

Gunda Hufnagel

# Willkommen im Sein – Jetzt ist deine Zeit

Die Wirkung von Symbolen als Metaphern

IHP Manuskript 1504 G \* ISSN 0721 7870



Gunda Hufnagel

# Willkommen im Sein – Jetzt ist deine Zeit

## Die Wirkung von Symbolen als Metaphern

Gliederung:

1. Willkommen im Sein – Ein symbolischer Einstieg in kunsttherapeutisches Arbeiten
  2. Einleitung
  3. Stand der Wissenschaft zur Gehirnforschung
  4. Was sind Symbole, und wo setzt ihre Wirkung an?
  5. Symbole als Chiffrierung mit vielfältigen Einsatzmöglichkeiten
    - 5.1. Symbole als Möglichkeit des Ausdrucks
    - 5.2. Symbole als Erklärungsmodell
    - 5.3. Symbole als Handlungsmöglichkeit
    - 5.4. Symbole als Möglichkeit zur Verankerung
    - 5.5. Symbole als Hilfsmittel ermöglichen Akzeptanz
  6. Symbolisches in Gestaltungen von Klienten am Beispiel der Einzelarbeit mit einer jungen Frau von März – Mai 2014
    - 6.1. Erster Kontakt und Zielvereinbarung
    - 6.2. Methodenauswahl und Begründung für die Arbeit mit dem therapeutischen Triptychon
    - 6.3. Vorbereitung des Malgrundes aus Papier und der Arbeitsmaterialien
    - 6.4. Beschreibung des Counselingprozesses und der Wirkung der Symbole.
    - 6.5. Die fünf Säulen der Identität im Verlauf der Einzelarbeit
    - 6.6. Die Verankerung der Erkenntnis durch ein Ich-Symbol
  7. Jetzt ist deine Zeit – Ein symbolischer Ausklang als Motivation, das eigenen Leben frei zu gestalten
  8. Fazit und neue Perspektiven
- Literatur

*Wenn es gelingt in wacher Achtsamkeit zu sein,  
dürfen wir eintauchen in eine neue Wirklichkeit des Bewusstseins,  
denn es ist ein geheimnisvolles Wirken in Allem, was uns umgibt.*

*(HUFNAGEL GUNDA Dezember 2014)*

## **1. Willkommen im Sein – Ein symbolischer Einstieg in kunsttherapeutisches Arbeiten**

Impuls mit symbolischem Inhalt als Einstieg in Verbindung mit der Kraft des Seins, ist eine Variante, die sich gut dafür eignet eine Arbeit zu beginnen.

Manchmal  
fühl' ich mich  
wie ein Stein,  
hin- und hergeworfen,  
gerieben,  
gestoßen,  
getreten,  
benutzt,  
schmerzhaft ausgesetzt.  
Manchmal  
möcht' ich  
ein Stein sein,  
mit Linien und  
Mustern,  
Abbild  
seiner Geschichte,  
fest  
und verlässlich,  
in sich  
ruhend.  
(BERG SIGRID ©)

Symbolische Themen als Einstieg erreichen die Klienten auf sehr emotionale und ganzheitliche Weise. Das ermöglicht ihnen einen schnelleren Zugang zu ihren eigenen inneren Themen, die oft auf einer tieferen inneren Ebene im Unterbewusstsein liegen. Dieses Beispiel zeigt, wie der Stein, ein ganz alltäglicher Gegenstand zum Symbol wird. Der Text steht hier auch als Chiffrierung für den menschlichen Wesenskern und bietet eine gute Möglichkeit über das eigene Leben nachzudenken. Der Stein ist symbolisch zum einen Opfer, aber auf der anderen Seite auch einzigartig und wertvoll. In Verbindung mit der Botschaft aus der Kraft des Seins: „Es ist gut, dass es mich gibt“, eignet sich diese Übung sehr gut als Einstieg und bietet eine Hinführung zur Gestaltung eines Initialbildes. Die Bilder 1 und 2 sind Beispiele für Initialbilder, die in einem meiner Kurse nach dem obigen Impuls entstanden sind.



„Muster und Linien 2“



„Muster und Linien 1“

## 2. Einleitung:

Schon seit meiner Jugend bewegen mich Texte, wie der obige Text von Sigrid Berg. Es berührt mich zutiefst, mich auf die Worte einzulassen, und ich erkenne mich und mein Wesen darin wieder. Meine Gefühle und Gedanken werden darin wiedergegeben, und ich fühle mich eng verbunden mit der Person, die diese Gedanken zu Papier gebracht hat. Gleichzeitig entstehen vor meinem inneren Auge Bilder zum Text, die auf eine ganz spezielle Art und Weise in Sekundenschnelle den Inhalt erfüllen, erspüren und erfassen lassen. Dieses Phänomen zeigt sich ebenfalls immer wieder auch bei meinen eigenen Arbeiten, sei es in der Malerei mit Acrylfarben, der Gestaltung mit

Naturmaterialien, oder einer Gestaltung mit Ton oder Speckstein. Auch hier gelangen oft unbewusst Symbole, Metaphern, bildhafte Umschreibungen oder Chiffrierungen in die Gestaltungen, und es überrascht mich, wie oft schwer in Worte zu fassende Umstände für andere Menschen verständlich werden. Diese Erfahrungen bewegen mich seit ich mich mit kunsttherapeutischen Arbeiten befasse. Vor allem auch, seit ich im Rahmen meiner Ausbildung zum Counselor der Fachrichtung Kunst und Gestaltungstherapie begonnen habe, mit Menschen zu arbeiten und sie anleite im kreativen Tun neue Erkenntnisse für ihre jeweilige Lebenssituation zu gewinnen.

### **3. Stand der Wissenschaft zur Gehirnforschung**

Zunächst wende ich mich den wissenschaftlichen Erkenntnissen der Gehirnforschung zu, um ein Verstehen darüber zu ermöglichen, wie innere Bilder des Klienten im Counseling wirken können, wenn sie ins Bewusstsein gebracht werden.

Jeder Mensch erlebt sich und seine Umwelt zum einen Teil mit seinem Bewusstsein und einem weitaus größeren Teil im Unterbewusstsein. Wir nehmen ständig neue Reize aus unserer Umgebung auf, was dann zu neuen Ideen anregen kann. Dies geschieht gleichzeitig in Sekundenschnelle auch über unser Unterbewusstsein. Mit unserem Verstand erfassen wir zuerst die Dinge, die uns bewusst sind. Für den unbewussten Teil braucht es andere Mechanismen als nur die kognitiven Fähigkeiten. Aus der Gehirnforschung weiß man, dass unser Gehirn aus drei Hauptbereichen aufgebaut ist. Da ist zum einen der äußere Bereich des Neo Cortex mit seiner linken und rechten Gehirnhälfte. In der nächsten Ebene befindet sich das Limbische System. Es wird angenommen, dass es sich bei dem dritten Teil, dem sogenannte Reptil-Komplex, der sich im innersten unseres Gehirns befindet, entwicklungsgeschichtlich um den ältesten Teil handelt.

Jedem dieser drei Bereichen werden verschiedene Eigenschaften zugeschrieben. Wir wissen von den unterschiedlichen Funktionen unserer linken und rechten Gehirnhälfte im Neo Cortex. Um die Ganzheit der Reize von außen zu erfassen ist es wichtig, dass beide Gehirnhälften zusammenarbeiten. Es wird angenommen, dass unsere linke Gehirnhälfte vermehrt für die Sprache, die Schrift, die Mathematik zuständig ist und deshalb eher verbale, detailgetreu, kontrollierende und ordnende Kompetenz besitzt. Hingegen sind die Fähigkeiten der rechten Gehirnhälfte eher nonverbal, kreativ, phantasiereich, intuitiv, emotional und weisen mehr Risikobereitschaft auf.

