt sofort eine konstruktive Auseinandersetzung, die es dem Klienten leichter macht, sich immer wieder neu und im zweiten Schritt selbst korrigierend damit auseinanderzusetzen, Neues zu wagen. Die Mitmacher können auf Wunsch des Klienten ihre Entscheidungen kurz und knapp begründen. Vielleicht sucht er sich nur einen bis drei Mitmacher aus, die das tun. Zum Beispiel einen, der den Gegenstand nah an die Mitte gelegt, einen, der ihn weit entfernt postiert hat und einen, dessen Gegenstand sich eher in der Mitte davon befindet.

In diese Arbeit können auch Personen einbezogen werden, die real nicht vorhanden sind. In dem Fall legt der Klient den Gegenstand stellvertretend für die imaginären Personen. Das kann besonders wirksam sein, weil er sich nun ja auch in diese Personen hineinversetzen muss.

Die Aussagen in diesem Kapitel gelten neben der Einzelarbeit auch für die Arbeit mit Familien und Teams.

## **20. Strukturen geben Orientierung und Sicherheit**

Warum Struktur? Jeder, der in eine Beratung oder Therapie kommt, ist unsicher. Unsicherheit erzeugt Angst. Mit der Angst geht die Verslossenheit einher. Es ist wie bei kommunizierenden Röhren. Die Verslossenheit ist so klein oder so groß wie die Angst. Gelegentlich lasse ich genau das den Klienten ausprobieren, indem wir einen etwa einen Meter langen, durchsichtigen Schlauch nehmen und gefärbtes Wasser hineingießen. So lasse ich den Klienten die realen Höhen bestimmen. Oft gibt es einen zweiten Schritt, wenn er mit der Menge des Wassers festlegt, wie klein die Angst werden soll, damit die Verslossenheit nicht so mächtig ist.

Wer Angst hat, dem hilft etwas Verlässliches, Klares, Übersichtliches. Daher braucht jeder Klient Strukturangebote, etwas also, das ihm schnell bekannt und vertraut wird. In nicht repräsentativen Untersuchungen zum Thema Angsthierarchie wurde deutlich, dass sich die Angaben über die Ängste in den Sitzungen und Beratungen von anfangs 70 bis 90% auf 10 bis 20 % in der 3. Sitzung veränderten. Danach bewegten sich die Angaben in einem noch kleineren Prozentbereich und das recht konstant.

Dazu versuche ich von Beginn an, folgende fünf einfache Strukturen anzubieten. Wir wiederholen Strukturelemente, wo immer es möglich ist.

- Das ist jedes Handwerkszeug, das Klienten kennen- und nutzen lernen.
- Der Gefühlstern wird immer wieder von mir angeboten oder vom Klienten eingefordert, wenn emotionale Unklarheiten oder Irritationen wahrgenommen werden. Das gilt auch für mich selbst. Wenn ich nicht mehr verstehe, wo sich der Klient emotional befindet, oder wenn ich selbst von dem Thema so betroffen bin, dass meine therapeutische oder beraterischen Distanz verlorengeht, klären wir Verschwommenes mit Hilfe des Gefühlsterns. Siehe dazu auch die Intervention „Gefühlstern“.

- Wann immer der Klient meint, es sei für ihn nützlich, in zeitlichen Abschnitten zu arbeiten und zu verstehen, teilen wir die Vorgänge in kurz-, mittel- oder langfristige Zeiträume ein.
- In Anlehnung an Elemente der kognitiven Verhaltenstherapie benutze ich in einigen Abänderungen vereinfacht die folgende Handlungskette, damit der Klient weiß, wo er sich in seinem Agieren befindet und welches Verhalten nötig sein kann, um Veränderungen zu erzielen. Die Glieder dieser Kette sind: **Ereignis - Wahrnehmung - Erfahrung - Bewertung - Gefühl - Handlung**. Klienten lernen diese Kette schnell emotional zu verstehen und praktisch zu nutzen. Deutlich wird an realen Ereignissen in der Vergangenheit oder Gegenwart die zentrale Rolle von Erfahrung und Bewertung. Der Klient versteht emotional, dass die Bewertung über das Gefühl entscheidet. Er wird sich auch seiner Verantwortung bewusst und der Möglichkeit, Einfluss auf die Änderung von Gefühlen zu haben. Erfahrung ist immer einzigartig. Charles W. Morris beschreibt das für mich sehr treffend. „Der Mensch hat Erfahrungen. Diese Erfahrungen stellen für ihn die letzte Realität dar. Wie die Dinge beschaffen sind oder wie sie beschaffen wären, wenn sie nicht Erfahrungen würden, oder wenn sie von Wesen erfahren würden, die sich vollständig vom Menschen unterscheiden, kann der Mensch nicht wissen. Unser Wissen oder unser Denken ist selbst lediglich ein Element innerhalb der Erfahrung, weshalb es die Erfahrung niemals erklären kann, da wir niemals etwas außerhalb der Erfahrung sehen können, mit dessen Hilfe die Erfahrung „erklärbar“ würde.“<sup>38</sup>  
Ich nutze für diese Arbeiten den Teil Programmänderungen – Lösungen aus alten Mustern, der sich in den Schneider-Therapiekarten befindet, und sechs eingeschweißte DIN- A4- Blätter mit der Aufschrift W Erfahrung, Wahrnehmung und so weiter (siehe oben) umfasst.

