

Diplomarbeit zum Abschluss als  
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin /  
Psychosozialen Beraterin

**„Unterstützung von logotherapeutischen  
Beratungsprozessen durch Bild und Text-  
eine Analyse ausgewählter Anwendungs-  
möglichkeiten für die eigene praktische Tä-  
tigkeit“**

Mag. Angela Rottermann

EALU (=Europäische Akademie für Logotherapie Universität)

Lehrgang Linz 2022, St.Georgen,05.01.2025



---

# 1. Einleitung: Entstehung und Präzisierung der Fragestellung

Schon lange vor diesem Ausbildungslehrgang beschäftigte ich mich in meiner Funktion als Lehrerin mit dem sinnvollen Einsatz von Bild und Text in der Vermittlung von Lehrinhalten, zum besseren Verständnis, zum Strukturieren und „Ordnung ins Chaos“ bringen, beim Einsatz von eLearning usw.. Anwendungsgebiete dafür gibt es gerade im Lehrendenbereich viele: seien es Präsentationen, Flipcharts, Sketchnotes, Lernlandkarten, Mindmaps oder einfache Symbole oder Redewendungen, die das Verständnis für neue Inhalte oder das Merken erleichtern.

Durch meinen Lehrgang „Logopädagogik“ am Viktor Frankl Zentrum Wien fand ich ein weiteres Anwendungsgebiet vor: dort wurden Konzepte der Logotherapie in ansprechenden und aussagekräftigen Grafiken so präsentiert, dass sie mich sofort ansprachen. Zudem merkte ich, wie wirkungsvoll Bilder auch zum Verbinden von Kognition und Gefühlen verwendet werden können als ich in die Berührung mit der Anwendung „Bühne spezial“ nach Dr- Boglarka Hadinger kam. Eine Kollegin in der Ausbildung schaffte es zudem immer wieder, durch erzeugte Bilder im Kopf aufgrund von Redewendungen in unseren Übungssituationen der Gesprächsführung genau den richtigen Punkt zu treffen. Auch Text und Worte hatten während der Ausbildung großes Gewicht: sei es bei Metaphern, beim Kennenlernen der Bibliothherapie oder beim Schreiben der Autobiographie im Rahmen der Selbsterfahrung. In allen der aufgezählten Beispiele konnte ich selbst die Wirkung erfahren, die Bilder in uns im Beratungskontext auslösen, sei es durch tatsächliche „Bilder“ oder „Symbole“ oder durch Bilder, die aufgrund von Metaphern oder Geschichten (Stichwort narrative Interventionen) entstehen oder auch einfach durch Bewusstmachen des in der Logotherapie so wichtigen Selbstbildes- Menschenbildes und Weltbildes und „Aufschwingen“ in die geistige Dimension, wie es z.B. im Rahmen des angeleiteten Schreibens der Autobiographie passiert.

Aus dieser Erfahrung heraus entstand mein Wunsch, mich näher damit zu beschäftigen, um in meinen Beratungssituationen die in der Ausbildung nur gestreiften Werkzeuge näher zu analysieren und als Unterstützung der Beratung zur Verfügung zu haben, wobei für mich in diesem Zusammenhang die Devise der Logotherapie entscheidend ist, dass es nicht unzählige Methoden braucht, sondern, dass es wichtig ist,

---

in welcher Haltung die beratende Person ihre Beratung durchführt und dass die Wirkung einer Beratung nicht davon abhängt, wie viele „Tools“ verwendet werden, sondern inwiefern das Menschenbild der Logotherapie transportiert wird (durch Vermittlung und Vorbild), um dann ad personam et ad situationem gut auf die zu beratende Person eingehen zu können. In dem Zusammenhang ist es mir wichtig, zu betonen, dass ähnlich wie beim eLearning oder Lernen gilt: Methode wird an Klient:in angepasst und nicht umgekehrt.

Zur Präzisierung der Fragestellung: Ich möchte in dieser Arbeit darauf eingehen, inwiefern Bild und Text logotherapeutische Beratungen unterstützen und wie eine logotherapeutische Beratung in Kombination mit Bild und Textunterstützung aussehen kann. Dazu soll es zu Beginn einen Überblick über die Grundhaltungen und das Menschenbild geben, auf denen die logopädagogische Beratungssituation aufbaut, weil auch die Verwendung von Bild und Text in dieser Grundhaltung erfolgen soll bzw. über Bild und Text Teile des Menschenbildes vermittelt als Teil der konkreten Beratung.

Im Anschluss daran folgt eine Analyse einiger ausgewählter praktischer Anwendungsbeispiele aus der Vielzahl an möglichen Anwendungsfeldern, die mich für meine Beratungen besonders interessieren- mit einer Betrachtung von Vorteilen aber auch möglichen Stolperfallen bzw. einer Überprüfung des tatsächlichen „Mehrwertes“ des Einsatzes, da die Bilder und der Text den Beratungsprozess tatsächlich unterstützen und nicht nur „schmückendes“ Beiwerk sein sollen. Dabei spielt die mit den Methoden gemachte Selbsterfahrung eine Rolle.

Grundsätzlich sind alle Methoden mit entsprechender Anpassung auch digital einsetzbar bzw. gäbe es natürlich auch die Möglichkeit der Unterstützung durch künstliche Intelligenz z.B. bei der Symbolerstellung oder bei Geschichten. Die Persönlichkeit der beratenden Person bleibt aus meiner Sicht trotzdem DER wichtige Teil der Beratungssituation. Daher gehe ich in dieser Arbeit nur auf die analoge Umsetzung ein.

---

## 2. Logotherapie als Grundlage in der Beratung

Zu Beginn eine Begriffsunterscheidung: im beraterischen Kontext auf Basis der Logotherapie verwende ich im weiteren Verlauf der Arbeit mehrmals den Ausdruck „logopädagogische“ Beratung, weil die „logotherapeutische“ Beratung im eigentlichen Sinn Logotherapeuten vorbehalten ist. Zusätzlich dazu sei erwähnt, dass bei Verdacht auf ein Trauma, eine körperliche Ursache oder eine behandlungswürdige psychische Erkrankung die Beratung im Sinn der Lebens und Sozialberatung nur als supportive Methode und nur nach Abklärung und Weitervermittlung an entsprechende Stellen durchgeführt wird.

Was die Logotherapie grundlegend von anderen Therapierichtungen unterscheidet, ist die geistige Dimension als spezifisches Element. Sie ist neben der körperlichen und der psychischen Dimension die von Viktor E. Frankl, dem Begründer der Logotherapie, als „spezifisch humane“ Dimension bezeichnete Ebene im dreidimensionalen Menschenbild der Logotherapie, die es dem Menschen ermöglicht, sich über das so genannte Psychophysikum (=psychische und somatische Dimension) zu erheben (in einem dreidimensionalen Sinn sozusagen in die Höhe) und somit zu seinen inneren und äußeren Zu- und Umständen (in einem dreidimensionalen Sinn die Ebene) Stellung zu beziehen (=Selbstdistanzierung (vgl. Schechner & Zürner, 2011, S. 36) souveräne Willensentscheidungen zu treffen anstatt „getrieben“ als Opfer zu agieren, religiös zu sein, ein Werteverständnis zu haben, zu lieben, humorvoll zu sein, sein Gewissen zu befragen usw.. Erst diese Dimension macht den Menschen laut Frankl zum Menschen. (vgl. Lukas, Lehrbuch der Logotherapie, 2023, S. 22f) Durch das „Aufschwimmen“ in die geistige Dimension ist auch die so genannte Selbsttranszendenz als wichtige Möglichkeit des Menschen gegeben. Diese und auch die vorhin erwähnte Fähigkeit zur Selbstdistanzierung beschreibt Viktor Frankl in der 8. von seinen 10 Thesen über die Person als ein „aus sich selbst heraustreten und sich selbst gegenüber treten“ (vgl. Frankl V., Ärztliche Seelsorge- Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse, 2007, S. 338). Laut Viktor Frankl ist es wesentlich, dass der Mensch auf etwas hin lebt, das nicht wieder er selbst ist. (vgl. Frankl V., Der Wille zum Sinn, 2021, S. 30)