Dies bedeutet zum einen, dass Lernen von neuen Inhalten leichter fällt, wenn beide Gehirnhälften beteiligt sind. Hier wird von der linken Gehirnhälfte das Wort und das Schriftbild erfasst und von der rechten Gehirnhälfte kann z.B. eine Abbildung des Gegenstandes, der spezifische Geruch oder eine bestimmte Oberflächenstruktur, die ertastet wurde, abgespeichert werden. Diese Art des Lernens ist die ureigenste Lernmethode des Menschen zu Beginn seines Lebens.

Man geht weiter davon aus, dass im zweiten Bereich unseres Gehirns, dem Limbischen System die persönlichen Daten unseres bisherigen Lebens gespeichert sind.

Man nimmt an, dass jeder Mensch im Reptil-Komplex einen Speicher für kollektive Daten aus der Menschheitsgeschichte hat. In diesem Datenspeicher ist uraltes, instinktives Verhalten gespeichert. Diese Annahme ist vergleichbar mit den

Erkenntnissen C. G. Jungs, der davon ausgegangen ist, dass jeder Mensch im ältesten Teil seines Gehirns Bilder abgespeichert hat, die er als archetypisch bezeichnet. Diese Bilder stehen in gewisser Weise jedem Menschen als Grundausrüstung zur Verfügung und bilden laut Jung das kollektive Unterbewusstsein. Diese Archetypen und Ursinnbilder werden als Sprache unseres Unterbewusstseins bezeichnet.

In unserem Gehirn laufen demnach sehr komplexe Vorgänge ab, die zum einen im Neo Cortex kognitiv zu Handlungen anregen, gleichzeitig im Limbischen System einen Abgleich mit unseren bisherigen Erfahrungen bewirken und zusätzlich noch mit Emotionen in den Reptil-Komplex hinein wirken können. Hier werden die drei archaischen Überlebensmuster „Kämpfen“, „Fliehen“ oder „Sich tot stellen“ aktiviert. Diese komplexen Vorgänge beeinflussen unser Handeln bewusst aber auch unbewusst. (LUMMA, KLAUS u.a.: Quellen der Gestaltungskraft S. 78 folgende)

So ergibt sich aus dieser Erkenntnis eine gute Möglichkeit des Lernens, die auch für den erwachsenen Menschen noch sehr effektiv sein kann, um sich etwa neue Verhaltensweisen anzueignen, die alte Gewohnheiten ablösen können. „Es ist nie zu spät eine gute Kindheit gehabt zu haben“ (Zitat ERICKSON MILTON), weist auf diese Möglichkeit hin. So ist auf ganzheitliche Weise auch im Erwachsenenalter neues Verhalten erlernbar, indem man genau hier ansetzt und sich das Wissen aus der Gehirnforschung zunutze macht.

Kommt es nun zu einer Krise im Leben eines Menschen können diese genannten Annahmen eingesetzt werden um die Weichen für das weitere Leben neu zu stellen. Übrigens bezeichnet die ursprüngliche Bedeutung des Wortes Krise eine problematische, mit einem Wendepunkt verknüpfte Entscheidungssituation. Dazu bedarf es einer Erfassung des Istzustandes, einer Sichtung der Möglichkeiten und gegebenenfalls einer Neuausrichtung auf andere Werte und neue Ziele.

#### **4. Was sind Symbole und wo setzt ihre Wirkung an**

Das Wort Symbol kommt aus dem altgriechischen und bedeutet Erkennungszeichen oder auch Sinnbild. Symbole enthalten Botschaften, die wir unmittelbar erahnen, erfüllen und auf tiefer Ebene verstehen können. Symbole sind also eine Verdichtung von Wissen, Gefühlen und Erfahrungen, die uns immer mitten im Herz berühren. Oder – wie C.G. Jung es beschrieb, mitten im Unbewussten. Dort wo jene Ur-Sinnbilder gespeichert sind, deren Bedeutung Menschen unabhängig von der Zeit oder dem Kulturkreis, in dem sie leben, unmittelbar verstehen. (Zitat aus „Die Macht der Symbole“ P.M. 8/2004)

Zuerst möchte ich einige Symbole nennen. Formen, wie Dreieck, Kreis, Quadrat, Kreuz, Herz und die Kugel gehören ebenso dazu, wie alle Farben. Die zugeordnete Symbolkraft kann hier jedoch für ein und die selbe Farbe ganz gegensätzlich sein. (RIEDEL, Ingrid Formen und Farben)

Auch in der Natur sind wir von vielen Dingen umgeben, die Symbolcharakter haben. Dazu gehören die vier Elemente Feuer, Wasser, Erde, Luft, ein Baum, die Rose, Früchte, ein Samenkorn, ein Stein, das fallende Laub, der Mond und die Sonne um nur einige zu nennen.

Ebenso wird Tieren Symbolcharakter zugeordnet, wie z. B. dem Schmetterling, dem Wolf, dem Löwen, dem Adler, der Schlange, dem Frosch und vielen mehr. Solche Symbolfiguren tauchen auch in Märchen und alten Geschichten auf und erzeugen beim

Zuhörer ein bestimmtes Bild oder eine Stimmung, ohne dass lange darüber nachgedacht werden muss.

Auch Arbeiten von Künstlern können einen symbolischen Impuls geben. Man kann einen Museumsbesuch als Anregung nutzen, eigene Werke zu schaffen. Diese Art der Arbeit nennt man rezeptive Arbeit mit Bildern oder Skulpturen.

Des Weiteren geben Gedichte, Geschichten oder kurze Texte Impulse und Anregung, sich auf kreative Weise selbst Ausdruck zu verleihen.

Besonderes gerne verwende ich bei Workshops oder auch in der Einzelarbeit ganz alltägliche Dinge, die uns umgeben. Einige Beispiele hierfür sind der Stein, wie die Impulse zu Beginn und am Ende dieser Arbeit zeigen, oder „der rote Faden“ verwoben im „Lebensteppich“, den ich als Impulstext verwende. Auch die Verbindung von Wasser, Stein und Kreis bietet eine gute Möglichkeit als Einstiegsimpuls, wie nachfolgender Text von Franz Christian HÖRSCHLÄGER zeigt:

Kreise ziehen

So wie der Stein ins Wasser fällt  
und um ihn Kreise ziehen  
vom Zentrum aus hinaus in weite Seen  
so werden jene Kreise geh'n,  
die deinen Taten folgen,  
hinein in diese deine Welt.

Und man wird sagen, siehe doch,  
er weilt zwar schon bei Sterne,  
doch seine Kreise ziehen noch,  
verebben einst in weiter Ferne.

© HÖRSCHLÄGER, Franz Christian

Solche Gegenstände sind in ihrer Symbolik zwar aufgebrochen, die Wirkkraft bleibt jedoch immer gekoppelt an die Ursymbolik, zu der Menschen im Unterbewusstsein Zugang haben.

Auch Udo Baer beschreibt die Existenz einer Ähnlichkeit von Symbolen als Erfahrung, die jeder Mensch zu jeder Zeit, an jedem Ort und in jeder Kultur machen kann. Jeder Mensch lebt in der Natur. Er kennt Sonne, Mond und Sterne und den Rhythmus von Tag und Nacht. Er erfährt im Ablauf eines Jahreskreises Aussaat und Ernte und das Werden und Vergehen von Leben. Baer geht weiter davon aus, dass in jedem Menschen eine ähnliche kreative Kraft schlummert, die dem Menschen ermöglicht bedeutungsvolle Gegebenheiten zu Symbolen zu gestalten.