Das folgende Beispiel erklärt Bewertungen auf besondere Weise. Leider fehlt die genaue Quelle. Der Text wurde mir am 5.9.2011 Januar 2012 als Mail geschickt. „Die Journalistin Barbara Walters schrieb vor vielen Jahren einen Beitrag über Rollenverständnis in Kabul, Afghanistan. Sie bemerkte, dass Frauen üblicherweise 5 Schritte hinter ihren Männern laufen. Vor kurzem kehrte sie nach Kabul zurück und beobachtete, dass die Frauen trotz des Sturzes des unterdrückenden Taliban-Regimes immer noch hinter ihren Männern laufen. Die Frauen schienen zufrieden damit, diesen alten Brauch beizubehalten.

Frau Walters sprach eine der Frauen an und fragte, warum sie so glücklich sei bei der Ausübung eines alten Brauches, für dessen Abschaffung die Frauen einst so verzweifelt gekämpft hatten.

Die Afghanin schaute der Journalistin in die Augen und antwortete ohne zu zögern: "Landminen"!

**Arbeitsschritte**, wie sie in dem gleichnamigen Kapitel beschrieben sind, bilden ein weiteres klares Strukturelement.

**Bewertungen führen zu Hypothesen** und sie sind in der jeweiligen Situation das Ergebnis zwischen der individuellen Lebenserfahrung und dem soeben erlebten mit dem Klienten, eines Teams, einer Gruppe, einer Familie. „Mit Hilfe der Interpretation ist Mensch in der Lage eine Hypothese aufzustellen“, so Michael Gazzaniga in einem Spiegelinterview.<sup>39</sup>

## 21. Arbeitsschritte

Die einzelnen Schritte beziehen sich auf die Arbeit mit den Therapiekoffern, nicht immer auf die anderen Interventionen. Bei der Beschreibung der einzelnen Interventionen erfolgt daher stets ein Hinweis zum Vorgehen.

Der Klient berichtet über seine Situation so, dass der Therapeut eine Vorstellung von seinem Anliegen bekommt. Um was geht es, was will ich verstehen, was herausfinden, klären, planen?

Die Inhalte der Koffer werden vorgestellt, und zwar auf eine Art und Weise, in der das Material nicht in den Vordergrund gerät. Es bleibt ein **Handwerkszeug**, nicht mehr und nicht weniger. Daher erfolgen die Erläuterungen des Therapeuten oder Beraters dazu eher **beiläufig, sachlich und bescheiden**.

Gemeinsames Herausfinden und **Entscheidung über ein Handwerkszeug**. Dazu stellt der Therapeut das Handwerkzeug so vor, dass der Klient eine Entscheidung treffen kann. Eine Zeit für die Dauer dieses Arbeitsschrittes wird festgelegt; in der Regel sind das 10 bis 15 Minuten. Handelt es sich um die Arbeit mit der Lebensstraße, richtet sich die Dauer nach dem Alter des Klienten. Ist der Klient 25 Jahre alt, so einigt man sich auf 20 Minuten. Ist er 38 Jahre alt, dann kann es 30 Minuten sein. Die Zeiten sollen eher kurz bemessen sein. Werden sie überschritten, so ist das in Ordnung. Der Klient begibt sich mit den Materialien an einen Platz im Raum, wo er ungestört und ohne Einfluss des Therapeuten arbeiten kann. **Alle Verantwortung für sich ist und bleibt immer bei ihm selbst**. Die folgenden Arbeitsschritte werden erläutert.

Klientin, Klient, Gruppe, Team beginnen mit der Arbeit. Gearbeitet wird in der Regel auf dem Fußboden. Das ergibt sich aus der Größe des Materials. Kann jemand nicht in dieser Haltung arbeiten, dann werden entsprechend viele Tische zusammengestellt oder eine andere geeignete Arbeitsfläche geschaffen. Sich für die Arbeit auf den Fußboden zu begeben, hat den Vorteil, dass in einer anderen emotionalen Atmosphäre gearbeitet wird. Klienten berichten gelegentlich später, sie hätten sich so besser auf die Arbeit einlassen können und sich ein Stück zurück in die Kindheit versetzt gefühlt.

Klienten berichten von einer Selbstvergessenheit, in der sie sich im Spiel im Tun verlieren, lassen sie sich auf diese Arbeit ein.

**Die Arbeit ist beendet. Hört der Therapeut, beziehungsweise die beteiligte Gruppe zu**, lässt sich erklären, was zu sehen ist.

**Wo sitzt der Therapeut?** In der Regel gegenüber dem Klienten. So ist eine genaue Beobachtung möglich. Hat der Klient Angst, dann bestimmt er den Platz des Therapeuten. Meist bittet er darum, dieser möge sich neben ihn setzen.

Der Therapeut und die anderen Klienten oder (wenn es eine Gruppe gibt) Familienmitglieder, Teammitglieder stellen **Sachfragen**. Der Therapeut achtet darauf, dass es tatsächlich reine Sachfragen und keine Interpretationen durch die Hintertür sind - geplant oder unbeabsichtigt. **Die Fragen sollen sich immer auf das beziehen, was zu sehen ist**. Alle anderen Fragen gehören hier nicht hin. Dies ist zu Beginn dieses Arbeitsschrittes am besten an einem oder zwei Beispiel(en) zu erklären.