Grundsätzlich ist jede Beratung im logotherapeutischen Kontext auf darauf ausgerichtet, den zu beratenden Menschen bei seiner Suche nach dem Sinn in seinem Leben zu unterstützen, weil jeder Mensch den Willen zum Sinn (empirisch bewiesen) in sich

---

trägt. Dabei geht es allerdings vorrangig darum, DEN Sinn des Lebens zu entdecken, sondern den Sinnanruf des jeweiligen Augenblicks für diese ganz konkrete Person. (vgl. Frankl V. , Grundkonzepte der Logotherapie, 2015, S. 26). Viktor Frankl geht davon aus, dass der Sinnanruf für jede Person einmalig und einzigartig ist und nicht vorgegeben, sondern gefunden werden muss, während Werte so genannte Sinn- Universalien sind, die nicht in einer einmaligen Situation sondern in typischen, sich wiederholenden Situationen auftreten und dem Menschen Halt geben. Über folgende Werte (auch „Hauptstraßen zum Sinn“ genannt) findet der Mensch Sinn: Schöpferische Werte, Erlebniswerte und Einstellungswerte. (Frankl V. , Der Wille zum Sinn, 2021, S. 23ff). Durch die Ausrichtung auf Sinn in der Beratung können Hindernisse im Leben des zu Beratenden überwunden werden, weil durch die Ausrichtung auf Sinn ein Kraftzuwachs stattfindet. (vgl. Schechner & Zürner, 2011, S. 80). Ist der zu Beratende jedoch auf Zweck oder Lust ausgerichtet bzw. auf das direkte Anstreben oder Erzwingen wollen z.B. von Erfolg, Macht, Glück o.ä. , kommt es zu einer ungesunden Schräglage. In der logopädischen Beratung wird in diesem Fall mit dem so genannten Sinn-Zweck- Diagramm gearbeitet. ( vgl. Schechner & Zürner, 2011, S. 83ff).

Im Zusammenhang mit dem Wertesystem („wozu leben?“) eines Menschen unterscheidet die Logotherapie horizontale (mehrere verschiedene Werte) und pyramidale (nur 1 Wert an der Spitze) Wertesysteme. Ziel der logopädischen Beratung ist ein horizontales Wertesystem, weil Menschen in ihrer Balance dann wesentlich stabiler sind. Bei einem pyramidalen Wertesystem hingegen wankt die seelische Balance schnell. Viktor Frankl sagte hierzu: „Hinter jeder Verzweiflung steckt eine Vergötzung“ (Anm.: eines einzelnen Wertes) (vgl. Lukas, Auch dein Leben hat Sinn- Wege zur seelischen Gesundheit, 2021, S. 22f) (vgl. Lukas, Lehrbuch der Logotherapie, 2023, S. 233ff). Wertearbeit ist in der Beratung z.B. auch angezeigt, wenn es nicht um ein konkretes Problem geht, sondern die beratende Person einen Reifeschritt anregen will (vgl. Hadinger, Kurz, & Mrusek, 2008, S. 94f.)

Die Logotherapie geht davon aus, dass Menschsein immer mit Freiheit bei gleichzeitiger Verantwortung einhergeht. So beschreibt es Viktor Frankl in seiner 5. These über die Person. Menschsein ist entscheidendes Sein , d.h. der Mensch kann jederzeit entscheiden, was er im nächsten Augenblick sein will und Veränderung ist somit in jedem Augenblick möglich (selbst, wenn es dabei nur mehr um eine Veränderung der Einstellung geht) (vgl. Frankl V. , Ärztliche Seelsorge- Grundlagen der Logotherapie und

---

Existenzanalyse, 2007, S. 335). Mit Freiheit ist allerdings nicht die Freiheit des Menschen von seinen biologischen, psychologischen oder soziologischen Bedingungen gemeint, denn davon ist er nicht frei. Sondern er ist frei, zu diesen Bedingungen Kraft seiner geistigen Dimension Stellung zu nehmen. (vgl. Frankl V. , Ärztliche Seelsorge-Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse, 2007, S. 18). Dadurch ist auch Selbstgestaltung möglich- ein wichtiger Aspekt in der Beratung. In der Logopädagogik findet sich dieses Thema in der 5. Logopädagogischen These mit dem Leitsatz „Lass nicht andere für dich leben, nur du kannst deine Antwort geben“ wieder. (vgl. Schechner & Zürner, 2011, S. 184). Die Freiheit hat der Mensch allerdings nur in seinem persönlichen Freiraum, nicht im schicksalhaften Raum. Die Dialektik von Schicksal und Freiraum ist für die Beratung ebenfalls von Bedeutung, weil sie dazu herausfordert, das, was nicht änderbar ist mit Hilfe der Trotzmacht des Geistes weise anzunehmen und dort, wo ein Freiraum besteht, mutig zu gestalten. (vgl. Lukas, Distanz zur Angst, 2021, S. 30f)

Eine weitere wichtige Eigenschaft, die die Logotherapie dem Menschen zuschreibt ist seine Einmaligkeit und Einzigartigkeit. Frankl verwendet in dem Zusammenhang vom Mosaikstein in einem Bild, der im Gegensatz zu einem Pflasterstein auf der Straße für das Gesamtbild unersetzbar ist und genauso wie er ist für die Welt gebraucht wird. (vgl. Frankl V. , Ärztliche Seelsorge- Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse, 2007, S. 125). Es geht um das Individuum und nicht um die Massewertvoll z.B. für die Arbeit am Selbstwert bzw. dem Selbstbild in der Beratung.

Die Grundannahme der Logotherapie ist es auch, dass die Frage nach dem WARUM in einer Situation die falsche Frage ist. Besser ist die Frage nach dem WOZU (fordert es mich heraus). (vgl. Philipp, 2020, S. 55ff)

Ein wichtiger Leitsatz ist weiters, dass sich aus immer wieder ausgeführten Handlungen schließlich eine Haltung entwickelt und sich die jeweilige Person dadurch ihr eigenes (Lebens) Denkmal setzt. Das bedeutet im Umkehrschluss, dass das Ändern von Gewohnheiten meist in kleinen Schritten erfolgt und nur, wenn es ein WOFÜR gibt bzw. das Motto „meden agan“ (nichts zu sehr) lauten sollte. (vgl. Schechner & Zürner, 2011, S. 168ff)

---

Zur Haltung der beratenden Person gibt es folgende Aspekte zu beachten:

Es soll kein Oktroi von Werturteilen bzw. keine Suggestion durch die beratende Person geben. Die zu beratende Person soll zum vollen Bewusstsein der eigenen Verantwortung geführt werden. (und dazu, mit Hilfe ihres Gewissens zu entscheiden) . (vgl. Frankl V. , Theorie und Therapie der Neurosen, 2023, S. 162f) .

Im Sinne der so genannten Wechseldiagnostik soll neben dem Leid oder der Schuld auch das (noch) Heile angeleuchtet werden, da beides wahr ist und zur Polarität des Lebens gehört (im Gegensatz zur „positiven“ Psychologie, die sich nur auf das Positive konzentriert. (vgl. Lukas, Distanz zur Angst, 2021, S. 88ff). Ebenso wenig wird versucht, Unbewusstes um jeden Preis bewusst zu machen wie z.B. in der Psychoanalyse sondern es dort, wo es sich zeigt, kurz anzuleuchten, um es dann wieder ins Unbewusste absinken zu lassen. (vgl. Frankl V. , Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, 2021, S. 70). Generell sollen Berater:innen den „Klimtblick“ (also den Blick auf die Anlagen der Person, auf, das , was noch im positiven Sinn werden kann und vielleicht noch verborgen ist) haben und gemeinsam mit dem zu Beratenden in „Detektivarbeit“ nach Ressourcen zu suchen. (vgl. Hadinger, Kurz, & Mrusek, 2008, S. 106f) (vgl. Frankl V. , Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, 2021, S. 19). Zu diesem „Entwicklungsblick“ passt auch die Idee des noodynamischen Spannungsbogens, der besagt, dass jeder Mensch im Idealfall in einer natürlichen Spannung zwischen seinem momentanen Istzustand (dem SEIN) und seinem idealen Zustand, den Sinnmöglichkeiten (dem SOLL) steht, was wiederum seinen Willen zum Sinn fördert. (vgl. Lukas, Wie Leben gelingen kann- Sinn und Freude Tag für Tag, 2018, S. 121) (vgl. Frankl V. , Grundkonzepte der Logotherapie, 2015, S. 21)

