

Jobst Finke

Träume, Märchen, Imaginationen

Personzentrierte Psychotherapie und
Beratung mit Bildern und Symbolen

2. überarbeitete Auflage

Ernst Reinhardt Verlag München

Dr. med. *Jobst Finke*, Essen, ist Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie sowie für Neurologie und Psychiatrie, Gesprächspsychotherapeut und tiefenpsychologischer Psychotherapeut. Er ist in der Ausbildung für tiefenpsychologisch fundierte und personzentrierte Psychotherapie tätig.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

ISBN 978-3-497-02974-7 (Print)

ISBN 978-3-497-60119-6 (PDF-E-Book)

ISBN 978-3-497-61358-8 (EPUB)

ISSN 1860-5486

© 2020 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in EU

Reihenkonzeption Umschlag: Oliver Linke, Hohenschäftlarn

Covermotiv unter Verwendung eines Werkes von Lioba Hartmann, München

Satz: Arnold & Domnick, Leipzig www.arnold-domnick.de

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Vorwort	11
Einführung – Grundpositionen beim personzentrierten Arbeiten mit Bildern und Symbolen	15
1 Die „nicht bewusste organismische Existenz“ im Spiegel der Ideengeschichte und der personzentrierten Störungstheorie	15
1.1 Die personzentrierte Sicht unbewusster Phänomene	15
1.2 Das konzeptuelle und das organismische Selbst	18
2 Die Sprache der inneren Bilder	21
2.1 Das Bild als Ausdruck des organismischen Erlebens	21
2.2 Symbol und Zeichen	24
2.3 Die Vieldeutigkeit der inneren Bilder	25
3 Das personzentrierte Verstehen der inneren Bilder	26
3.1 Verstehen als Konsensbildung	26
3.2 Das Symbolverstehen im Sinne einer hermeneutischen Phänomenologie	29
Teil 1 – Personzentriertes Arbeiten mit Träumen	33
1 Die Sprache der Träume	33
2 Neurophysiologische und psychologische Charakteristika des Traums	35
3 Die Vielfalt der Träume	38
3.1 Durch formale Kriterien bestimmte Träume	38
3.1.1 Initialträume	38
3.1.2 Wiederholungsträume	39
3.1.3 Luzide Träume	39
3.2 Durch inhaltliche (thematische) Kriterien bestimmte Träume	40

6 Inhalt

3.2.1	Angstträume	40
3.2.2	Glücks- und Sehnsuchtsträume	41
3.2.3	Existenzielle Träume	42
3.2.4	Beziehungsträume	42
3.2.5	Alltagsträume	43
3.3	Die behandlungspraktische Bedeutung von Traumthemen	44
4	Die Bedeutung des Traumes in der Personzentrierten Psychotherapie	45
5	Das personzentrierte Traumkonzept	47
5.1	Das organismische Erleben als Quelle des Träumens	48
5.2	Das Selbst- und das Beziehungskonzept und die Selbstperspektive	50
5.2.1	Das Selbstkonzept und das Beziehungskonzept	50
5.2.2	Die Beziehungs- und die Selbstperspektive	52
5.3	Der Traum als Bühne der nicht bewussten organismischen Existenz	54
6	Die Funktionen des Traumes aus Sicht der Gesprächspsychotherapie	56
6.1	Die Problemlösungsfunktion des Traumes	56
6.2	Die stimmungs- und beziehungsregulierende Funktion des Traumes	57
6.3	Die Darstellungsfunktion des Traumes	58
6.3.1	Die Aktualisierung des organismischen Selbst	58
6.3.2	Die Aktualisierung des Selbstkonzeptes	58
6.4	Die ausgleichende, Ganzheit stiftende Funktion des Traumes	59
7	Personzentriertes Verstehen von Träumen	60
7.1	Der Traum als Rätsel	60
7.2	Das Vorverständnis des personzentrierten Verstehens	63
7.3	Klient und Therapeut als Experten des Traumverstehens	65
7.4	Ganzheit und Partikularität der Traumerzählung	70
8	Indikation der Arbeit mit Träumen	71
9	Praxis der Arbeit mit Träumen	72
9.1	Arbeiten auf der Imaginationsebene	73
9.1.1	Verdeutlichen und imaginatives Nacherleben der Traumbilder	73
9.1.2	Vergegenwärtigen und Wiederbeleben der Traumstimmung	74