Durch diese Fähigkeit, ist es uns allen möglich, bestimmte Sachverhalte, die symbolhaft dargestellt sind, ganzheitlicher und ohne viele Worte zu verstehen. Ja, es ist sogar möglich mitzufühlen.

Für den Counselor steht aber immer im Vordergrund, im Sinne des Ansatzes der Klientenkompetenz zu handeln. Dies bedeutet, dass eine Interpretation von auftauchenden Symbolen in Arbeiten von Klienten nicht über den Klienten hinweg erfolgen darf. Symbolische Charakteristik ist nicht auf eine bestimmte Lehre beschränkt. Eine Deutung seitens des Klienten hat Vorrang. Als Counselor habe ich die Möglichkeit, auf eine andere Perspektive oder Sichtweise aufmerksam zu machen und dadurch dem Klienten eine hypothetische Wahlmöglichkeit zu bieten, die er annehmen oder ablehnen kann.

Udo Baer beschreibt eine weitere Möglichkeit für die Arbeit mit Klienten und nennt diesen kreativen Prozess „Aktives Symbolisieren“. Hier nutzt der Counselor die Erkenntnis aus der oben beschriebenen kreativen Kraft, um den Klienten dabei zu begleiten, eigene Symbole zu schaffen, die Ordnung in seine Lebenssituation bringen.

## **5. Symbole als Chiffrierung mit vielfältigen Einsatzmöglichkeiten**

Symbole sind zum einen sehr gut geeignet, als Impulsgeber zu fungieren, wie die Beispiele zu Beginn und am Ende dieser Arbeit zeigen. Ich verwende gerne Texte oder auch Gegenstände, die meine Klienten anregen, ihre innere Bilder gestalterisch umzusetzen. Durch eine Bereitschaft zur Identifizierung mit den Symbolen sind die Klienten sehr schnell bei ihren eigenen Themen. Ein wichtiger Aspekt in der Arbeit mit Symbolen ist die Verwendbarkeit als Chiffrierung. Dies bedeutet, Symbole als Umschreibung oder Metaphern zu verwenden. So entsteht eine Bildsprache, die wie eine Geheimsprache zum Einsatz kommt. Daraus ergeben sich vielfältige Möglichkeiten zum einen für die Arbeit als Counselor, aber auch für den Klienten sind Symbole ein starkes Mittel des Ausdrucks. Der Aspekt der Chiffrierung gilt natürlich auch hier, wenn Symbolisches in Arbeiten von Klienten auftaucht. Nachfolgend werde ich erläutern, welche Fülle an Möglichkeiten der Einsatz von Symbolen bietet.

### **5.1. Symbole als Möglichkeit des Ausdrucks:**

Symbole ermöglichen Ausdruck von Lebenssituationen. Zum einen kann mit der bewussten Verwendung von Symbolen ausgedrückt werden, was oft nur schwer in Worte zu fassen ist. Dadurch wird eine gewisse Chiffrierung (hier als Geheimsprache oder als Stellvertreter zu sehen) möglich. Die Chiffrierung eignet sich besonders gut als Mittel zum Ausdruck von belastenden Situationen oder schwer zu beschreibenden Gefühlszuständen. Es fällt dem Klienten leichter, einen Sachverhalt auf spielerische Weise verschlüsselt Ausdruck zu verleihen, als diesen in Worte zu fassen. Ist die Lebenssituation einmal bildlich dargestellt, kann der Counselor im Gespräch an den unterschiedlichen Bildbereichen ansetzen. Hier gilt es, sich auf das Bild in seinem Istzustand einzulassen und durch geschickte Fragen im Anfängergeist, sich langsam dem wahren Inhalt der Botschaft zu nähern. Der Klient erhält dadurch die Möglichkeit sein inneres Anliegen nach außen zu bringen, um anschließend mit dem Counselor einen Blick von einer neuen Warte auf die Situation zu werfen. Nicht zu unterschätzen ist die Möglichkeit, Gefühle durch symbolische Handlung zum Ausdruck zu bringen, ohne dabei sich und anderen zu schaden. So lässt sich z. B. Wut oder Aggression durch farbliche Gestaltung und die Wahl der Werkzeuge für den Farbauftrag ausdrücken. Eine andere Variante ist das Bearbeiten von Ton, der geknetet, geklopft und geworfen werden kann. Auch das Behauen von Stein ist eine Möglichkeit, symbolisch das Gefühl der Wut abzureagieren.

### **5.2. Symbole als Erklärungsmodell:**

Die Verwendung von Symbolik als Chiffrierung eines Sachverhaltes ermöglicht dem Klienten zum einen eine authentische Wiedergabe seiner Themen. Zum anderen trägt auch meine eigene Erfahrung mit der Bildsprache der Symbole dazu bei, die Erklärungen des Klienten zu seinem Bild schnell und ganzheitlich zu erfassen und zwar immer im Hinblick auf die Interpretation des Klienten. Im Verlauf einer

Counselingsitzung kann ich zwar Hypothesen einbringen, die den Klienten anregen, eine neue Perspektive zu sehen, aber ich darf dem Klienten nicht meine eigene Interpretation aufdrängen. Es ist aber ein bewährtes Mittel im Beratungsprozess hypothetische Annahmen ins Spiel zu bringen und den Klienten anzuregen Stellung dazu zuzunehmen.

Ein weiterer Aspekt entsteht durch eine glaubwürdige und authentische Lebens- und Arbeitshaltung des Counselors, die zum einen Interesse, Neugier und eine vertrauensvolle Offenheit seitens des Klienten bewirkt. Andererseits kann die Arbeit mit Symbolen aber auch zu Irritation und Anspannung führen, was eventuell sogar Widerstand erzeugen kann. Sowohl dieser Widerstand als auch das Interesse bzw. die Neugier sind Möglichkeiten für den Counselor, im Gespräch den Faden aufzunehmen und somit dem Klienten zu ermöglichen, seine persönlichen Themen ans Licht zu bringen.

### **5.3. Symbole als Handlungsmöglichkeit:**

Wenn im Verlauf der Arbeit mit dem Klienten eine neue Erkenntnis, neue Handlungsweise oder ein neuer gangbarer Weg für ihn in den Bereich des Möglichen tritt, kann das Umdenken bewirken. Auch hier kann er, symbolisch gesprochen, auf Probe über die „Brücke“ gehen. Er spürt, wie sich dieser neue Schritt anfühlen wird und kann dabei vielleicht auch Ängste überwinden, die ihn bisher hinderten, einen neuen Schritt zu tun. Der Klient kann sich zur Probe vorstellen, was möglich werden kann. Er kann Visionen ersinnen und sich mit dem Gefühl verbinden, was sein wird. Unterstützt durch die Botschaften der Cycles of Power kann er sich die Handlungen auf Probe erlauben, ja er kann sogar in ein Gefühl der Freude kommen, was neue Energie freisetzen wird. Diese neue Kraft kann genutzt werden, um wirklich den nächsten Schritt im Leben zu tun. Mittels einer Phantasiereise leite ich den Klienten an, sich ganz in das Gefühl zu begeben, welches sich einstellt, wenn seine Zukunftsvision Wirklichkeit geworden ist. Vorstellungskraft ist Zauberkraft, wie bei Luise Reddemann & Sylvia Wetzel nachzulesen ist. Danach bekommt der Klient die Aufgabe, ein Bild zu gestalten, welches das Gefühl zum Ausdruck bringt, das er während der Imagination erlebt hat. Er erschafft sich eine „Landebahn für die Zukunft“, wie es Otto SCHARMER in Theorie U beschrieben hat. Oft entstehen auch hier Darstellungen mit symbolischem Gehalt, wie zu Beispiel die Darstellung eines Zieleinlaufes, oder er stellt sich in einem besonders hellem Licht dar. Dieses Erleben auf Probe setzt ungeahnte Kräfte frei und lenkt seine Gedanken oft auch ganz unbewusst in Richtung der neuen Perspektive. Neue Zuversicht kann wachsen und lässt einen undenkbaren Schritt eher zur Wirklichkeit werden.