Die beratende Person soll immer ad personam et ad situationem handeln. Frankl sagt dazu: wir müssen von Person zu Person und von Situation zu Situation individualisieren und improvisieren. (vgl. Frankl V. , Ärztliche Seelsorge- Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse, 2007, S. 16) D.h. z.B. dass auch die angewendete Methode, Sprache oder der Humor (als wichtiges Element zur Selbstdistanzierung) jeweils angepasst werden müssen. (vgl. Frankl V. , Psychotherapie für den Alltag, 2015, S. 23). Die Methoden, die dabei angewendet werden, sind die Einstellungsmodulation, die Dereflexion und die paradoxe Intention. (vgl. Lukas, Lehrbuch der Logotherapie, 2023, S. 114ff) (vgl. Lukas & Schönfeld, Sinnzentrierte Psychotherapie, 2016, S. 56f) . Gefragt wird mit Hilfe des sokratischen Dialogs (vgl. Stavemann, 2015,



---

S. 24ff) bzw. als Spezialfall davon mit der naiven Fragetechnik. (vgl. Lukas, Auch dein Leben hat Sinn- Wege zur seelischen Gesundheit, 2021, S. 126ff)

### **3. Unterstützung des Beratungsprozesses durch „Bilder“**

#### **3.1. Theorieinput zu visuellen Elementen**

Als passendes Zitat ist mir bei der Recherche meiner Arbeit folgender Satz erschienen, weil er neben der Suche nach sinnvollen Visualisierungsmöglichkeiten für die zu beratende Person widerspiegelt, wie wichtig es ist, als Beraterin nichts als „richtig“ vorzugeben, sondern auch bei der Auswahl und konkreten Verwendung der jeweiligen Visualisierung ad personam et ad situationem zu agieren:

*„Die Rolle des Logotherapeuten ist eher die eines Augenarztes als die eines Malers....der Maler versucht uns die Welt so zu zeigen, wie er sie sieht. .... Die Aufgabe des Logotherapeuten besteht darin, das Gesichtsfeld des Patienten zu erweitern und auszudehnen, sodass die gesamte Vielfalt der Sinnmöglichkeiten für ihn sichtbar und bewusst wird.“* (Frankl V. , Grundkonzepte der Logotherapie, 2015, S. 28)

Warum sind Visualisierungen überhaupt sinnvoll? Bezieht man bei den Überlegungen die Lernpsychologie mit ein, ist zu sagen, dass es entgegen der früheren Meinung, es gebe z.B. reine visuelle Lerntypen oder reine auditive Lerntypen u.ä. mittlerweile bekannt ist, dass diese eindimensionale Zuordnung nicht zielführend ist. Fast alle Personen sind „Mischtypen“, für die es sinnvoll ist, wenn möglichst mehrere Sinneskanäle beim Erlernen neuer Fähigkeiten angesprochen werden. Zudem hängt es z.B. auch vom Temperament (Extraversion oder Introversion) ab, wie am besten gelernt wird oder davon, ob jemand mehr Lenkung von außen braucht oder lieber selbst entdeckt. (vgl. Hardeland, 2015, S. 127ff). Im Hinblick darauf lässt sich sagen, dass ein Vorteil der Visualisierung ist, dass neben dem Sprechen in der Beratung ein weiterer Sinneskanal angesprochen wird. Ein einzelnes Bild ohne Text ist z.B. einfach codiert, ein Sketchnote zweifach, spricht man, während der Erstellung eines Sketchnotes, gibt es eine Dreifachcodierung von Text, Bild und Tonspur. Der Goldstandard beim guten Visualisieren ist die vierfache Codierung: Text, Bild, gesprochene Sprache und Stift in

---

der Hand ermöglichen ein Ansprechen möglichst vieler Sinneskanäle. (vgl. Bütetisch, 2023, S. 28)

Zudem können Inhalte durch Visualisierungen teilweise einfacher vermittelt werden. Gezeichnete Grafiken haben die Wirkung einer Memo-Technik, was wiederum das Erinnern von Vereinbarungen und Lösungen in der Beratung erleichtert. Damit dies geschieht, liegt der Fokus beim Visualisieren auf der Reduktion der Wirklichkeit im Sinne von „weniger ist mehr“, um das wirklich Wichtige zu fokussieren und Klarheit zu bringen. (vgl. Kargl, Msc, 2022, S. 6). Aber: um komplexe Probleme zu lösen, darf gleichzeitig auch nicht unterkomplex gedacht werden. Daher müssen z.B. manche Sketchnotes trotzdem komplexer und detailreicher sein, da sie sonst der Situation nicht gerecht würden. (vgl. Bütetisch, 2023, S. 35) Zu viele gleichzeitige Reize und Codierungen können nämlich auch überfordern. Daher sollte die beratende Person auf bewusste Kommunikation beim Visualisieren achten: z.B. nicht reden während der Visualisierung, sondern im Anschluss, dafür dann wieder ganz konzentriert aufs Gegenüber und im Anschluss ev. Gedanken des Gegenübers in die Visualisierung integrieren (vgl. Bütetisch, 2023, S. 29)

Visualisieren kann auch für Menschen, die sich sprachlich ev. nicht so gut ausdrücken können, eine Hilfe sein. Bildsprache ist im Gegensatz zu Schrift- und Lautsprache oft leichter verständlich. (Man denke z.B. an Piktogramme im öffentlichen Raum)

Visualisierung kann aber auch wie beim Beispiel der „Bühne spezial“ in einem der nachfolgenden Kapitel die Vernetzung von Kognition und Emotion fördern und auf dieser Ebene Erkenntnisse zu Tage befördern, die es im reinen Überlegen und besprechen nicht gegeben hätte.

Je nach Situation und Person kann es auch sein, dass sich eine strukturierte und diagrammartige Darstellung oder eine Darstellung mit Hilfe geometrischer Formen (ähnlich wie im Businessbereich) eignet. Wenn ich das als Beraterin erkenne, kann ich durch ein derartiges Angebot die Klient:innen ev. leichter „abholen“.

Vorsicht ist geboten beim Anbieten und Interpretieren der Symbole insofern als dass alle Menschen ihren eigenen Blick auf Symbole mitbringen, sei es aufgrund ihrer Kultur, ihrer Erfahrungen, ihrer Wahrnehmungen usw. Das ist per se auch gut so, weil es den Horizont im Austausch erweitert, für die Beratung ist es jedoch wichtig, dass sich die beratende Person darüber bewusst ist und Rücksprache mit der zu beratenden Person

---

hält, um entweder bei irritierenden Symbolen oder Symbolen, die nicht passend erscheinen, nach eigenen Symbolen zu suchen oder andere anzubieten, um die gewünschte Unterstützung durch die Visualisierung auch zu erreichen und nicht durch mögliche Irritation oder Ablehnung zu stören. (vgl.Lückert & Brauner, 2022, S. 21f)

Schambesetztes oder Unangenehmes wird manchmal leichter visualisiert als ausgesprochen. (vgl.Lückert & Brauner, 2022, S. 122).

Visualisierung an sich kann oftmals auch einen neuen BLICK auf eine bekannte Situation bewirken, sozusagen einen Perspektivenwechsel bzw. neue Einsichten erzeugen und einen Blick auf die Meta- Ebene zum Geschehenen ermöglichen. (vgl.Lückert & Brauner, 2022, S. 34). Gerade dieser Metaebenen Blick „aus der Höhe“ lässt sich wieder gut mit dem logotherapeutischen Menschenbild kombinieren, um aus der geistigen Dimension heraus besser Stellung zu den Zu- und Umständen beziehen zu können.