Alle Anwesenden, die bei der Erläuterung durch den Klienten beteiligt sind, haben den Auftrag, ihn genau wahrzunehmen. Sie sind aufgefordert, ihm ihre **Wahrnehmungen** zu schildern. Es geht um Mimik, Gestik, Sprache, Gesichtsfarbe, Körperhaltung und die Veränderungen, während der Klient berichtet. Wie verändert wirken das Gesicht, die Augen, die Augenbrauen, die Haltung des Kopfes, wie ist wann die Sitzhaltung, was wird berührt? Wichtig sind die Kleinigkeiten, die Augenblicke und Zwischentöne. Was wahrgenommen wurde, wird dem Klienten direkt geschildert. Er hört zu und fragt nicht nach.

Der Leiter der Sitzung achtet darauf, ob zu allen Bereichen, nämlich dem visuellen (optische Wahrnehmung), dem haptischen (Anfassen, „Begreifen“) und dem auditiven Bereich (Hören und Sprechen) ausreichend Material beisammen ist. Er fragt bei den Schilderungen von Wahrnehmung zu den Bereichen nach, zu denen bis dahin wenig gesagt worden ist.

**Wahrnehmung darf keine Deutung sein.** Berater, Therapeuten und Klienten hat darin oft wenig Übung und arbeitet nicht sauber. „Als du von der Mutter gesprochen hast, warst du nervös.“ So könnte eine Schilderung lauten. In dem Wort „nervös“ liegt eine Deutung, und der Klient erfährt nicht, woran der Beobachter gemerkt hat, dass er nervös war, falls er es wirklich war. Die Schwierigkeiten liegen am Anfang darin begründet, dass es diesbezüglich keine ausreichende Vermutung gibt oder ein Teilnehmer seine Hypothesen durch die Hintertür einzubringen trachtet.

In beiden Situationen stoppt der Therapeut dieses Vorgehen und begründet es erneut.

Wahrnehmung ist eines der wichtigen diagnostischen Mittel, und die gilt es hier zu nutzen. Klienten nehmen sich in der Regel nicht gut wahr, wenn sie ihre Arbeit erklären.

**Sie brauchen also einen Spiegel und keinen Deuter.**

Der Klient hört in dieser Arbeitsphase zu, fragt nicht nach, begründet nicht.

**Frühe Deutungen durch die Beteiligten sind deswegen so gefährlich, weil der Klient sie unter der Überschrift „Der Therapeut hat gesagt“ als Tatsache übernimmt und an dieser Stelle auch aufhört zu arbeiten. Das tun ja die anderen für ihn. Deutungen können auch dazu führen, dass der Klient verwirrt wird und aussteigt.**

**Laut denken.** Nun hört der Klient den anderen zu, die laut denken, was sie bewegt, sie äußern sich über ihre Hypothesen. Es darf alles mit der gebotenen Wertschätzung geäußert werden. Beteiligte können sich befragen und einen Dialog führen. Nach angemessener Zeit stellt der Therapeut dem Klienten die Frage, was von dem Gehörten ihn wie beschäftigt. Was er gern höre, was nicht? In der Regel beginnt der Klient selbst, Inhalte, Ergebnisse, Diagnosen zu formulieren und ist sich auf diesem Weg näher und von weniger Widerstand begleitet, als wenn alles von außen käme.

Sind keine weiteren Personen beteiligt, bin ich also mit dem Klienten allein, so stelle ich zuweilen zwei Stühle in den Raum und setze mich abwechselnd auf den einen und den anderen. So schlüpfe ich in die Rolle meiner Mutter oder eines guten Freundes, der auch als Therapeut arbeitet. Das sind zwei Menschen, die ich sehr gut kenne. Ich schlüpfe in deren Rolle und wähle andere Worte, als wenn ich für mich spräche. Diese Veränderung gilt auch für den Wahrnehmungsteil.

**Wie geht es weiter?** Aus dieser Situation werden mit dem Klienten die Arbeitsschritte in dieser oder der nächsten Sitzung, vielleicht auch für die Zeit zwischen den Sitzungen besprochen und festgelegt. Hier gilt Verbindlichkeit, aber kein Dogma.

**Das Protokoll.** Die Darstellung wird fotografiert. Dazu gibt es Anregungen. Beispiele dazu findet man bei der Beschreibung der Interventionen. Die Möglichkeit, Bilder über das Internet zu verschicken, eröffnet Gelegenheit zum Weiterarbeiten und Einbeziehen anderer Personen. Das kann sein: Zwischen Klient und Therapeut, Klient und Eltern oder Elternteil, Klient und Partner, Klient und Kind(ern), Supervisor und Team, Klient und Berater und so weiter.

**Der Klient räumt die Materialien zum Schluss in die dafür vorgesehenen Koffer etc. zurück.** Aus Hilfsbereitschaft oder aus anderen Gründen wollen Mitbeteiligte den Klienten gern dabei helfen. Zuvor ist es wichtig, sich vom Klienten dazu ein Ja geben zu lassen. Oft fühlt er sich den Symbolen so eng verbunden, dass er sie als einen Teil von sich betrachtet. Das ist auch der Grund, warum Klienten Hilfe oft ablehnen. Willigt der Klient ein, dann ist Hilfe erlaubt.

**Gruppenklugheit:** Wie groß die Gruppe auch immer ist, sie fördert die Arbeit und beschleunigt sie.

Gruppenklugheit heißt, dass die Runde auf vielfältige Lebenserfahrungen trifft. Daraus folgt, dass die Klienten hinsichtlich der Wahrnehmung und des Lautdenkens Wesentliches beitragen.

