

Arbeit mit Symbolen

Erklärungen sind toll und eindeutig – vor allem für die Person, die sie gibt. Als Sprecherin habe ich oft den Eindruck, dass ich sehr klar mitteile, was ich denke, wie ich fühle und wie ich meine Ideen vor Augen habe.

Wenn ich dann mein Gegenüber sehe, wie es die Augen zusammenkneift und versucht, sich mein Bild vorzustellen, merke ich sehr schnell, dass ich die Klarheit nicht so ganz vermitteln konnte.

Deshalb greife ich gerne auf Symbole zurück. Vor allem in Workshops finde ich es sehr hilfreich, mit Symbolen zu arbeiten. Wenn jede Person ein Symbol für ihre Stärke zeichnet, formt, darstellt oder von einem Spaziergang im Park mitbringt und dieses in die Vorstellung einbaut, werden gleich mehrere Sinne gleichzeitig angesprochen. Die Erinnerung an den Namen und die Inhalte der Vorstellungsrunde wird dadurch intensiviert und es kann in der ersten Pause bereits ein anregendes Gespräch stattfinden.

Im Einzel-Setting dienen Symbole der intensiven Auseinandersetzung mit gewünschten Eigenschaften. Wofür steht ein Schlüssel? In welches Schloss passt er? Wie wäre die Situation aus der Sicht eines Adlers, der von weit oben den optimalen Überblick hat? Wie würde eine kleine Ameise dieses Problem lösen? Eine Walnuss unterstützt die Frage: Was wird sichtbar, wenn die Schale geknackt ist?

In meiner Ausbildung habe ich im Park unterschiedliche Blätter gesammelt und in die Großgruppe mitgebracht. Die Formen, Farben und Muster haben für mich die Vielfalt meines Lebens symbolisiert und je nach Situation ist eine Seite stärker im Vordergrund, dann wieder eine andere.

Welche Erfahrungen haben Sie mit Symbolen?

Wie setzen Sie Symbole in der Beratung ein?

Wie reagieren Sie, wenn Ihre Beraterin / Ihr Berater Sie zur Symbolarbeit einlädt?