Bei Überlegungen zum konkreten Einsatz von Visualisierungen ist immer mitzubedenken, welche Grundstruktur sich für die Visualisierung eignet. Das kann z.B. eine bereits vorüberlegten Struktur sein z.B. wenn die Grundstruktur , nach der vorgegangen wird, bereits bekannt ist wie bei linearen Listen, Prozessbeschreibungen , Verlaufskurven o.ä. .In anderen Fällen ist z.B. eine offene Strukturierung besser, z.B. für Brainstorming. Hier eignen sich z.B. Mindmaps oder Sketchnotes mit dem Ausgangspunkt im Zentrum, um dann in alle Richtungen weiterarbeiten und später ev. gliedern zu können. (vgl.Lückert & Brauner, 2022, S. 115f). Grundlage aller Visualisierungen sind Symbole und Figuren , teilweise mit kurzem Text untermalt (z.B. Sketchnotes), ev. kombiniert mit Farben. Für die Art der Umsetzung gibt es ebenfalls verschiedenste Darstellungsmöglichkeiten, (vgl.Lückert & Brauner, 2022, S. 125) so z.B. Flipchart, oder einfach nur ein Blatt Papier bzw. kleine folierte Zettel für die Hosentasche o.ä. Auch der Grad der Interaktion ist mitentscheidend. Einmal geht es um reine Präsentation des Menschenbildes, ein anderes Mal um selber Zeichnen oder Ergänzen eines bereits durch die beratende Person teilweise fertiggestellten Elements.

---

Ich habe mich im Rahmen meiner Diplomarbeit neben meinen bereits vorhandenen Vorkenntnissen weitere praktische Visualisierungskompetenzen angeeignet, die ich hier kurz zusammenfassen möchte: <sup>1</sup>

Was die Struktur betrifft z.B. den speziellen Einsatz von Rahmen, bewusste übertriebene Vergrößerung von Elementen oder Bewegung, um die Aufmerksamkeit bewusst zu lenken oder „Bewegung“ in eine starre Situation zu bringen, (vgl.Rachow & Sauer, 2019, S. 56,64) , (vgl.Bütefisch, 2023, S. 31f) , bewusste Planung von Interaktionsmöglichkeiten auf der Flipchart durch mobile Elemente, schrittweises Entblättern und statisch aufgeladene Karten, (vgl.Rachow & Sauer, 2019, S. 136ff) sodass ich einerseits vorgefertigte oder trotzdem individuell anpassbare Flipcharts habe, die nach Bearbeitung wiederverwendet bzw. der zu beratenden Person auch als Merkhilfe to go (als Foto oder als Ausdruck auf einer kleinen Karte) mitgegeben werden können. In Bezug auf die Details, was Symbole usw. betrifft, habe ich durch Üben und Ausprobieren nach dem Studium einzelner Ratgeber (Bütefisch, 2023), (Kargl, Msc, 2022), (Lückert & Brauner, 2022) verschiedene Symbole und Darstellungsarten für logopädische Konzepte überlegt und entwickelt bzw. verwende ich in manchen Punkten auch bereits vorhandene aus meiner Ausbildung in Logopädagogik. Diese hier alle anzuführen würde den Rahmen sprengen, ein Kurzüberblick dazu folgt im nachfolgenden Unterkapitel. Für die Umsetzung verwende ich jeweils mein normales Präsentationssequipment wie Stifte, Ölkreiden, Flipchartpapier, Zeichenpapier.

## **3.2. Ausgewählte Anwendungsmöglichkeiten**

### **3.2.1. Visualisierung zur Vermittlung des Menschenbildes**

Aus der Hirnforschung ist bekannt, dass durch Wiederholen von Lerninhalten oder neuen Verhaltensweisen im Gehirn die neuronalen Verknüpfungen gefestigt werden ähnlich wie bei einem Trampelpfad. (vgl.Hardeland, 2015, S. 135). Das kann z.B. nach der Beratungseinheit hervorgerufen werden durch kleine „to go“ Karten oder Fotos

---

<sup>1</sup> (Anmerkung: Anwendungsmöglichkeiten der Visualisierung gibt es viele. Ich wähle nachfolgend jene aus, die ich in der Praxis bereits exemplarisch verwendet habe oder in Zukunft verstärkt ausprobieren/verwenden möchte.)

---

vom Flipchart, von Vorhaben usw., damit sie als Mnemotechnik das Verinnerlichen unterstützen.

Ich habe konkret folgende Auswahl an Visualisierungsmöglichkeiten bereits umgesetzt und möchte diese Auswahl in Zukunft auch erweitern. Bei jeder der genannten Visualisierungen gibt es von mir eine Grundidee, die zum Einsatz kommt, aber immer auch in Rückfrage mit den jeweiligen Klient:innen. Wenn er/sie von sich aus andere Symbole hat, die besser passen, verwenden wir diese.

Sinnfindungstraining (=logopädische Bären nach Elisabeth Lukas) (vgl.Lukas, Lehrbuch der Logotherapie, 2023, S. 207) : Schritt 1: Was ist mein Problem- Symbol: Gedankenblase mit Fragezeichen darin, Schritt 2: wo ist mein Freiraum-Symbol Luftballon ,Schritt 3: welche Wahlmöglichkeiten habe ich: verschiedene Sterne, manche größer manche kleiner, manche schwarz, manche weiß – beschriften lassen (oder falls humoriger gewünscht, weil es anscheinend wenig bis keine Wahlmöglichkeiten gibt:z.B. unmögliches zulassen: z.B. auf den Mond schießen: Mondsymboll zeichnen, Mensch mit Flügeln usw. – bewusst fantastisch oder paradox,wenn passend) Schritt 4: welche davon ist die sinnvollste- anmalen und bewusstmachen: jeder Wert hat seinen Preis (daher daneben ein Eurosymbol). Schritt 5: diese eine will ich umsetzen- den einen gewählten Stern nochmals vergrößert zeichnen und ausschmücken in allen Varianten und mit nach Hause nehmen.

Sinn- Zweck Diagramm mit Hilfe eines Diagramms auf der Flipchart, vorgefertigten Wegweiserpfeilen Richtung Sinn (Aufrichtung senkrecht nach oben) und Zweck (Schräglage) . Diese werden von der zu beratenden Person in der Sitzung (nach Erklärung des Sinn-Zweck- Diagramms allgemein) gemeinsam befüllt mit Worten oder Symbolen. (entweder zum Auswählen vorgefertigt oder zum selber schreiben/zeichnen) .

Schicksal – Freiraum Zeichnung: Weg (wie es ihn oft auf Flipcharts bei Workshops gibt) ähnlich einem Zeitstrahl allerdings als Fluss. Zeitflussmodell der Logotherapie mit einzigem Verfügungsraum an der Gegenwartslinie kann hier konkret auf die Person umgelegt werden durch Symbole (was ist schicksalhaft in meinem Leben, welcher Mensch möchte ich sein, was soll über mich in der Zukunft sprechen )

Das dreidimensionale Menschenbild auf Flipchart mit Boden, auf dem man steht, Symbol der Person, Eigenschaften der konkreten zu beratenden Person können jeweils

---

zugeordnet werden- teilweise schon vorgefertigte Symbole oder Wörter, die konkret von der Person ergänzt werden können(unterteilt in biopsychosozial und geistig)

Selbsttranszendenz: Auf Flipchart ein ausgeschnittenes Fenster (Rachow & Sauer, 2019), auf das im Beratungsprozess etwas gezeichnet oder geschrieben werden kann, auf das hin sich der zu Beratende ausrichten will- sein „wofür“

Selbstdistanzierung: Auf Flipchart Berg und Figur oben am Gipfel, die auf die selbe Figur unten am Weg schaut.