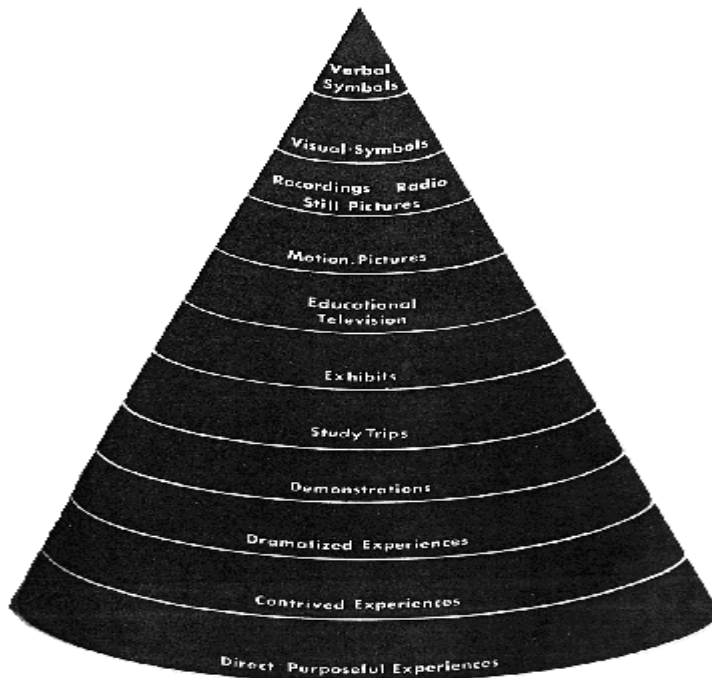
Klienten, die aus geschlossenem Familiensystem kommen, in ihm leben (das ist sehr oft der Fall), finden ein Gegenmodell in der Form der Schilderung der Wahrnehmung und des Lautdenkens. Der Klient erfährt etwas direkt, oder er kann dem, was der andere über ihn denkt, zuhören. Alles ist offen und wertschätzend.

**Ziel:** Wahrnehmen, was sich verändert hat. Wissen, alles Neue muss wachsen, angemessen in Zeit und Zugehörigkeit zu sich selbst. Kommt das Neue hinzu, soll das Neue dem Ich als zugehörig, immer weniger fremd erlebt werden. Erst dann gehört es zu mir.