9.1.3	Interaktion mit den Traumfiguren anregen	75
9.2	Arbeiten auf der Reflexionsebene	76
9.2.1	Aufgreifen der emotionalen und kognitiven Resonanz	76
9.2.2	Identifizieren und Differenzieren der Traumthemen	77
9.2.3	Interpretieren	79
9.3	Schematische Darstellung des personzentrierten Traumverständnisses	86
9.4	Beispiel einer Traumbearbeitung	86
9.4.1	Arbeiten auf der Imaginationsebene	87
9.4.2	Arbeiten auf der Reflexionsebene	89
9.4.3	Oszillieren zwischen Imaginations- und Reflexionsphase	92
9.5	Zusammenfassende Beurteilung eines Therapieverlaufes	99
10	Arbeit mit Träumen in der Gruppe	101
11	Resümee	103
Teil 2 – Imaginationen in der Gesprächspsychotherapie		105
1	Therapeutisches Arbeiten mit inneren Bildern	105
2	Indikation zum Arbeiten mit Imaginationen	107
3	Das psychotherapeutische Kommunizieren in Bildern und in Begriffen	109
4	Die Imaginationen des Therapeuten als Mittel der Empathie	112
5	Klärungs- oder bewältigungsorientierte Zielsetzung bei der Arbeit mit Imaginationen	114
6	Methoden in der Arbeit mit Imaginationen	116
7	Themen der Imagination	119
7.1	Die Bedeutung des organismischen Erlebens für die Arbeit mit Imaginationen	119
7.1.1	Imagination zu einem Gefühl	120
7.1.2	Imaginationen zu einem Bedürfnis	124
7.2	Imaginationen zum Selbstkonzept	127
7.3	Imaginationen zum Beziehungskonzept – Die Beziehungs- und Selbstperspektive	132
7.4	Imaginationen zum Alter Ego	137

8 Bewältigungsorientiertes Arbeiten mit Imaginationen	140
9 Die Arbeit mit Imaginationen in der Gruppe	142
10 Resümee	144
Teil 3 – Personzentrierte Arbeit mit Märchen	145
1 Das Märchen in der Personzentrierten Psychotherapie	146
1.1 Strukturelle Ähnlichkeiten von Träumen und Märchen	146
1.2 Warum Arbeit mit Märchen in der Personzentrierten Psychotherapie?	148
1.3 Indikation der Arbeit mit Märchen	150
1.3.1 Anregung der Selbstexploration	150
1.3.2 Vertiefung der Selbstexploration	151
1.4 Narrative Charakteristika des Märchens	152
2 Die Praxis der Arbeit mit Märchen	158
2.1 Personzentriertes Verstehen von Märchen	158
2.1.1 Zentrale Märchenmotive und die Komplexität des Symbolverstehens	158
2.1.2 Auf den Klienten bezogenes Märchenverständnis	162
2.1.3 Die Symboldeutung häufiger Märchenbilder	163
2.2 Merkmale des therapeutischen Vorgehens	167
2.2.1 Einleitung der Märchenarbeit	167
2.2.2 Handlungsmuster für die personzentrierte Märchenarbeit	168
2.3 Fallbeispiele aus der Therapiepraxis	171
2.3.1 Befreiung aus depressiver Resignation: „Der Eisenhans“	171
2.3.2 Trennungsangst: Von der Mutterabhängigkeit zur Autonomie: „Die Gänsemagd“	178
2.3.3 Ein stützendes Alter Ego gegen Näheangst: „Aschenputtel“	186
2.4 Märchenarbeit in der Gruppe	189
3 Psychische Störungen im Spiegel von Märchenmotiven	192
3.1 Individuelle Störungsformen und Märchenmotive	193
3.1.1 Angst	194
3.1.2 Depression	199
3.1.3 Das „falsche Selbst“ und die Wege zur Selbstkongruenz	200
3.1.4 Von der Abhängigkeit zur Autonomie	203
3.2 Störungen in Paarbeziehungen	204
3.2.1 Die Kampfbeziehung: Machtanspruch und narzisstische Rivalität	204

3.2.2 Enttäuschte Beziehungserwartungen und Beziehungsvermeidung	205
3.2.3 Symbiose und einengende Verpflichtung	207
3.3 Familiäre Störungen und Konflikte	208
3.3.1 Rivalitätsbestimmter Mutter-Tochter-Konflikt	208
3.3.2 Inzestuöser Vater-Tochter-Konflikt	210
3.3.3 Mutter- und Vater-Sohn-Konflikt	212
4 Die therapeutische Weisheit des Märchens	212
4.1 Achtsamkeit und wertschätzende Weltbezogenheit	213
4.2 Ein hilfreiches Alter Ego aktivieren	215
4.3 Selbstvertrauen und Eigenwille aktivieren	217
5 Resümee	218
Epilog	219
Literatur	220
Sachregister	227
Märchenregister	230