Symbole: „Die Welt ist nicht heil, aber heilbar“: Welt mit Pflaster drauf als Merksymbol. „Die Person ist einmalig und einzigartig“: Puzzleteil aus einem davor angefertigten Malpuzzle mit einer Weltkugel (oder einem Orchester) drauf (oder selbst gemalt) – als Symbol zum Mitgeben. „Das Gewissen“: Kompasssymbol, „sich durch Taten ein Denkmal setzen“: Denkmal als Symbol, bei starken Emotionen: STOPP Tafel, „Trotz-macht des Geistes“: Misthaufen mit Blume drauf als Symbol , Spannungsbogen vom Sein zum Soll als einfacher Pfeil von der linken Seite mit einer Halbkugel zur rechten Seite mit einer Halbkugel, die die linke Kugel zu einer ganzen Kugel ergänzt oder einfacher Pfeil mit links Sein, rechts soll und darüber ein Ballon (im Sinne von „unterwegs sein“ , „Scheunengleichnis“: Scheune als Symbol oder Filmstreifen

Ressourcenarbeit: Symbole zum Aufkleben oder Auswählen :z.B. gab es symbolisch Berge, die ich erklommen habe, Hanteln, die ich gestemmt habe, Schutzschirme, die mich bewahrt haben vor etwas, eine Leiter erklommen haben..

Bei Angst und Zwang bzw. Gewalt: Kreisprozess vorgefertigt auf Flipchart (vgl.Rachow & Sauer, 2019, S. 74,80) , um den Prozess zu veranschaulichen, aber auch um eine Standortbestimmung zu machen, wo stehe ich gerade und wo geht es hin, wenn ich mich für diese oder jene Reaktion entscheide bzw. Angst ein Gesicht in Form eines Symbols oder Bildes geben und in Bezug auf Größe und Form gestalten, um damit in weiterer Folge zu arbeiten

Prozesse z.B. für schrittweises Ändern von Gewohnheiten in kleinen Schritten durch Prozessketten („von der Handlung zur Haltung“) visualisieren (vgl.Rachow & Sauer, 2019, S. 120) und z.B. als zusätzliche visuelle Unterstützung das Symbol der Raupe und des Schmetterlings

---

Kopernikanische Wende und Fokusdiagramm: zuerst wie bei Vokabelkärtchen auf eine Seite die Klage schreiben und auf die Rückseite den dahinterliegenden Wert erarbeiten. Es liegt an dir, welche Seite du betrachtest. Beides ist wahr. Und sich dann im Anschluss dazu entscheiden, worauf ich meinen Fokus richte: Lupensymbol vorgedruckt, dahinter werden die Werte groß aufgezeichnet oder eingetragen, neben der Lupe klein die Klagen und Unzufriedenheiten. Auch z.B. bei starken Gefühlen: Gefühle visualisieren, um sie dann als 2. Dimension bewusst zu machen, zu der ich Stellung nehmen kann: z.B. Visualisierungsfiguren (vorgezeichnet), die verschiedene Gefühle darstellen- wieder unter die Lupe bzw. worauf will ich mich fokussieren, wenn die Gefühl ZU stark sind (denn Gefühle an sich zu haben, ist ja nicht verkehrt, sondern gut), Stoppschild als Visualisierung und dann den Gefühlen die richtige Größe zugestehen.

### **3.2.2. Visualisierung zur Dokumentation des Beratungsprozesses**

Eine weitere Möglichkeit, Visualisierung einzubauen, liegt in der laufenden Dokumentation des Beratungsprozesses in Form von Bildvokabeln, Farben (z.B. grün für Ressourcen, rot für ev. pathogenes), Sketchnotes durch die beratende Person mit dem Zweck z.B. im Erstgespräch anstatt von reinem Text auch visuell zu skizzieren, was der Berater wahrnimmt, um eine Art Brainstorming vorzunehmen, um im Anschluss z.B. gemeinsam auf einer Metaebene auf das Visualisierte zu schauen und herauszufinden, was das Wichtigste ist oder das Chaos zu strukturieren, was zu einer Entlastung führen kann, wenn sich erstmals eine greifbare Struktur zeigt und sei es nur, dass alles, worum es geht, erst einmal festgehalten wurde und in physischer Form am Flipchartständer hängt. Oftmals bringt diese Methode für beide Seiten eine Entschleunigung, da das Mitvisualisieren manchmal Tempo aus den Schilderungen nimmt, wenn z.B. Klient:innen bemerken dass die Informationsfülle für den Visualisierenden zu groß wird und sie daher innehalten müssen. (vgl.Lückert & Brauner, 2022, S. 119ff)

Ich verwende die Methode gern, um mir in aller Kürze sowohl Worte als auch Symbole zu notieren und mit Farben (grün) nach Ressourcen zu suchen, auf die ich später eingehen kann. Je nach Situation visualisiere ich am Flipchart oder auf einem Bogen Papier, von der Mitte ausgehend. Weiters hilft es mir, bei mehreren Sitzungen immer wieder schnell im Blick zu haben, worum es geht, ohne mir lange Texte durchlesen zu müssen. Die vorherige Abklärung und das Einverständnis zur Methode halte ich für sehr wichtig, um Irritationen der zu beratenden Person zu vermeiden. Je länger ich

---

mich mit der „Visu“ Sprache beschäftige, desto leichter fällt es mir, Sachverhalte schnell auf den Punkt zu bringen, was auch bei der Dokumentation zu Entlastung führt, weil ein großer Teil der Arbeit mit Klient:in durchs Visualisieren gleichzeitig auch schon dokumentiert ist.

### **3.2.3. Persönlichkeitsbildung und Wertearbeit : Bühne spezial, Wertewappen, Wertepyramide**

Wie bereits im Kapitel 2. beschrieben, ist Wertearbeit ein wesentlicher Bestandteil der logopädischen Beratung. Sie kann z.B. in der Beratung „besprochen“ werden, es gibt aber auch die Möglichkeit einer Visualisierung der wichtigsten Werte, z.B. kann die Wertepyramide aufgezeichnet und mit den wichtigsten Werten (inkl. Prioritäten) befüllt werden, es kann ein Wertewappen gezeichnet werden, das die zu beratende Person dann in der jeweiligen Situation wie ein schützendes Wappen sprichwörtlich vor sich her trägt.

Beide Methoden habe ich bereits mit Klient:innen und an mir selbst erprobt. Der Vorteil, den ich darin sehe ist, dass durch die Visualisierung mehr Klarheit entsteht als nur im darüber sprechen entstanden wäre, manchmal auch Betroffenheit über eine zu erkennende Ein-Wert -Ausrichtung bzw. die Freude daran, z.B. bei einem nächsten Termin einen weiteren Wert, den man leben könnte, hinzufügen zu können und somit bildlich eine Weiterentwicklung zu sehen. Das Wertewappen habe ich z.B. auch als Bereicherung erlebt beim mit nach Hause geben und in schwierigen Situationen mnemotechnisch ein Erinnerungsbild zu haben, das die zu beratende Person stärkt. Negative Erfahrungen habe ich in diesem Zusammenhang keine gemacht.

Eine weitere mögliche Methode der Visualisierung z.B. in der Persönlichkeitsbildung ist eine Methode von Boglarka Hadinger : „Bühne spezial in Hinblick auf die Wesenszüge des Menschen“ . Die Methode kommt aus dem Bereich der Persönlichkeitsentwicklung und dem Einzelcoaching und kann sowohl mit Einzelpersonen als auch mit Teams (z.B. auch in der Schule) verwendet werden. Die Idee dahinter ist, dass die Wesenszüge jedes Menschen überall im Leben mitspielen, aber sehr widerstandsfähig sind, d.h. sie können nicht durch Erzwingen von Außen geändert werden, wenn sie z.B. als nicht lebensfreundlich oder nicht sinnvoll erkannt werden, aber sie können durch innere Reifeschritte korrigiert werden. (Hadinger, Kurz, & Mrusek, 2008, S. 88).