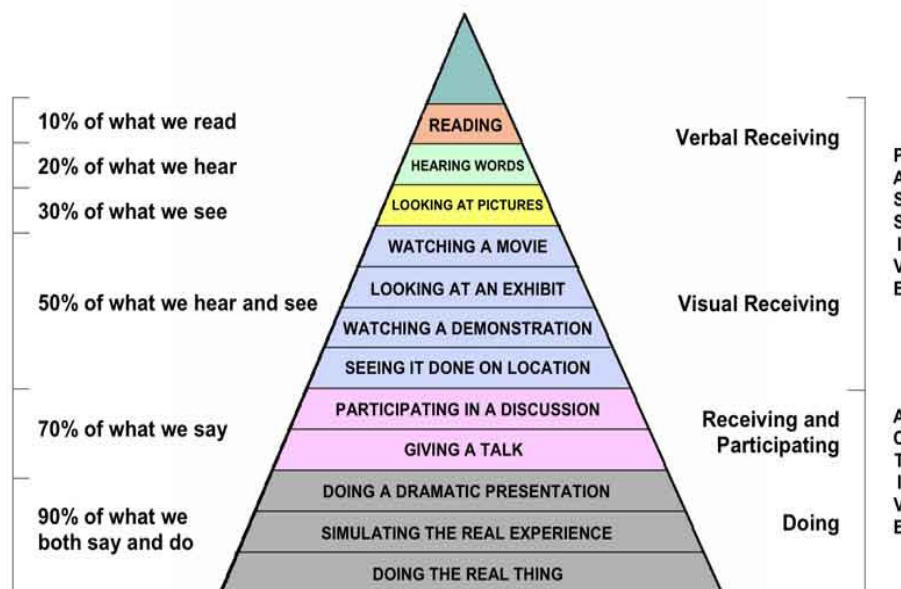
## 24. Quellen und Hinweise

- <sup>1</sup> Violet Oaklander, „Gestalttherapie mit Kindern und Jugendlichen“, Klett-Cotta Stuttgart 1984, 2. Auflage, S. 210
- <sup>2</sup> Donald Sandner, So möge mich das Böse in Scharen verlassen – Eine psychologische Studie über Navajo-Rituale, Walter Verlag, Solothurn und Düsseldorf, 1994, S. 22
- <sup>3</sup> Susanne K. Langer, Philosophie auf neuen Wegen-Das Symbol im Denken, im Ritus und in der Kunst, Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt am Main 1984
- <sup>4</sup> David J. Grove und B.I. Panzer, Das Trauma heilen – Metaphern und Symbole in der Psychotherapie, Verlag für Angewandte Kinesiologie GmbH, Freiburg im Breisgau, 1992, S. 17
- <sup>5</sup> Diese Arbeit mit Symbolen hat nichts mit Esoterik zu tun.
- <sup>6</sup> Gefunden in Bild der Woche, Nr. 31, 28.7.2011, S. 46
- <sup>7</sup> Zitiert nach „Kein Gen für die Faulheit“ – Die Gehirnforschung unterschätzt Gefühl und Erfahrung (Geistesgrößen 3 über Gerald Hüther) von Elke Schmitter, Der Spiegel, 32/2007, S. 142/143  
In diesem Zusammenhang sind folgende Titel von Gerald Hüther zu empfehlen  
Die Macht der inneren Bilder – Wie Visionen das Gehirn, den Menschen und die Welt verändern“, Vandenhoeck & Rupprecht, Göttingen, 208,137 Seiten und „Biologie der Angst – Wie aus Streß Gefühle werden“, Vandenhoeck & Rupprecht, Göttingen, 7. Auflage 2005, 130 Seiten
- <sup>8</sup> Interview: Jörg Blech, Gerald Traufetter, SPIEGEL SPECIAL 4/2006  
<http://www.spiegel.de/spiegel/spiegelspecial/d-47216865.html>  
Siehe auch: Eric Kandel: "Auf der Suche nach dem Gedächtnis". Siedler Verlag, München; 524 Seiten
- <sup>9</sup> Antonio R. Damasio, Selbst ist der Mensch, Siedler Verlag München Nov. 2001
- <sup>10</sup> [http://de.wikipedia.org/wiki/Autobiographisches\\_Ged%C3%A4chtnis](http://de.wikipedia.org/wiki/Autobiographisches_Ged%C3%A4chtnis)
- <sup>11</sup> Gut verständlich und wissenschaftlich korrekt gibt Kirstin Meir in: PM, Heft 1/2012, S. 32 bis 38 unter dem Titel „Wann beginnen wir uns zu erinnern? Einen schnellen und vielschichtigen Überblick zum Thema. Um die Quellen von Mark Howe (Universität Lancaster), der in diesem Beitrag erwähnt wird, ein zu sehen, bitte deine Homepage wählen: <http://www.psych.lancs.ac.uk/people/MarkHowe.html> . Howe hat wesentliche Forschungen zu diesem Thema veröffentlicht.
- <sup>12</sup> Dazu empfehle ich zu lesen Hans-Peter Kapfhammer, „Autobiografisches Gedächtnis und dissoziative Störungen“, in: Persönlichkeitsstörungen: Theorie und Praxis (PPT), 2010 14 Nr.4, S. 272-283
- <sup>13</sup> Ich empfehle die nachfolgende Quelle zu öffnen und vollständig zu lesen: [http://www.uni-bielefeld.de/Universitaet/Einrichtungen/Zentrale%20Institute/IWT/FWG/Gedaechtnis/Gedaechtnissysteme\\_Auto.html](http://www.uni-bielefeld.de/Universitaet/Einrichtungen/Zentrale%20Institute/IWT/FWG/Gedaechtnis/Gedaechtnissysteme_Auto.html)
- <sup>14</sup> Übersichtlich und beeindruckend werden im dtv-Atlas zur Psychologie, Band 1, von Hellmuth Benesch, Deutscher Taschenbuch Verlag, München, 1987 unter Exponierung (Heraushebung) (S. 141) neun Exponierungen beschrieben, die den Zusammenhang von Erlebnis - Emotion und Erinnerung beschreiben. „Welche Erlebnisse die Qualität „unvergesslich“ erhalten, dafür gibt es eine Menge Untersuchungen seit den 20er Jahren (Sander 1927; Benesch 1973; Monden-Engelhardt, 1986) wurden bei verschiedenen Altersstufen die „unvergesslichen Erlebnisse“ eruiert (dtv - Atlas Bd. 1, S. 141)
- <sup>15</sup> Das kann das Ja-Wort bei einer Heirat sein. Genau so aber auch ein Nein, was einem sehr schwer gefallen ist, es endlich aus zu sprechen. Oder, wie mir ein Klient sagt, erstmals mutig nach dem Weg gefragt haben. Bis dahin hat er oft extrem viel Zeit genraucht, um dort an zu kommen, wo er hin musste. Daher kam er nicht selten verspätet an oder ist auffällig früh aus dem Haus gegangen. Jedem Leser werden zahlreiche Beispiel von sich selbst oder von Freunden einfallen.
- <sup>16</sup> Diese Zahlen werden seit vielen Jahren immer wieder so oder so ähnlich zitiert. Meistens werden keine oder selten Angaben zur Quellen gemacht. Der eine übernimmt es wohl vom anderen ohne Nachprüfungen. Ich gebe hier alle Hinweise wieder, die ich in diesem Zusammenhang als wesentlich betrachte und in der Gesamtheit auch al Beleg akzeptiere. Nach Recherchen, die immer noch nicht beendet sind, komme ich zu dem Entschluss zu sagen, dass diese Aufteilung und Hierarchie von Edgar Dale (1946) stammt und den Ausdruck in der nach stehender Lernpyramide (ohne Zahlen) fand.  
Die Zahlen stammen wohl von Paul John Phillips, der an der University of Texas in Austin arbeitete und Traings für die Erdölindustrie abhielt. Während des 2. Weltkriegs unterrichtete Phillips Visual Aids an der U. S. Army's Ordnance School in Aberdeen (Maryland), wo diese Zahlen erstmals publiziert wurden (vgl. Thalheimer, 2006).

