



Symbolarbeit

Zur Methode:

Die Psychotherapie mit konkreten Symbolen (Bildern und Gegenständen) wird von M.E. und G. Wollschläger seit ca. 20 Jahren für Diagnostik und Therapie im Bereich der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie entwickelt. Die Katathym-imaginative Psychotherapie und das Psychodrama haben dieses Verfahren stark beeinflusst und zur Vielfalt seiner Interventionsmöglichkeiten beigetragen. Methodisch kann z.B. mit tiefenpsychologischen, lösungsorientierten, systemischen, körperorientierten und hypnotherapeutischen Herangehensweisen gearbeitet werden.

Warum sind Gegenstände und Bilder ein so effektives therapeutisches Arbeitsmittel?

Wir kennen den grundsätzlichen Mangel an Resonanz und Spiegelung bei vielen unserer Patienten und Patientinnen. Wir wissen um die aus dieser Erfahrung entstehenden Verletzungen/Traumatisierungen des Selbst und die vielfältigen Schwierigkeiten in der Therapie solcher tiefen und häufig identitätsschädigenden Kränkungen. Unsere Seele aber bleibt auf der Suche nach Wiederhall, um aus ihrer Sprachlosigkeit herausfinden zu können. Im Außen, z.B. in Bildern und Gegenständen, sehen wir immer wieder innere Befindlichkeit gespiegelt, sodass ein solcher Gegenstand zu einem persönlichen Symbol werden kann und als Brücke zwischen uns und anderen aus unserer Sprachlosigkeit herausführen kann. In der Psychoanalyse waren Symbole immer ein zentrales Thema. Symbolsprache verfügt über die ganze Vielfalt an Ausdrucksmöglichkeiten, die S. Freud dem „Primärprozess“ zuschrieb: Zeit und Raum treten hier in den Hintergrund, Intensität der Gefühle und Assoziationen verschaffen sich Raum. So können über Symbole sowohl die innere Konflikthaftigkeit unseres Erlebens als auch unser innerer Reichtum an Ressourcen sichtbar, erfahrbar und mitteilbar werden.