---

Im Idealfall findet bei dieser Methode durch Selbstgestaltung als Begleiteffekt (als Epiphänomen) inneres Wachstum statt. Nach Boglarka Hadinger wird ein Mensch nur durch Reifeentwicklung zu einer wirklichen Persönlichkeit- und eben nicht durch Zwang von außen. (vgl.Hadinger, Kurz, & Mrusek, 2008, S. 94) . Die Methode selbst berücksichtigt das „Innere Team“, ein Thema, das seinen Ursprung in einer Arbeit von Friedemann Schulz von Thun hat und auch von anderen Therapierichtungen vielfach aufgegriffen wurde- je nach Richtung mit unterschiedlicher Herangehensweise . (vgl.Schulz Thun, 1998). Das Ziel ist es, dass die zu beratende Person ihre momentanen Wesenszüge und deren Gewichtung entdeckt, die Gesamtwirkung sowie Sinnhaftigkeit der jeweiligen Wesenszüge für die persönliche Lebensgestaltung erkennt und wenn es nötig ist, verändert- oder nicht verändert, wenn gerade keine Veränderung sinnvoll sondern eine Stabilisierung eines erfolgten Reifeschritts Vorrang hat. (vgl.Hadinger, Kurz, & Mrusek, 2008, S. 96)

Bei der Methode werden einerseits die lebensfreundlichen Wesenszüge betrachtet, durch deren Zusammenspiel ähnlich wie im Orchester eine Melodie entsteht. Aber auch die als „negativ“ wahrgenommenen Wesenszüge werden angeleuchtet. Die Frage, ob diese negativen Wesenszüge „vertrieben“ werden sollen, wird von Boglarka Hadinger folgendermaßen beantwortet: „Nicht die Kernkompetenzen, die in diesen Wesenszügen liegen, sind das Problem, sondern das rechte Maß“ (Hadinger, Kurz, & Mrusek, 2008, S. 102). So steckt z.B. im Ehrgeiz die Fähigkeit zu Anstrengung und Zielfokussierung, d.h. es wird beim Auftauchen von „negativen“ Wesenszügen nichts beschönigt, aber auch Hoffnung gemacht, in dem die Anlagen entdeckt werden, die dahinter stecken und gelebt werden wollen. Es geht wie in Kapitel 2 bereits beschrieben, um den Klimtblick und die gemeinsame Detektivarbeit.

Die Übung selbst erfolgt nach folgendem Schema: auf einem Zeichenblock wird mit Buntstiften und Ölkreiden eine Bühne gezeichnet, davor wird der Begriff der Wesenszüge anhand einer Beispielliste von Wesenszügen erklärt. Anschließend werden die Wesenszüge der zu beratenden Person gemeinsam entdeckt und für das jetzige Jahr durch Markieren von ca. 10 Eigenschaften auf der Beispielliste gekennzeichnet. Es folgt das Zeichnen der Wesenszüge auf der Bühne durch die zu beratende Person in Form von Figuren oder Farbflecken oder Symbolen mit der Devise „Das Leben ist wie ein Theater“. Durch Vordergrund /Hintergrund, Größe, Anordnung bedenkt die zu be-

---

ratende Person bewusst ihre Wesenszüge. Je mehr die Person ihren Ist-Zustand versteht, desto eher kann sie diesen Zustand verlassen und sich weiterentwickeln. Es geht um die Frage: Welcher Mensch bin ich und welcher möchte ich sein. („Vom Sein zum Soll“ im Sinne der Logotherapie – siehe Kapitel 2) Nach dem Zeichnen wird das Gemälde in ca. 1 m Abstand hochgehalten und überlegt, was die Hauptaussage vom Theaterstück wäre, welche Melodie dazu passen würde, ob es lebensfreundlich ist usw. Dadurch wird der Blick für das Ganze ermöglicht. Es folgt die Aussage „Sie sind der Regisseur“. Bis jetzt haben die Mitwirkenden willkürlich agiert, aber als erwachsene Person kann man selbst entscheiden, ob man bestimmte Eigenschaften abmildert, ausbildet, verstärkt usw. Daher wird in einem 2. Schritt nochmals eine Bühne gezeichnet mit der Frage : „Wie will ich sein“ in einem Jahr. Es wiederholt sich der Ablauf vom ersten Bild mit anschließenden konkreten Umsetzungsideen für den Alltag, damit es bei keiner Lippenentscheidung bleibt. („erster Schritt heute“ und „was ist das Wichtigste für Sie“). (vgl.Hadinger, Kurz, & Mrusek, 2008, S. 110ff.)

Ich habe die Methode der „Bühne spezial“ selbst in der Ausbildung kennengelernt und sowohl an mir als auch an einer Klientin ausprobiert. Ich habe sowohl bei mir als auch bei der Klientin erfahren dürfen, dass im Gegensatz zum reinen „darüber sprechen“ beim Malen eine Verbindung von Kognition und Gefühlen stattfinden konnte und das Malen in dem Zusammenhang für Klarheit und auch Erleichterung gesorgt hat, weil der Blick auf das Heile, das Positive wie immer in der Logotherapie seinen wichtigen Platz hat und das nicht Heile trotzdem nicht verleugnet wird, aber seinen Platz bekommt, der ihm zusteht und nicht mehr. Zudem kann sich diese Übung positiv auf das Selbstbild auswirken und somit auch aufs Selbstwertgefühl.

Worauf ich als Beraterin hier gut achten muss, ist die Tatsache, dass jeder Mensch Eigenschaften hat, die zu seinen wichtigsten Wesenszügen gehören, denen auch eine große Kraft innewohnt, die nicht von der „Bühne vertrieben“ werden dürfen. Diese herauszufinden und immer im Blick zu haben, ist ein für die Praxis wichtiger Gedanke. Die zu beratende Person in ihrer Suche so durch Fragen zu fördern, dass ihre Individualität bewahrt bleibt und sie selbst ihre Antworten findet, gleichzeitig aber nicht alleine bleibt mit ihren Überlegungen und möglicherweise noch verschüttete Potentiale gehoben werden können, ist der selbe Auftrag wie beim reinen „Sprechen“, bringt aber durch die visuelle Ebene und den Zeichenprozess an sich eine andere Dynamik mit sich, wie ich merken durfte. Gesprochen ist schnell etwas, hingezeichnet auf die Bühne des

---

Lebens wird es – aus meiner praktischen Erfahrung- erst, wenn es für wirklich wichtig oder wesentlich empfunden wird- frei nach dem Motto „was liegt, das pickt“ . Außerdem sollten Fragen nach dem- woher die Wesenszüge kommen- im Sinne der Logotherapie keine große Beachtung geschenkt werden, weil es in dem Zusammenhang um Ressourcenarbeit und nicht um Psychoanalyse geht. Das ist allerdings ohnehin eine Grundhaltung in der logotherapeutischen Beratung, ebenso wie die Tatsache, dass sich kleine Schritte empfehlen bei der Umsetzung, die Freude machen und bald Erfolgserlebnisse erzielen, damit es bei keinen Lippenbekenntnissen bleibt. Und die Ermutigung durch die beratende Person, dass innere Reifeentwicklung Zeit braucht und man Geduld haben darf.

## **4. Unterstützung des Beratungsprozesses durch Text**

### **4.1. Theorieinput zu Text in der Beratung**

Unter dem Kontext „Text“ im Zusammenhang mit dieser Arbeit fasse ich in den nachfolgenden Unterkapiteln (so wie auch schon im Kapitel zu Bild geschehen) Unterstützungsmöglichkeiten im logopädagogischen Gespräch zusammen, die mit geschriebenem oder vorgelesenem Text zu tun haben, also wieder auf einer anderen Ebene wirken als das gesprochene Wort in der herkömmlichen Beratungssituation. In gewissem Maße lassen sich Text und Bild nicht exakt trennen. So haben die nachfolgend beschriebenen Metaphern ebenso etwas Bildhaftes wie die Sketchnotes aus dem vorigen Großkapitel auch Textelemente enthalten haben. Dennoch geht es bei den Unterkapiteln im Anschluss hauptsächlich um die textliche Komponente. Daher wurden sie auch in dieses Kapitel ausgegliedert.

Im Großen und Ganzen könnte man zwischen passivem (vor)gelesen bekommen und aktivem selbst schreiben unterscheiden.