Der Refrain des bekannten Liedes von Peter Maffay beschreibt den Weg mit ähnlicher Symbolik:

Über sieben Brücken musst du gehn,  
sieben dunkle Jahre überstehn,  
siebenmal wirst du die Asche sein,  
aber einmal auch der helle Schein.  
(MAFFAY, Peter)

#### **5.4. Symbole als Möglichkeit zur Verankerung:**

Ist in der Beratung eine Lösungsmöglichkeit eingetreten, sind Symbole eine wunderbare Möglichkeit, um das Erarbeitete zu festigen und zu verankern. Gerne lasse ich kleine Skulpturen als Amulett, oder Glücksbringer aus selbst trocknenden Ton anfertigen, welche als Gedankenstütze an das Setting erinnern und mit in den Lebensalltag genommen werden können.

Eine weitere Art ist die Verankerung durch eine kleine körperliche Geste. Als Beispiel nenne ich hier „den inneren sicheren Ort“. Hier kann die Geste bewirken, dass der Klient sich schnell und ohne viel Aufwand, in das Gefühl der eigenen Sicherheit versetzen kann. Dafür ist es nötig, sich viel Zeit bei der Findung und Festigung der Geste zu nehmen, um das emotionale Erleben gut zu verankern.

Auch in der Gruppenarbeit lasse ich zum Abschluss eines Abends den Teilnehmern gegenseitig kleine Geschenke z. B. in Form eines Kärtchens mit einem Fünfminuten-Bild gestalten und danach gegenseitig überreichen. Meistens entstehen kleine symbolische Darstellungen von guten Wünschen, die in Bezug zu den Themen der Teilnehmer stehen und als zusätzliche Unterstützung gesehen werden. Diese wohlwollende Geste berührt die einzelnen Teilnehmer jedes Mal tief und setzt ein verbindendes und inniges Gruppengefühl frei.

#### **5.5. Symbole als Hilfsmittel ermöglichen Akzeptanz:**

Nicht zuletzt stellen Symbole ein Mittel dar, unabänderliche Ereignisse in das eigene Leben zu integrieren. Ein Beispiel enthält die Einzelarbeit, welche ausführlich im nächsten Abschnitt beschrieben wird. Auch in der Trauerbegleitung können Klienten durch kreative Gestaltungen zum einen die unterschiedlichen Gefühle der Trauer zum Ausdruck bringen und dadurch aber auch das schicksalhafte Ereignis des Todes leichter verarbeiten und in ihren weiteren Lebensweg bewusst integrieren.

### **6. Symbolisches in Gestaltungen von Klienten am Beispiel der Einzelarbeit mit einer jungen Frau von März – Mai 2014**

#### **6.1. Erster Kontakt und Zielvereinbarung**

Die junge Frau bat mich Anfang 2014 um einen Termin zur Einzelarbeit, und wir vereinbarten im März unseren ersten Termin. Als sie zu mir in die Praxis kam wirkte sie abgehetzt und ziemlich aufgekratzt, was sich auch an ihrem Hautbild zeigte. Ich fragte sie, was sie zu mir führe und was sie sich erhoffe. Sie erzählte mir kurz was ihre momentane Situation war. Im Herbst des Vorjahres hatte sie ein Studium begonnen und aber sehr bald festgestellt, dass das Studium einerseits und das Leben in einer fremden Stadt überhaupt nicht zu ihr passten. Sie fühlte sich wie eine Nummer, und ihr fehlte die Geborgenheit in der Familie. Daraufhin brach sie das Studium ab und zog wieder bei ihren Eltern ein. Von unserer Arbeit erhoffte sie sich eine Verbesserung ihres Innenlebens, wie sie es ausdrückte. Sie wünschte sich, besser mit dem Gefühl der inneren Wut umgehen zu können und wollte wieder mehr Selbstwertgefühl und Selbstsicherheit finden. Wir vereinbarten bis auf weiteres vier Termine für unsere gemeinsame Arbeit.

## 6.2. Methodenauswahl und Begründung für die Arbeit mit dem therapeutischen Triptychon

Aus dieser Situation heraus lud ich meine Klientin zur Gestaltung eines therapeutischen Triptychons ein (LUMMA, Klaus: Quellen der Gestaltungskraft S. 118 folgende und BAER, Udo: Gefühlssterne, Angstfresser , Verwandlungsbilder S. 160). Meine Entscheidung fiel aufgrund der Vielfältigkeit des Themas. Sie hatte damit die Möglichkeit, verschiedene Aspekte ihrer Lebenssituation darzustellen. Es ging um das Sein, den Istzustand, um Zukunftsvisionen, genauso wie um Pläne und Hindernisse, sowie die damit verbundenen Gefühle. Auch der zeitliche Rahmen von vier Terminen, den wir vereinbart hatten sprach für die Arbeit mit dem therapeutische Triptychon. So ergaben sich mehrere zeitliche Abstände, in denen die Arbeit weiterwirken konnte.

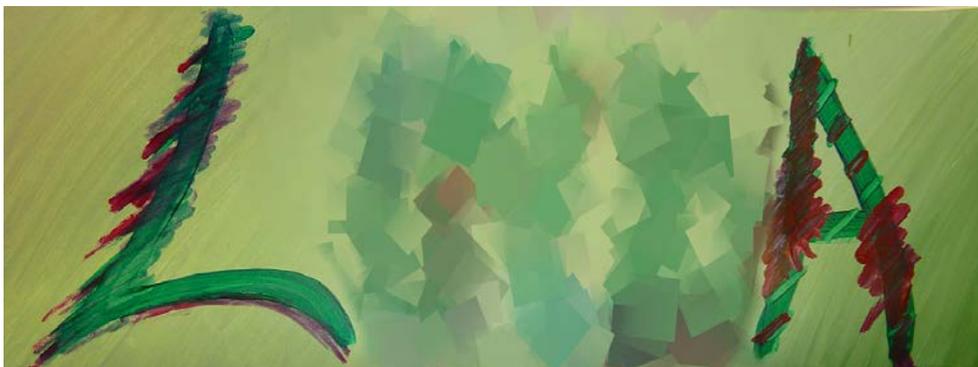
## 6.3. Vorbereitung des Malgrundes aus Papier und der Arbeitsmaterialien

Für die Gestaltung eines Triptychons stellte ich einen großen Bogen Papier DIN A 1 zur Verfügung und erklärte ihr kurz, wie das Papier gefaltet wird. So ergaben sich zwei gleichgroße Außenseiten, die aufgeklappt zwei Innenseiten und einen größeren Bereich in der Mitte frei gaben. Außerdem stellte ich eine Auswahl an Acrylfarben, verschiedene Werkzeuge und Ölkreiden bereit. Im Anschluss lud ich meine Klientin zur ersten Aufgabe ein.