Auch nach Thalheimer (2006) stammen die Überlegungen zu dieser "Lernpyramide" von Edgar Dale (1969), der in seinem schon früher publizierten Cone of Experience eine Abstufung unterschiedlicher Aktivitätsformen beim Lernen darstellte (Grafik nach Thalheimer, 2006):



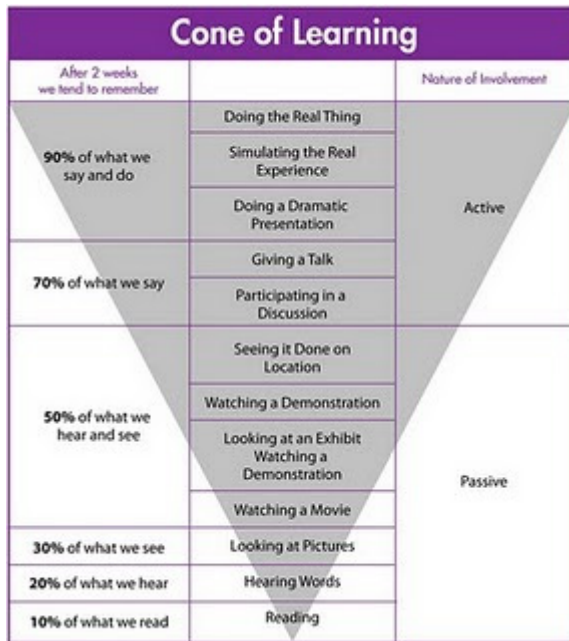
Dieses von Dale 1946 also eher intuitiv und explizit ohne Zahlen publizierte Modell entwickelte in der Folge ein Eigenleben. Daraus wurde durch Interpretationen anderer schließlich



Diese sehr gut aufbereiteten Angaben habe ich gefunden bei:

<http://arbeitsblaetter.stangl-taller.at/LERNEN/Lernstrategien.shtml>

Die auf den Kopf gestellt Graphik macht sicher deutlicher, auf was bei der Vermittlung zu achten ist.



Quelle: <http://capitalisinvest.blogspot.com/2010/04/cone-of-learning.html>

Hier sind zahlreiche Abbildungen zum Thema zu finden. Die Abbildungen sind mit :

[http://www.google.de/search?q=Edgar+Dale&hl=de&client=firefox-a&hs=t66&rls=org.mozilla:de:official&prmd=ivnsbo&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=TrQnToi5LMzs\\_gauuOHKCQ&ved=0CCgQsAQ&biw=1262&bih=845](http://www.google.de/search?q=Edgar+Dale&hl=de&client=firefox-a&hs=t66&rls=org.mozilla:de:official&prmd=ivnsbo&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ei=TrQnToi5LMzs_gauuOHKCQ&ved=0CCgQsAQ&biw=1262&bih=845)

Zitiert werden diese Daten auch im „Handbuch der Weiterbildung für die Praxis in Wirtschaft und Verwaltung“, Bd.5, Der Trainer in der Erwachsenenbildung Einhard Schrader (Autor), Arnulf Gottschall (Autor), Thomas Runge (Autor), 1984, S. 48-49.

Die Autoren behaupten, dass eine Untersuchung im Rahmen von „Jugend forscht“ die Zahlen bestätigt.

E. Schrader teilt mir zu dieser Quelle folgendes mit: Ich habe aber unter Kollegen herumgefragt und folgende Antwort von dem Mitautor Arnulf Gottschall bekommen:

Nun zu deiner Frage: Die Kurve haben wir immer schon benutzt, weil sie einfach plausibel ist. (Moderatoren sind eben pragmatisch). Und als die Frage auftauchte, woher wir die eigentlich haben, habe ich recherchiert und einen Artikel über ein Projekt bei „Jugend forscht“ gefunden, die folgendes Experiment gemacht haben:

Zuerst wurden Teilnehmern 10 Gegenstände vorgelesen und die Behaltensquote gemessen, dann wurden die Namen der 10 Gegenstände auf eine Tafel geschrieben und wieder gemessen. Im dritten Schritt waren die Gegenstände auf einem Tisch ausgebreitet und konnten angeschaut werden und im vierten Schritt konnten die Probanden die Gegenstände in die Hand nehmen. Die Messung der Behaltensquote war ganz ähnlich unserer Kurve. Deshalb steht ja auch in der Fußnote, dass die Ergebnisse im Rahmen von „Jugend forscht“ 1982 bestätigt wurden. Über die Geschäftsstelle von „Jugend forscht“ sind diese Angaben nicht mehr zu erhalten. Dort wird vermutet, dass es sich um Experimente im Regionalen Bereich gehandelt hat.

Hier findet man eine ebenfalls kritische Betrachtung über diese Zahlen weiterer Hinweis auf das Chaos der Quelle(n):

[http://goliath.ecnext.com/coms2/gi\\_0199-571890/The-ten-percent-solution-anatomy.html](http://goliath.ecnext.com/coms2/gi_0199-571890/The-ten-percent-solution-anatomy.html)

Interisland ouch: To date, all efforts to locate the source of this claim have failed because all trails have led to dead ends. For example, a 1988 paper by Felder and Silverman repeats the claim and cites a 1987 paper by Slice as their source. The Slice paper in turn speaks of "some data from the old Socony-Vacuum Oil Company. (The source indicates the data are from the 1930s or 1940s, but I have no other information)."