Wie im Kapitel bei den Bildern bereits erwähnt, wirken mehrere Komponenten auf den „Lernerfolg“ ein. So kann es z.B. introvertierten Personen oder hochsensiblen Personen, die schnell überreizt sind, leichter fallen, ihre Gedanken in einer der in den Unterkapiteln dieses Kapitels aufgelisteten Schreibübung zu sortieren als darüber bereits im ersten Schritt zu sprechen. Auch Viktor Frankl hat in seinem Buch „Der Mensch vor

---

der Frage nach dem Sinn“ darauf Bezug genommen, dass das Lesen von Büchern, also Texten sinnvoll als Therapeutikum eingesetzt werden können (unter bestimmten Voraussetzungen) . (vgl.Frankl V. , Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn, 2021, S. 11ff). Es kommt dabei natürlich auf den Inhalt an. Gerade für die Beratung zu einem bestimmten Thema eignen sich oft kürzere Geschichten (narrative Interventionen) oder auch einzelne Metaphern. Sie können bei richtiger Verwendung etwas nahe legen, ohne dass sich der Zuhörer verpflichtet, es anzunehmen oder abzulehnen, sie können das Lernen an Vorbildern unterstützen oder z.B. Verarbeitungsprozesse in Gang setzen. (vgl.Krause, 2023, S. 5) . So kann z.B. durch das Finden einer passenden Geschichte oder eines passenden Bildes in Form einer Metapher ein Perspektivenwechsel angeregt oder Ressourcen aktiviert werden und das oft ohne dass der Zugang konfrontativ erlebt wird. Teilweise können auch Angelegenheiten, die sich kaum in gesprochenes Wort fassen lassen, über Metaphern oder Gedichte ihren Ausdruck finden. (vgl.Schuler, 2023, S. 15) . Über Geschichten ist es zudem oft auch möglich, an bekannte Muster und Erfahrungen anzuknüpfen und sich langsam erzählend aus ihnen herauszubewegen. (vgl.Schuler, 2023, S. 19)

## **4.2. Ausgewählte Anwendungsmöglichkeiten**

### **4.2.1. (Vor)Lesen: Metaphern und Gleichnisse sowie narrative Intervention**

Für die konkrete Beratungssituation eignen sich verschiedene Metaphern und Gleichnisse aus der Logotherapie als „textliche“ Unterstützung sehr gut. Nicht umsonst gibt es z.B. im „Wörterbuch der Logotherapie“ ein eigenes großes Kapitel nur über Metaphern und andere Sprachformen. (vgl.Biller & de Lourdes Stiegeler, 2020, S. 537) .Es würde den Rahmen der Arbeit sprengen bzw. einer eigenen Diplomarbeit bedürfen, das Wesen und die Anwendung dieser Elemente im Beratungskontext vollständig zu beschreiben, daher fasse ich im Folgenden nur das zusammen, was ich für den Beratungsalltag als wesentlich erachte.

Was genau eine Metapher ist, wird auf unterschiedlichste Arten definiert. Die folgende für mich schlüssigste, weil kurz und bündige Erklärung ist. „Eine Metapher fungiert als Bedeutungsübertragung mit Hilfe eines Vergleichs“ (Biller & de Lourdes Stiegeler, 2020, S. 537). Sie setzt ein Bild an Stelle einer Sache. Metaphern überzeugen durch

---

die Kraft ihrer Bilder, was einerseits Emotionen freisetzen, andererseits aber auch das Verständnis für theoretische oder abstrakte Konstrukte fördern kann. So kann z.B. der Ablauf einer Beratung mit Hilfe des Vergleichs zu einer Bergwanderung erklärt werden. Eine zu beratende Person kann dann z.B. ihr Vorwissen über Bergwanderungen auf das Konzept des Beratungsablaufs übertragen und so besser verstehen. Um etwas Neues zu lernen, wird sozusagen auf Bekanntes zurückgegriffen. (vgl.Krause, 2023, S. 20ff) . Metaphern können auch Ressourcen und Handlungsmöglichkeiten aktivieren. Bei der Kodierung von Metaphern spielt die bildliche Vorstellung eine Rolle. Sie werden aufgrund der Beteiligung imaginativer Prozesse besonders gut erinnert. Imaginative Prozesse spielen jedoch auch bei der Aktivierung von Emotionen eine wichtige Rolle. (vgl.Krause, 2023, S. 30f).

Bei Gleichnissen geht es ebenfalls um einen Vergleich, allerdings wird hier das Bild und die Sache direkt durch eine Konjunktion („so... wie“) verbunden. (vgl.Biller & de Lourdes Stiegeler, 2020, S. 540)

Viktor Frankl verwendet in seinen gesamten Schriften zahlreiche Metaphern und Gleichnisse. Für meine konkrete Arbeit in der Beratung habe ich mir – auch im Rahmen der Diplomarbeit- einen Fundus an Metaphern und Gleichnissen zurechtgelegt, die ich besonders ansprechend finde. Dazu gehören unter anderem der Mosaikstein, die Hammerschläge des Schicksals, das Orchester, das Flugzeuggleichnis, das Scheunengleichnis u.v.m.. Meine Quelle dazu ist immer das Wörterbuch der Logotherapie (vgl.Biller & de Lourdes Stiegeler, 2020, S. 544ff) . Gerne beziehe ich viele der Gleichnisse aus dem Buch „Zeiten der Besinnung“ von Viktor Frankl mit Kommentaren von Elisabeth Lukas ( vgl.Frankl & Lukas, Zeiten der Besinnung- Gleichnisse, 2023) . Auch in Elisabeth Lukas Büchern finden sich oftmals für die Beratung brauchbare Metaphern z.B. im Titel des Buches „Binde deinen Karren an einen Stern“.

Geschichten und Fabeln sind im Rahmen von narrativen Interventionen ebenfalls gut in die Beratung integrierbar. Bei diesen handelt es sich nicht um Metaphern per se, sondern um Erzählformen, die Träger oder Rahmen für Metaphern sind. (vgl.Krause, 2023, S. 23). Seit jeher übermitteln Menschen Erfahrungen, Träume und Fantasien durch das Erzählen von Geschichten. Diese sind somit ein Speicher verschiedener Werte und Sinnzuschreibungen. (vgl.Krause, 2023, S. 117ff) . Die therapeutischen Effekte von an die Situation angepassten Geschichten sind ebenso vorhanden wie bei

---

den Metaphern. Im Idealfall können sie auch individueller auf den Patienten hin zugeschnitten werden. Das erfordert eine sensible Einschätzung der beratenden Person. So ist es z.B. in der Praxis der Löffeldrehgeschichte (vgl. Viktor Frankl Zentrum, 2014, S. 29) wichtig, die Sprache und die Details an den individuellen Klienten/die Klientin anzupassen. Im besten Fall können die Klient:innen dann neue Perspektiven und Sichtweisen übernehmen, die eher beiläufig vermittelt werden, wobei Widerstand und Reaktanz umgangen werden. (vgl. Krause, 2023, S. 118)

Mich persönlich haben die Metaphern und Gleichnisse von Beginn der Ausbildung an sehr angesprochen und ich sehe großes Potential darin, wenn ein Klient /eine Klientin diesbezüglich aufgeschlossen ist. Meine Aufgabe ist es, eine möglichst passende Metapher für die jeweilige Situation zu verwenden, damit sich die zu beratende Person damit identifizieren kann. Gute Erfahrungen habe ich bis jetzt mit dem Scheunengleichnis gemacht, dass alles unverlierbar geborgen ist, was an Gutem z.B. durch eine verstorbene Person geschehen ist. Auch mit der Fabel von den Fröschen konnte ich in der Beratung gut ansetzen bzw. auch mit einigen weiteren Kurzgeschichten, die ich im Rahmen der Ausbildung am Viktor Frankl Zentrum zur Verfügung gestellt bekam. Meiner Erfahrung nach ist es wichtig, ein Gespür dafür zu entwickeln, was die jeweils zu beratende Person ansprechen könnte. Für die Praxis wichtig ist meines Erachtens, dass man als beratende Person darüber Bescheid weiß, dass sich Menschen in Hinblick auf ihre Imaginationsfähigkeit unterscheiden. D.h. nicht jede Person kann gleich gut mit Metaphern o.ä. umgehen. Zudem kann es passieren, dass Menschen mit bestimmten Erkrankungen eingeschränkt sind in der Deutung von nicht wörtlicher Sprache, z.B. bei Schizophrenie, akuten Psychosen, Autismus und Alzheimer. In diesen Fällen sollte nicht mit Metaphern gearbeitet werden. (vgl. Krause, 2023, S. 153) Unabhängig davon müsste im Falle eines Verdachts auf diese Arten von Erkrankungen ohnehin an andere Fachleute verwiesen werden und die Beratung im logotherapeutischen Sinne dürfte im Anschluss nur supportiv erfolgen.