## 6.4. Beschreibung des Counselingprozesses und der Wirkung der Symbole

Schreibe auf der rechten Außenseite deinen Namen und gestalte ihn mit Acrylfarben. Nach kurzer Überlegung wählt sie einen grünen Farbton und beginnt lustvoll zu malen. Mit Hingabe gestaltet sie ihren Namen und setzt dabei fantasievoll unterschiedliche Malwerkzeuge ein. Mit einem roten Farbton setzt sie noch zusätzliche Akzente.

Als sie die Arbeit für beendet erklärt, lasse ich mir von ihr erzählen, wie sie sich beim Malen gefühlt hat. Anschließend erklärt sie, was sie mit der Wahl der Farben zum Ausdruck bringen wollte. Hintergrund des Bildes und Schriftzug im Grünton stehen symbolisch für Naturverbundenheit. Auffällig sind die roten Akzente im Bild, die stellvertretend für die starke Wut standen, die sie oft in sich spürte.



*“Triptychon rechte Seite außen: Name“*

### Symbolisches als Ausdrucksmittel

*Bild 3 zeigt das erste Bild meiner Klientin. Hier setzte sie die Farbe Grün stellvertretend für ihre Naturverbundenheit ein. Rot stand symbolisch für das Wutgefühl, welches zusätzlich noch verstärkt durch eine besondere Art des Farbauftrages, zum Ausdruck kommen sollte. Farben haben Symbolcharakter, welcher zwar sehr unterschiedlich sein kann, jedoch durch die Interpretation des Klienten ein umfassendes aussagekräftiges Bild für den Counselor ergibt. Der Symbolcharakter der Farben ist Ausdrucksmittel für den Klienten.*

Als nächstes lasse ich sie auf die linke Außenseite ein weiteres Bild malen. Die Aufgabe lautet: „Was macht mich besonders, was macht mich aus?“

Jetzt malt sie spontan eine alles überstrahlende Sonne, ein Haus mit rotem Dach, im Haus ein rotes Herz und davor ein Pferd. Als sie die Arbeit beendet, platziert sie eine rote Holzfigur, die sie als Stellvertreter für sich ausgewählt hat, mitten auf dem roten Herz. Sie erklärt dazu, sie wünsche sich ein helles und friedliches Zuhause, indem sie sich wohlfühlen könne.

Außerdem erzählt sie, dass ihr das Malen und das Gespräch über die Bilder sehr gut getan haben. Besonders das Gefühl ernst genommen zu werden, habe ihr ebenfalls sehr gut getan.

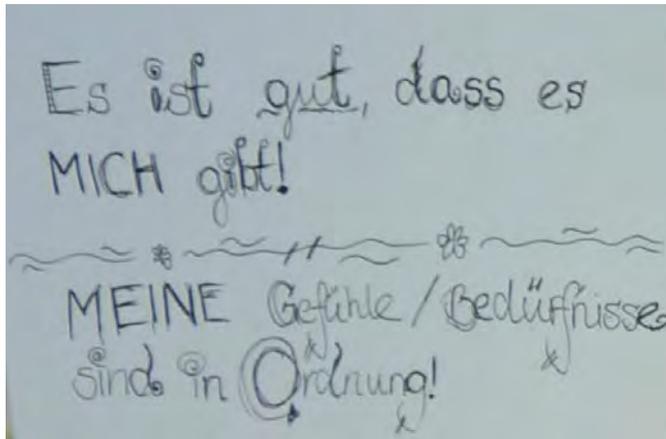


„Triptychon linke Seite außen: helles liebevolles Zuhause“

### Symbolisches als Erklärungshilfe

*Die Klientin verwendet hier Symbole wie Sonne, Haus, Herz und Pferd als Hilfsmittel zur Erklärung ihrer inneren Sehnsucht, wie im Bild 4 zu sehen ist. Das rote Herz im Haus steht hier symbolisch für Liebe und Geborgenheit. Eine übergroße hell strahlende Sonne steht für Glück und das kleine Pferd für Naturverbundenheit und Tierliebe in ländlicher Idylle. Damit drückt die Klientin ihre Sehnsucht nach Liebe und Geborgenheit aus, die ihr sehr wichtig sind.*

Für dieses Mal beenden wir unsere Arbeit mit einer Erlaubnis aus der Kraft des Seins. Meine Klientin schreibt für sich auf ein Kärtchen, welches das Bild 5 zeigt:



*"Kärtchen mit Botschaft aus der Kraft des Seins"*

Zwei Wochen später kommt sie zum zweiten Termin. Ich frage sie, wie es ihr in der Zwischenzeit ergangen sei. Sie erzählt von einer Arbeit, die sie angenommen habe, um nicht untätig zuhause zu sitzen. Es handelt sich um Mithilfe bei einem Umbau. Sie sieht darin eine sinnvolle Aufgabe, obwohl diese körperlich anstrengend ist, ansonsten ginge es ihr im Moment ganz gut. Sie kommt aber auch wieder auf das Thema Wut, das beim ersten Treffen schon zur Sprache gekommen ist. Dazu erklärt sie, dass sie wütend auf sich selbst sei, wenn sie etwas begonnen, dann aber nicht zu Ende gebracht hätte. Wut sei für sie ein negativ besetztes Gefühl.

Ich lade sie ein, ein Bild zu malen, auf dem sie die Wut zum Ausdruck bringt. Auf einem großformatigen separaten Blatt beginnt sie mit einer Schaumstoffrolle sehr energisch und großflächig in Zickzack Bewegungen rote und gelborange Farbe als Hintergrund aufzutragen. Mit einem Schabewerkzeug gestaltet sie in einem kräftigem Rot einen Blitz, der das Bild in der Mitte teilt. Am unteren Bildrand endet der Blitz. Verstärkt wird er durch eine auffallend zackige Struktur, die Ähnlichkeit mit dem ersten Bild aufweist. Sie erklärt zu diesem Bild, dass sie oft starke Wut verspüre, wenn sie sich selbst für etwas verurteile, das sie hätte anders machen können. Sie hat ein ausgeprägtes moralisches Empfinden dafür, was gut und schlecht ist und legt vor allem bei sich selbst die Messlatte sehr hoch. Ich frage sie, ob der Blitz im Bild oder außerhalb auftritt. Was würde mit der Wut bei ihr passieren? Diese Wut bliebe in ihrem Körper, sie trete nicht nach außen, sondern spiele sich im Inneren ab, erklärt sie. Schon bei dieser Bemerkung erkennt sie plötzlich, dass es wichtig wäre, ein Ventil zu haben, um der Wut Ausdruck zugeben. Auf meine Frage, welche Ventile sie sich vorstellen könne, nennt sie mehrere Möglichkeiten. Unter anderem an die frische Luft zu gehen, zu laufen und sich richtig auszupeinern. Wut zu spüren und zu beachten und dieser Energie Ausdruck zu geben, ist eine wichtige Erkenntnis für sie.



“Wut in mir“

Symbolisches als Chiffrierung und symbolische Handlungsmöglichkeit.

