

Inhalt

Geleitwort	9
<hr/> <i>Ingrid Riedel</i>	
Einleitung	11
<hr/>	
Teil I Theoretische Grundlagen der Symbolarbeit	15
<hr/>	
1 Einführung in die Symbolpsychologie	17
<hr/>	
1.1 Symbole in der Alltagswelt	17
1.2 Was sind Symbole?	20
1.3 Der tiefenpsychologische Zugang zu Symbolen	22
1.4 Symbole und Archetypen	23
1.5 Symbole und ihre existentielle Bedeutung	25
1.6 Symbole in der Therapie	28
1.7 Zugänge zur Symbolerfahrung und -deutung	31
1.8 Übungen zur Symbolisierung	36
2 Alte und neue Symbole	37
<hr/>	
2.1 Die Universalität von Symbolen	37
2.2 Symbole in der Alltagssprache	38
2.3 Das Labyrinth – ein altes Wegsymbol	39
2.4 Das Auto – ein modernes Selbstsymbol	42
2.5 Tiersymbolik	45
2.6 Das Element Wasser	50
2.7 Zahlensymbolik: Die Zahl Dreizehn	52

3	Das Menschenbild der Analytischen Psychologie	55
3.1	Ich und Selbst, persönliches und kollektives Unbewusstes	55
3.2	Werde der/die du bist – das Konzept der Individuation	60
3.3	Individuation, Identität und Kohärenz im Zeitalter der Postmoderne	62
3.4	Sinnsuche und Spiritualität	63
3.5	Die Schattenproblematik	66
3.6	Die therapeutische Beziehung	68
4	Symbole und Symbolarbeit in Gruppen	70
4.1	Zur Bedeutung von Selbsterfahrungs- und Therapiegruppen	71
4.2	Der Archetyp der Gruppe	74
4.3	Gruppenpsychotherapie auf der Basis der Analytischen Psychologie	75
4.4	Symbolische Ausdrucksformen in Gruppen	80
4.5	Gruppen als Erfahrungsräume der Individuation	84
Teil II	Methoden der Symbolarbeit	87
5	Traumsymbole und Traumarbeit	89
5.1	Bedeutung und Sinn des Träumens	89
5.2	Das Traumverständnis C. G. Jungs	92
5.3	Funktionen des Traums aus Sicht der Analytischen Psychologie	93
5.4	Subjektstufige und objektstufige Trauminterpretation	94
5.5	Das Verstehen von Träumen	95
5.6	Träume als Wegweiser	97
5.7	Alpträume und Angstträume	98
5.8	Traumbeispiele	99
5.9	Traumarbeit in Gruppen	102
5.10	Wie man Träume besser erinnern kann	104

6	Arbeit mit Märchen	106
6.1	Märchen als Lebenshilfe	106
6.2	Tiefenpsychologische Zugänge zu Märchen	109
6.3	Märchenbeispiele und ihre Deutung	111
6.4	<i>Aschenputtel</i> – aus der Trauer zurück ins Leben	113
6.5	<i>Rumpelstilzchen</i> – der Leistungskomplex der Vätertöchter	122
6.6	<i>Die gute Stiefmutter</i> – Heilung von frühen Traumatisierungen	128
6.7	Wie man Märchen entschlüsseln kann	136
6.8	Was man mit Märchen alles machen kann	137
7	Geschichten als Medizin – <i>Der Prinz, der glaubte ein Truthahn zu sein</i> und andere Weisheits- geschichten	143
7.1	Die heilsame Kraft der Geschichten	143
7.2	Geschichten für die therapeutische Arbeit	146
8	Imagination als Zugang zur inneren Bilderwelt	155
8.1	Imagination und Phantasie	155
8.2	Aktive Imagination	157
8.3	Entspannungsanleitungen zur Vorbereitung	158
8.4	Praktische Hinweise zur therapeutischen Arbeit mit Imaginationen	160
8.5	Beispiele aus der therapeutischen Praxis	161
8.6	Übungen zur Imagination	164
8.7	Wirkungen der Imagination	169
9	Symbole malen und gestalten	170
9.1	Malen – mit sich selbst experimentieren	170
9.2	Wirkfaktoren des therapeutischen Malens	172
9.3	Anregung zum Malen und zur Motivfindung	176
9.4	Hinweise zum Verständnis von Bildern	176

9.5	Beispiele von Bildern aus der Therapie	179
9.6	Bilder in der Sprache	192
9.7	Malen und Gestalten in Gruppen	193

10	Symbolarbeit mit einzelnen Gegenständen	195
-----------	--	------------

10.1	Sinnerfahrung mit Symbolen und Ritualen	195
10.2	Stein-Meditation	196
10.3	Ein Feuer-Ritual zur Befreiung	197
10.4	Fragebogen zur Symbolik des Wassers	198

Nachwort	200
-----------------	------------

Literatur	202
------------------	------------

Personenverzeichnis	209
----------------------------	------------

Stichwortverzeichnis	211
-----------------------------	------------