(Alle Bemühungen, die Quelle ausfindig zu machen, sind bisher gescheitert, weil alle Spuren letztlich ins Leere gingen. Beispiel: Ein Papier von Felder und Silbermann wiederholt diesen Anspruch und gibt als seine Quelle ein Papier von Slice aus dem Jahre 1987 an, das Slice Papier wiederum spricht von „einem Datum der old Socony - Vacuum Oil Company“ (Diese Quelle erwähnt als Datum die 1930er oder 1940er Jahre, aber ich habe keine andere Information“).

<sup>17</sup> Daniel L. Schacter, Wir sind Erinnerung. Gedächtnis und Persönlichkeit, 1. Auflage Reinbek bei Hamburg, Rowohlt Verlag 1999, S. 22f

<sup>18</sup> Zitiert nach „Ernst Barlach Käthe Kollwitz „Über die Grenzen der Existenz“, Ausstellungstexte, Ratzeburg o.J., (Die Ausstellung fand 2010 statt), S. 26

<sup>19</sup> Gustav Jung wurde am 26. Juli 1875 geboren und studierte Medizin in Basel. Zusammen mit Eugen Bleuler führte er die Psychoanalyse Freuds in die Psychiatrie ein. Nach rund sechsjähriger Freundschaft trennte er sich Ende 1912 von Freud wegen theoretischer Differenzen und entwickelte seine eigene Analytische Psychologie. Er starb im Alter von 85 Jahren am 6. Juni 1961 in Zürich. Im Zusammenhang mit meinem Thema ist Jung deshalb so wichtig, weil Symbole in seinem Werk, in seiner praktischen Arbeit eine wesentliche Rolle spielen. Die Rolle der Symbole finden wir insbesondere in den Werken „Archetypen“, „Wandlungen und Symbole der Libido“ und in „Der Mensch und seine Symbole“ wieder. Für meine Arbeit ist aus dem Werk Jungs besonders bedeutend, dass der Archetyp das Bild im weitesten Sinne und die Emotionen ausmacht. Sie sind nicht trennbar zu betrachten („Der Mensch und seine Symbole“, S. 96). Und: „Aber da viele Leute Archetypen behandeln, als ob sie Bestandteile eines mechanischen Systems wären, das man mit einiger Übung erlernen kann, muss ich betonen, dass es nicht nur Namen oder philosophischen Begriffe sind. Es sind Bestandteile des Lebens selbst – Bilder, die mit dem lebendigen Menschen durch die Brücke der Emotion verbunden sind. Deshalb ist es unmöglich, einem Archetyp eine willkürliche (oder allgemeingültige) Deutung zu geben. Man muss ihn so deuten, wie es der Lebenssituation des betreffenden Menschen angemessen ist (S. 96).“

<sup>20</sup> Bei Sigmund Freud finden wir die Auseinandersetzung mit Symbolen vorwiegend im Bereich und der Technik der Traumdeutung<sup>20</sup>. Dort beschreib und unterscheidet er 4 Mechanismen der Traumstellung und Zensur: Verdichtung, Verschiebung, Rücksicht auf Darstellbarkeit, Symbolisation. Die Symbolsprache betrachtet Freud als eine Art Geheimcode auf und die Traumdeutung als dessen Dechiffrierung. In der Traumdeutung empfiehlt er ein sorgfältiges Studium der Symbole in besonders durchsichtigen Träumen, in denen die Bedeutung des Symbols festgestellt werden kann. Symbolisierung wiederum ist der wichtigste Bestandteil in der Traumtheorie. In der psychoanalytischen Literatur spielt sie eine große Rolle.

<sup>21</sup> Humberto Nagera. Auf Kuba geboren Medizinstudium in Havanna und dort Tätigkeit als Psychiater, Seit 1968 Professor und Psychiater in der USA In seinen Psychoanalytischen Grundbegriffen beschreib er die Bedeutung der Symbolik auf S. 313 und 314 so: „Das Symbol ist ein stellvertretender, anschaulicher Ersatzausdruck für etwas Verborgenes, mit dem es sinnfällige Merkmale gemeinsam hat oder durch innere Zusammenhänge assoziativ verbunden ist. Sein Wesen liegt in der Zwei- oder Mehrdeutigkeit“ (S. 313). Die Sprache der Symbolik kennt keine Grammatik. Sie ist dem Extremfall einer Sprache, die nur aus Infinitiven besteht, selbst Aktiv und Passiv werden kann durch ein und dasselbe Bild dargestellt. Ein Symbol kann zwei oder mehrere Bedeutungen haben, die von den Assoziationen des Patienten abhängen: andererseits können sich mehrere Bedeutungen in ihm verdichten. Von individuellen Bedingungen ist es weitgehend unabhängig. Ein Individuum kann einem regelmäßig gebrauchten Symbol keine neue Bedeutung verleihen; es kann nur aus den verschiedenen Bedeutungen eines Symbols die für seine Zwecke passende auswählen. Für eine andere Bedeutung muß es ein anderes Symbol wählen. Diese Beschreibung, Feststellung, Betrachtung entspricht zu 90 Prozent meinen Erfahrungen in der Nutzung von Symbolen in Therapie, Beratung und Supervision S. 314)

<sup>22</sup> Verena Karst, 1943 in Wolfhalden, Schweiz geboren. Professorin für Psychologie an der Universität Zürich sowie Dozentin und Lehranalytikerin am dortigen C. G. Jung-Institut Wie kaum eine andere hat Verena Kast die theoretischen und praktischen Grundlagen von Carl Gustav Jung weiterentwickelt und ihre Ergebnisse vor allem in dem Buch „Die Dynamik der Symbole“ vorgestellt. Konsequenter hat sie zu allem theoretischen aus dem Jungchen Werk einen Bezug zur therapeutischen Praxis hergestellt und beschreibt diese sehr anschaulich.