*Im Bild 6 greifen verschiedene Wirkweisen von Symbolen. Da sind zum die Farben als Ausdrucksmittel. Zum anderen ist der Blitz als symbolische Darstellung für ihre Wut als Chiffrierung angelegt und wird im anschließenden Gespräch von ihr gedeutet.*

*Außerdem sehen wir hier die Möglichkeit, Wut durch eine energische Arbeitsweise im Zickzack mit einem Schaber aufzutragen. Auf diese Weise kann Wut abreagiert werden. Die Klientin kann auf Probe handeln und erleben, was mit der Wut passiert, wenn sie dieses Gefühl symbolisch abreagiert.*

Nun wenden wir uns wieder der Arbeit an dem Triptychon zu. Die nächste Malaufgabe lautet:

Male auf die rechte aufgeschlagene Seite des Triptychons, wo du dich in fünf oder zehn Jahren siehst.

Die Klientin malt diesmal mit Ölkreide sehr detailliert, und es stellt sich bald heraus, dass der Platz nicht reicht. Sie nimmt das Angebot gerne an, am oberen Ende einen Papierstreifen anzusetzen. Es entsteht eine kurvenreiche Straße, die mit Verkehrsschildern versehen ist und einige Abzweigungen hat. Entlang der Straße gibt es verschiedene Gebäude wie Kindergarten, Schule, Fachoberschule und die Universität. Auch unterschiedliche Landschaften sind zu sehen. Sie erklärt dazu, dass die Zeit in der Uni als sehr bedrückend und auch als Einbahnstraße erlebte würde. Sie erzählt aber auch von ihren Visionen, ihren neuen Berufswunsch. Sie will versuchen, eine Ausbildung als Ergotherapeutin zu beginnen. Zuvor gab es noch einen anderen Plan, der sie sehr in Aufregung versetzt hatte. In 2 Monaten wolle sie für mehrerer Monate in einem Kinderheim in Südafrika arbeiten. Sie träume auch von einer eigenen Familie. Als sie über ihre Zukunftsvisionen spricht, ist ein Strahlen in ihren Augen zu sehen und freudige Erregung ist zu spüren.

Bei diesem Termin sucht sich meine Klientin aus der Kraft des Tuns folgende beiden Botschaften aus:

- Ich darf die Initiative ergreifen
- Ich darf mir Unterstützung holen



“Triptychon rechte Seite innen: Zukunftsvisionen“

Symbolisch kann meine Klientin ihren visionierten Lebenstraum im Voraus erleben. Im Bild 7 mit dem Titel „Zukunftsvisionen“ wird deutlich, wie aus ganz Alltäglichem vielfältige Symbole entstehen können. Die Klientin entwirft mit ihnen ihre Zukunftsvisionen, ausgehend von Kindheit und Jugend bis weit in ihre Zukunft als Erwachsene. Es entsteht ein Weg mit leichten Kurven und Abzweigungen, mit Umleitungen und Einbahnstraßen. Verschiedene Häuser stehen für die Stationen ihres bisherigen Lebens. Am Wegesrand sind Bäume und idyllische Landschaften und auch ferne Kontinente zu erkennen. Ebenso sind unterschiedliche Wetterlagen wie Gewitterwolken und Sonnenschein auf dem Bild zu erkennen. Sie malt ihre Zukunft in den schönsten Farben aus. Sie entwirft gleichsam eine Landebahn für ihre Zukunft, wie Otto Scharmer dies bezeichnen würde. Mit einem strahlenden Gesicht und freudiger Erregung erzählt sie von ihren Wünschen und Visionen. Diese Begeisterung setzt neue Energie in ihr frei. Vorstellungskraft ist Zauberkraft wie Luise REDDEMANN schreibt.

Ich lade meine Klientin ein, auf die linke innere Seite des aufgeschlagenen Triptychons folgende Themen zu malen:

Welche Hindernisse könnten auftreten?

Welche Verbote oder Gebote könnten dahinter stehen?

Dazu malt sie auf hellblauen Hintergrund ein intensiv blaues Fragezeichen. Dieses Zeichen wirkt wie ein Wirbelsturm, in dessen Auge sich in der Mitte ein kleiner schwarzer Fisch aufhält. Der Punkt unterhalb des Zeichens erscheint allerdings etwas fransig und unscharf. Im anschließenden Gespräch erklärt sie, dass sie sich oft hin und her gerissen fühle, bevor sie eine Entscheidung treffen könne. Im Nachhinein zu einer Entscheidung zu stehen, fühle sich oft so an, wie wenn sie sich mitten im Wirbelsturm befände. Diese Unsicherheit kommt auch bei dem Punkt des Fragezeichens zum Ausdruck.



“Triptychon linke Seite innen: Im Auge des Wirbelsturms“

Symbole als mehrdeutige Geheimsprache.

*Im Bild 8 verwendet die Klientin das Fragezeichen für die vielen offenen Fragen, die sich ihr stellen und ihre Zweifel neu entfachen. Nach längerem Betrachten erkennt sie, dass ihr Fragezeichen wie ein Wirbelsturm gedeutet werden kann. In der Mitte, sozusagen im Auge des Sturms, sieht sie sich als den kleinen schwarzen Fisch. Dieser Fisch scheint dem Sturm und seinen Kräften ohnmächtig ausgeliefert zu sein. Das entspricht ihren Gefühlen, wenn Zweifel und Ängste sie lahm legen. Das Fragezeichen und der kleine Fisch im Auge des Wirbelsturms stehen hier als Chiffrierung für die Zweifel und Ängste, von denen sie immer wieder ergriffen wird.*

Ich lasse sie auf ihrer Gestaltung eine kleine Holzfigur als Ich-Symbol aufstellen. Sie ist eingeladen mitzuteilen, wo sie sich im Moment selbst sieht und wie sich das anfühlt.



“Ich-Symbol im Bild“

Das Ich-Symbol im Spannungsfeld

*Wie im Bild 9 zu sehen, ist meine Klientin hin und her gerissen zwischen ihren Zukunftsvisionen und gedanklichen Hindernissen in Form von Ängsten und Zweifeln.*

### **6.5. Die fünf Säulen der Identität im Verlauf der Einzelarbeit**

An dieser Stelle setze ich das Arbeitsblatt mit den 5 Säulen der Identität ein (Hilarion Petzold). Die Fragestellung lautet:

- Wer bin ich?
- Wer will ich sein?
- Was brauche ich um gut leben und arbeiten zu können?

Wir sprechen darüber, was wichtig ist im Leben und tragen die Antworten in das Arbeitsblatt ein. Dabei sind fünf Bereiche angesprochen:

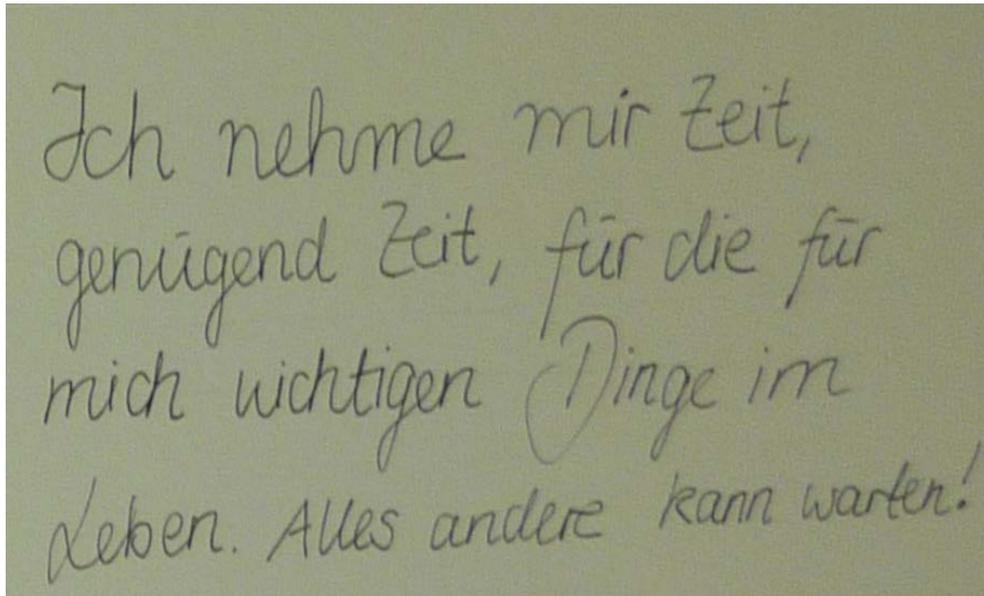
- Leiblichkeit, Körper und Sexualität
- Soziales Netz und Beziehung
- Arbeit und Leistung
- Materielles und Sicherheit
- Werte und Sinnfragen

