

# Inhalt

<b>Geleitwort</b>	<b>9</b>
-------------------	----------

---

*Ingrid Riedel*

<b>Einleitung</b>	<b>11</b>
-------------------	-----------

---

## **Teil I Theoretische Grundlagen der Symbolarbeit**

<b>1</b>	<b>Einführung in die Symbolpsychologie</b>	<b>17</b>
----------	--	-----------

---

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	27
1.7	Zugänge zur Symbolerfahrung und -deutung	31
1.8	Übungen zur Symbolisierung	35

<b>2</b>	<b>Alte und neue Symbole</b>	<b>37</b>
----------	------------------------------	-----------

---

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	64
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	83

**Teil II Methoden der Symbolarbeit**

**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

<b>6</b>	<b>Arbeit mit Märchen</b>	<b>105</b>
6.1	Märchen als Lebenshilfe	105
6.2	Tiefenpsychologische Zugänge zu Märchen	108
6.3	Märchenbeispiele und ihre Deutung	110
6.4	<i>Aschenputtel</i> – aus der Trauer zurück ins Leben	112
6.5	<i>Rumpelstilzchen</i> – der Leistungskomplex der Vatertöchter	120
6.6	<i>Die gute Stiefmutter</i> – Heilung von frühen Traumatisierungen	126
6.7	Wie man Märchen entschlüsseln kann	133
6.8	Was man mit Märchen alles machen kann	135
<b>7</b>	<b>Geschichten als Medizin – <i>Der Prinz, der glaubte ein Truthahn zu sein</i> und andere Weisheitsgeschichten</b>	<b>140</b>
7.1	Die heilsame Kraft der Geschichten	140
7.2	Geschichten für die therapeutische Arbeit	143
<b>8</b>	<b>Imagination als Zugang zur inneren Bilderwelt</b>	<b>152</b>
8.1	Imagination und Phantasie	152
8.2	Aktive Imagination	154
8.3	Entspannungsanleitungen zur Vorbereitung	155
8.4	Praktische Hinweise zur therapeutischen Arbeit mit Imaginationen	157
8.5	Beispiele aus der therapeutischen Praxis	158
8.6	Übungen zur Imagination	161
8.7	Wirkungen der Imagination	165
<b>9</b>	<b>Symbole malen und gestalten</b>	<b>167</b>
9.1	Malen – mit sich selbst experimentieren	167
9.2	Wirkfaktoren des therapeutischen Malens	169
9.3	Anregung zum Malen und zur Motivfindung	172
9.4	Hinweise zum Verständnis von Bildern	173