Bei Jung und somit auch bei Kast geht es weniger um konkrete, also greifbare Symbole. Das trennt nicht, aber es unterscheidet deutlich von meinem Handwerkszeug konkreter Symbole, also greifbarer Gegenstände.

Trotzdem finde ich eine Fülle von Einstellungen, Haltungen, Zielen und praktischem tun, die ich in der eigenen Arbeit erlebe.

Insbesondere in dem Kapitel „Symbol und Therapieziel“ sind äußerst bedeutsame Beschreibungen zu finden, die für praktische Anwendungen und therapeutische Haltungen wesentlich sind. So schreibt Verena Kast unter anderem: „Werden Symbole in einem therapeutischen Prozess erlebbar, dann machen wir die Erfahrung, dass wir uns lebendiger, emotionaler fühlen, d.h., die Auseinandersetzung des Bewusstseins mit dem Unbewussten findet satt.

Am Symbol werden unsere ganz speziellen aktuellen Schwierigkeiten sichtbar, aber auch unsere ganz besonderen Lebens- und Entwicklungsmöglichkeiten; in den Schwierigkeiten liegen ja auch die Entwicklungsmöglichkeiten (S. 40).“

<sup>23</sup> Dora M. Klaff, Sandspiel – Seine therapeutische Wirkung auf die Psyche, Ernst Reinhardt Verlag, München und Basel, 3. Auflage 1996. Es empfiehlt sich auch zu lesen „Konzepte und Anwendung des Sandspiels, Fußnote 21

<sup>24</sup> Maria-Elisabeth Wollschläger und Gerhard Wollschläger, Der Schwan und die Spinne – Das konkrete Symbol in Diagnostik und Psychotherapie, Verlag Hans Huber, Bern., 1998

- 
- <sup>25</sup> Danie Beaulieu, Impact-Techniken für die Psychotherapie, Carl-Auer Verlag, Heidelberg, 4. Auflage 2012, 144 Seiten
- <sup>26</sup> Petra Klenke, Schizophrenie - PEGASUS und Schneider Therapiekoffer – ist eine Verknüpfung beider Ansätze möglich? Bachelortesis, Fachhochschule Kiel, August 2010, 68 Seiten. Die Autorin unternimmt den Versuch, die Sinnhaftigkeit der Verknüpfung an praktischen Beispielen zu belegen.
- <sup>27</sup> Erich Kästner, „Als ich ein kleiner Junge war“, Aufbau Verlag Berlin und Weimar, 1. Auflage 1978, S. 34
- <sup>28</sup> Erich Kästner, Gewisse Ehepaare, in: Doktor Erick Kästners Lyrische Hausapotheke, dtv, München Bd.11001, 19. Auflage 2003 (Erstaufgabe 2936), S.128
- <sup>29</sup> Antoine de Saint-Exupéry, Der kleine Prinz, Kapitel XXI, Karl Rauch Verlag, 1950 und 2008, S. 90 und Antoine de Saint- Exupéry, „Brief an die Franzosen“(1942), Karl Rauch Verlag, Düsseldorf 1956, Gesammelte Schriften in drei Bänden, Band 3, S. 214
- <sup>30</sup> George Berkeley (1684 bis 1753), zitiert nach Charles W. Morris, „Symbolik und Realität“, Suhrkamp Verlag, Frankfurt/Main 1981, 368 Seiten, stw 343, S. 31
- <sup>31</sup> George Berkeley, Eine Abhandlung über die Prinzipien der menschlichen Erkenntnis, Felix Meiner Verlag, Hamburg, 2004
- <sup>32</sup> Ernst Cassirer, Philosophie der symbolischen Formen, Dritter Teil: Phänomenologie der Erkenntnis, Wissenschaftliche Buchgesellschaft, Darmstadt, 1954, 10., unveränderte Auflage 1994, S. 4f
- <sup>33</sup> Zitiert nach: Rie Rogers Mitchel und Harriet S. Friedmann, „Konzepte und Anwendungen des Sandspiels“, E. Reinhardt Verlag München Basel, 1997, 207 Seiten, S. 42
- <sup>34</sup> Ludwig Wittgenstein, „Philosophische Untersuchungen, § 103, S. 76, Suhrkamp Verlag Frankfurt am Main, 1971
- <sup>35</sup> Luc Ciompi, „Gefühle, Affekte, Affektlogik, Picus Verlag Wien,2. Auflage 2007, (Wiener Vorlesungen Im Rathaus, Vortrag 9. Mai 2001), S. 34 und 35
- <sup>36</sup> Verena Kast, a.a.O, Seite „zum Buch“
- <sup>37</sup> In „M.E.G.a.Phon“, 10/99, S.19 benennt Manfred Prior sieben W – Fragen (“Konstruktive W – Fragen”).
- <sup>38</sup> Charles W. Morris, a.a.O., S. 175
- <sup>39</sup> „Wir sind nur Maschinen“, Siegel-Gespräch mit Michael Gazzaniga, Der Spiegel, Heft 50/2011, Seite 149 bis 152. Siehe auch: Michael Gazzaniga, Who’s in Charge? Free Will and the Science of the Brain, Ecco, New York, 260 S.