Zum Abschluss bitte ich sie zuhause das Arbeitsblatt zu vervollständigen. Außerdem zeige ich ihr die Möglichkeiten zur Gestaltung eines künstlerischen Tagebuches auf. Sie möge die Einsichten und Erkenntnisse aus der Beratungsarbeit auf künstlerische Weise dokumentieren. Sie findet Gefallen an dieser Idee und setzt sie zuhause in die Tat um.

Bei unserem letzten Treffen wirkt die Klientin etwas nervös und gehetzt: Ihre Reise nach Südafrika steht kurz bevor.

Ich komme nochmal auf die 5 Säulen der Identität zu sprechen.

Gemeinsam gehen wir ihre Eintragungen durch, und ich bitte sie, auf ein Kärtchen (siehe Bild 10) ein Resümee zu schreiben.



*“Erkenntnis zu den 5 Säulen der Identität“*

Dann lasse ich sie mit folgender Aufgabenstellung am Triptychon weiterarbeiten: „Ich in der Rolle als.....“. Dabei soll eine Balance der 5 Säulen Aufmerksamkeit geschenkt werden.

Sie beginnt in der Mitte des Triptychons mit einem Schwamm einen sandfarbenen Hintergrund aufzutragen, welcher mich an afrikanische Landschaft erinnert. Danach wählt sie die Farbe Grün und arbeitet sehr ernsthaft und genau. Es entstehen mehrere farbige Puzzleteile, die passgenau ineinander greifen und eine längliche Form ergeben. Dabei wird sie ruhiger, und der Stress lässt nach. Nacheinander werden die farblich sehr unterschiedlichen Teile zu etwas Ganzem.

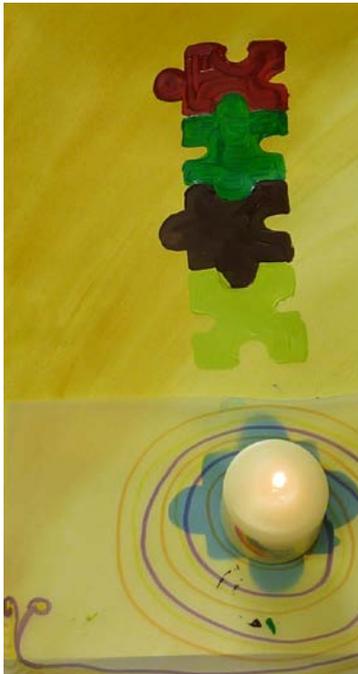
Zum Abschluss setzt sie ein größeres Puzzleteil als Punkt unter das entstandene Ausrufezeichen. Dieser Punkt symbolisiert ihr neu gewonnenes Selbstbewusstsein und könnte auch an jede beliebige Stelle der anderen Puzzleteile andocken. Im Gespräch über das Bild (siehe Bild 11) erklärt sie voller Freude, erkannt zu haben, welchen Erfahrungsschatz sie auf allen ihren bisherigen Wege gewonnen hätte, auch durch die Umwege. Sie seien jetzt Teil ihrer Persönlichkeit und bereicherten ihr Leben. Aus dieser Perspektive tritt sie die geplante Afrikareise entspannt an.



*“Triptychon Mitte innen: bisherige Erfahrungen als Puzzleteile“*

### **6.6. Die Verankerung der Erkenntnis mit einem Ich-Symbol**

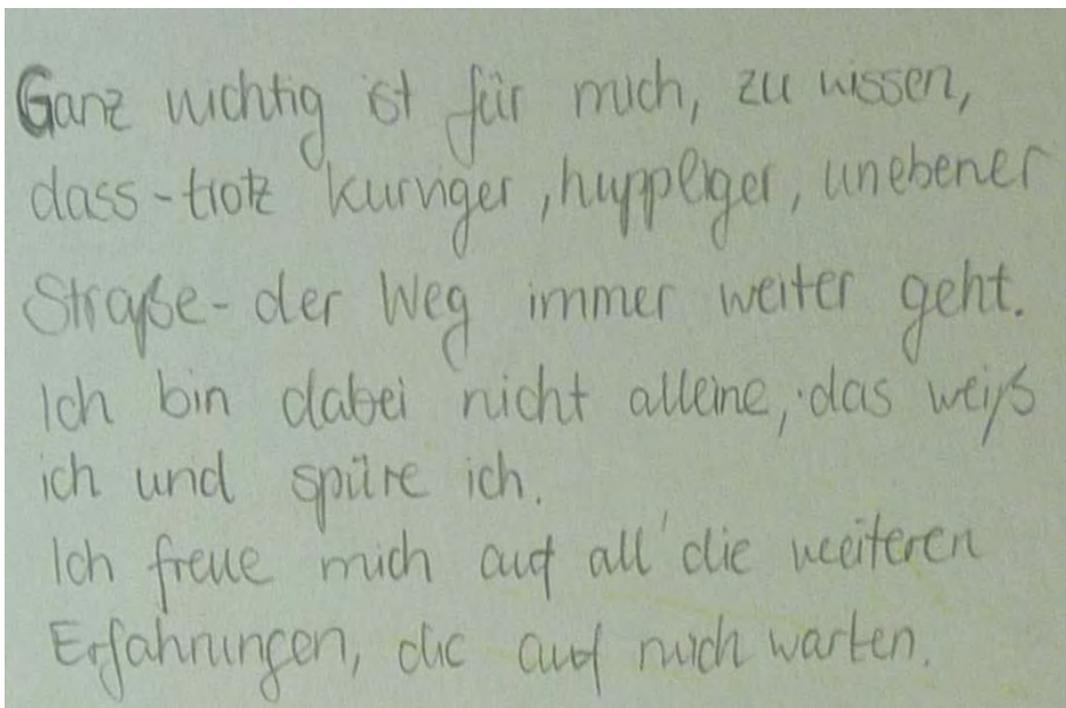
Zum Abschluss wird auf Transparentpapier ein Ich-Symbol gestaltet. Es entsteht eine Spirale, die am unteren Ende in eine Schnecke übergeht. Dieses Ich-Symbol steht für persönliche Entwicklung im eigenen Tempo.



*“Erfahrungsschatz und Entwicklung im eigenen Tempo“*

### Symbole als Verankerung von Erkenntnissen

*In Bild 11 und 12 kommen wunderbare Symbole zum Ausdruck, die ihre bisherigen, zum Teil frustrierenden Erfahrungen, auf eine positive Art in ihr Leben zu integrieren und für sich weiter zu nutzen. Zum einen fügt sie die Puzzleteile zu einem Ganzen zusammen und setzt damit gleichzeitig ein Ausrufezeichen für die wichtige Erkenntnis, nämlich der Sammlung von Erfahrungen. Das Wesentliche jedoch ist der Punkt, der für ihr neu gewonnenes Selbstbewusstsein steht. Sie erkennt, dass sie zu jeder Zeit an ihre bisherigen Erfahrungen andocken und von ihnen profitieren kann. Außerdem steht die Spirale mit Schneckenkopf für Entwicklung in ihrem eigenen Tempo.*



*“Erkenntnis in Worte gefasst“*

## **7. Jetzt ist deine Zeit – Ein symbolischer Ausklang als Motivation das eigenen Leben frei zu gestalten**

Zum Abschluss einer Arbeit biete ich eine Geschichte an, die das Anfangsthema mit den Steinen nochmal aufgreift und ein symbolischer Impuls dafür ist, das eigene Leben selbst in die Hand zu nehmen und die Zukunft selbst zu formen.

Und Morgen?  
Der kleine Stein  
hatte schon sooo viel erlebt.  
Wenn der erzählen könnte!  
Er würde nie mehr aufhören...

Es gab sogar mal eine Zeit,  
da war er noch kein Stein.  
Sondern rote Glut.  
Und die Erde war ein Feuerball.  
Aber daran konnte er sich nicht erinnern.  
Das war schon sooo lange her.  
Manches jedoch  
wusste er noch ganz genau.  
Dass er in der Hand  
eines Kindes lag zum Beispiel,  
vor vielen, vielen Jahren,  
wenig später übers Wasser hüpfte  
und dann zu Boden sank.  
Dass er mit dem Wasser eines Flusses  
bis zur Mündung reiste  
und weiter bis ins große Meer.  
Dass das wilde Meer ihn tanzen ließ,  
mit tausend anderen Steinen,  
und seine harten Kanten schliff.  
Und ihn schließlich  
auf den weißen Strand spuckte.

Da lag er nun und fragte sich,  
was wohl morgen passieren würde...  
(SCHLÜTER, Manfred aus: "Vom Fischer der ein Künstler war")

## 8. Fazit und neue Perspektiven

Als Fazit für meine Arbeit über Symbole möchte ich aus dem Buch „Zeichen und Symbole, ihre Geschichte und Bedeutung“ herausgegeben von Mirinda BRUCE-MITFORD zitieren. Dort ist auf Seite 11 Folgendes zu lesen: „Ganz gleich wo wir sind – immer sind wir von Symbolen umgeben, wir müssen sie nur erkennen. Wir können die Augen davor verschließen, doch wir können ebenso gut versuchen, für die tiefere Wahrheit der Dinge um uns herum offen zu sein. Wer Interesse an philosophischen und metaphysischen Fragestellungen hat, kann mithilfe von Symbolen zu einem besseren Verständnis seiner selbst und zu einer neuen Sicht auf die Welt gelangen.“ Dem möchte ich noch hinzufügen: „Wer einmal diesen Weg in die eigene Tiefe gegangen ist, dem sind seine inneren Bilder, vielleicht auch als gewandelte archetypische Ursinnbilder ins Bewusstsein gerückt. Sie können ihn begleiten auf dem weiteren Weg durchs Leben. Diese neue Bewusstheit gibt mehr Ausgeglichenheit und die Freiheit, losgelöst von inneren Mustern und Geboten, neue Schritte zu wagen.“

### Literaturverzeichnis

- BAER, Udo: Gefühlssterne, Angstfresser, Verwandlungsbilder... Kunst- und gestaltungstherapeutische Methoden und Modelle, Verlag: Semnos 2014.
- BERG, Sigird: Impulstext: Manchmal fühle ich mich wie ein Stein.
- BRUCE-MITFORD, Miranda: Zeichen und Symbole Ihre Geschichte und Bedeutung Verlag: Dorling Kindersley 2008.
- LUMMA, Klaus, MICHELS, Brigitte, LUMMA, Dagmar: Quellen der Gestaltungskraft: ein Lehrbuch zum lebendigen Lernen mit Tafeln, Minilektionen, Merksätzen und bebilderten Praxisbeispielen; Hamburg (Windmühle) 2009.
- REDDEMANN, Luise, WETZEL Sylvia: Der Weg entsteht unter deinen Füßen, Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen.
- RIPOTA, Reter P.M. Magazin 8/2004: Die Macht der Symbole.
- RIEDEL, Ingrid: Farben, In Religion, Gesellschaft, Kunst und Psychotherapie, Kreuz Verlag 1999.
- RIEDEL, Ingrid: Formen, Tiefenpsychologische Deutung von Kreis, Kreuz, Dreieck, Quadrat, Spirale und Mandala, Kreuz Verlag 2002.
- SCHARMER C.Otto: Theorie U - Von der Zukunft her führen, Verlag Carl Auer 2009.
- SCHLÜTER, Manfred: Vom Fischer der ein Künstler war, Verlag: Mixtvision 2011.

Gunda Hufnagel

## **Willkommen im Sein – Jetzt ist deine Zeit**

### Die Wirkung von Symbolen als Metaphern

#### **Zusammenfassung:**

Diese Arbeit befasst sich mit der Wirkung von Symbolen und deren Einsatzmöglichkeit in der kunsttherapeutischen Arbeit. Jeder Mensch hat aufgrund seiner Erfahrungen bewusst und auch unbewusst Zugang zur Bedeutung von Symbolen. Dieser Zugang lässt sich auf vielfältige Weise in der kreativen Auseinandersetzung mit Lebensthemen nutzen. Symbole fungieren als Chiffrierung wie eine Art Geheimsprache und lassen unklare Situationen greifbarer werden. Sie sind Ausdrucksmittel, Erklärungs- und Handlungsmodell und bieten Möglichkeiten der Verankerung von Lösungsansätzen. Nicht zuletzt sind Symbole Hilfsmittel, die Akzeptanz von schwierigen Lebenssituationen erleichtern. Im Praxisbeispiel wird die Arbeit mit einer jungen Klientin beschrieben. Bei dieser Arbeit kommt die Methode des therapeutischen Triptychons zum Einsatz. Die Klientin kann sich auf unterschiedliche Aspekte auf Probe positionieren und dabei neue Werte und Lösungen erkennen. Eingerahmt ist die Arbeit von Impulstexten mit dem Symbol „Stein“, welche dem Leser erlauben, persönlich einzutauchen in die Wirkung von Symbolik.

#### **Biographische Notiz:**

Gunda Hufnagel; 91567 Herrieden

Counselor grad. BVPPT, Fachrichtung Kunst- und Gestaltungstherapie

Kurse: „Freies Malen in Acryl“ und „Kreatives Schreiben“ über die VHS Herrieden  
Workshops für Selbsthilfegruppen

Trauerbegleitung, Einzelarbeit



#### **Lehrcounselor:**

Christine Kammerer, Nürnberg

Pauline Ulrich, Ansbach

#### **Lehrtrainer der Weiterbildung:**

Dr. Klaus Lumma, Eschweiler

Dagmar Lumma, Eschweiler

Brigitte Michels, Mettmann

Hella Janssen-Hack, Brüssel

Manuel Rohde, Wuppertal

Astrid Brehmer-Kreis, Lauf

Kerstin Hof, Hamburg

**IHP Bücherdienst** \* Schubbenweg 4 \* 52249 Eschweiler

---

Tel 02403 4726 \* Fax 02403 20447 \* eMail office@ihp.de

[www.buecherdienst.ihp.de](http://www.buecherdienst.ihp.de)

IHP Manuskript 1504 G \* ISSN 0721 7870

2015