#### **4.2.2. Schreiben: Heilende Lebensbilanz ,Drehbuch Film, Tagebuch der guten Stunden**

Schon in den 1980er Jahren fanden amerikanische Psychologen heraus, dass sich Schreiben positiv auf die Gesundheit auswirkt. So lassen sich z.B. körperliche Beschwerden verringern und die psychische Verfassung verbessern. (vgl. Prof. Dr. med.

---

Heimes, 2020, S. 23). Für therapeutisches Schreiben gibt es verschiedenste Bezeichnungen wie z.B. Bibliothherapie oder Poesietherapie. Im Rahmen dieser Arbeit geht es nicht um eine Kompletterklärung dieser Therapieformen, sondern um einzelne Umsetzungsmöglichkeiten im Zuge einer Beratung auf logotherapeutischer Basis. Meine Basislektüre zu den verschiedenen Möglichkeiten und Wirkungen von Schreibtherapie war das Buch „Schreiben zur Selbsthilfe“ von Dr. Birgit Schreiber (vgl. Dr. Schreiber, 2017) bzw. „Das kleine Büchlein von der heilenden Lebensbilanz“- Das Ringen um den Sinn des Ganzen von Dr. Otto Zsoak. (vgl. Dr. phil. Zsosak, 2020).

Eine Möglichkeit der Umsetzung wäre z.B. die geführte Autobiografie, die von Elisabeth Lukas entworfen wurde mit dem Ziel eine Lebensschau einzuleiten, die das Lebenswertgefühl anhebt ganz ohne Selbstbespiegelung. Das Konzept ist empirisch überprüft und kann lt. Elisabeth Lukas für beliebige Gruppen modifiziert werden, sofern es sich nicht um „sehr junge, senile oder seelisch gestörte“ Personen handelt. (vgl. Lukas, Lehrbuch der Logotherapie, 2023, S. 276ff). Ich selbst habe diese Methode bis jetzt im Rahmen der Selbsterfahrung in meiner Ausbildung kennenlernen dürfen und bemerkt, wie positiv sich diese Form der Selbsterfahrung auf das Lebenswertgefühl auswirkt. Dabei werden einerseits chronologische Erinnerungen an Ereignisse in der Vergangenheit, Gegenwart und Ausblicke auf die Zukunft kognitiv und über Gefühle betrachtet. Der eigentliche Teil der Selbsterfahrung besteht dann allerdings in der geistigen Stellungnahme zu den Erinnerungen, was diese Methoden von anderen Selbsterfahrungsmethoden wesentlich unterscheidet. Ob diese Methode tatsächlich im Rahmen einer Beratung gut geeignet ist, weil ein sehr langer Zeitraum umfasst ist (9 Monate) kann ich aus jetziger Sicht nicht beurteilen, ich kann mir allerdings gut vorstellen, dass einzelne Elemente davon – z.B. ein Rückblick auf einen gewissen Abschnitt in der Vergangenheit, sofern er genau nach den Vorgaben von Elisabeth Lukas passiert, heilsam auch in Einzelberatungen sein könnte. In dem Zusammenhang kann es dann z.B. u.a. zu Befriedungen der Vergangenheit kommen. Unabhängig davon bietet sich an, für bestimmte Situationen ein Drehbuch des eigenen Lebens zu schreiben. Klient:innen sind dann Autoren der eigenen Geschichte und entscheiden selbst, wie die Geschichte weitergeschrieben werden soll, welche Menschen sie im Rückblick gewesen sein wollen, welche Spuren sie hinterlassen möchten. In dem Zusammenhang kann auch das Filmgleichnis in der Beratung Thema sein. (vgl. Lukas, Sehnsucht nach Sinn, 2018, S. 60f)

---

Eine zusätzliche Anwendungsmöglichkeit, die sich auch gut für Hausübungen in der Beratung eignet, ist das Tagebuch der guten Stunden, in dem jeden Tag mindestens ein paar Dinge aufgeschrieben werden sollen, für die man sich oder anderen dankbar ist. Für die Praxis hat sich gezeigt, dass es wichtig ist, davor eine ausführliche Einführung zum Thema Dankbarkeit und Freude im Sinne der Logotherapie zu geben, da es vielen Menschen nicht besonders leicht fällt, sich in Dankbarkeit zu üben bzw. manche einige Beispiele benötigen, bis sie „in Fahrt kommen“ und ihren Dankbarkeitsmuskel trainieren. Die Freude und das Glück stellen sich dann nach einiger Zeit des Durchhaltens als Nebeneffekt ein, sofern sich die betroffenen Personen auf das Experiment einlassen. Dass Freude ein Therapeutikum ist wie auch der Humor ist in der Logotherapie gut bekannt. Meine Basislektüre in dem Zusammenhang waren die Bücher „Der Freude auf der Spur“ von Elisabeth Lukas (vgl. Lukas, Der Freude auf der Spur, 2020) und „Wie Leben gelingen kann“ ebenfalls von Elisabeth Lukas (vgl. Lukas, Wie Leben gelingen kann- Sinn und Freude Tag für Tag, 2018, S. 119ff, 193ff). Ich selbst habe diese Methode auch in Selbsterfahrung ausprobiert und den positiven Effekt erkennen können.

## **5. Zusammenfassung**

Zusammenfassend möchte ich festhalten, dass ich durch die Beschäftigung mit der Diplomarbeit genau jene Themen für mich intensiver beleuchten konnte, die ich während der Ausbildung nur am Rande gehört hatte, die mich aber schon von Beginn an sehr interessiert haben. Ich habe dadurch den Eindruck, dass sich mein Beratungsrepertoire gut erweitert hat, vor allem, weil ich die vorgestellten Anwendungsbeispiele bereits entweder an mir selbst oder mit Klient:innen getestet habe, nun mehr über die Hintergründe, ev. do's und don'ts weiß und mich auf die weitere Anwendung und Vertiefung in diesen Bereichen freue. Ohne Diplomarbeit hätte ich mich wahrscheinlich aus Zeitgründen nicht so intensiv mit den jeweiligen Möglichkeiten beschäftigt.



---

## 6. Literaturverzeichnis

- Biller, K., & de Lourdes Stiegeler, M. (2020). *Wörterbuch der Logotherapie und Existenzanalyse*. Budapest: Tarsoly Verlag.
- Böschemeyer, U. (2003). *Worauf es ankommt- Werte als Wegweiser*. München: Piper Verlag.
- Bütefisch, S. (2023). *Clever visualisieren*. Göttingen: BusinessVillage.
- Dr. Schreiber, B. (2017). *Schreiben zur Selbsthilfe*. Berlin: Springer-Verlag Deutschland.
- Dr.phil. Zsosak, O. (2020). *Das kleine Büchlein von der heilenden Lebensbilanz*. Fürstenfeldbruck: Süddeutsches Institut für Logotherapie und Existenzanalyse.
- Frankl, V. (2007). *Ärztliche Seelsorge- Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*. München: dtv Verlagsgesellschaft.
- Frankl, V. (2015). *Grundkonzepte der Logotherapie*. Wien: Facultas Verlags und Buchhandels AG.
- Frankl, V. (2015). *Psychotherapie für den Alltag*. Freiburg: Herder Verlag.
- Frankl, V. (2021). *Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn*. München: Piper Verlag.
- Frankl, V. (2021). *Der Wille zum Sinn*. Bern: Hogrefe Verlag.
- Frankl, V. (2023). *Theorie und Therapie der Neurosen*. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Frankl, V., & Lukas, E. (2023). *Zeiten der Besinnung- Gleichnisse*. München: Benevento Verlag.
- Hadinger, B., Kurz, W., & Mrusek, R. (2008). *Methoden für Psychotherapie Beratung Selbstformung- Methoden zum Inneren Team*. Tübingen: Institut für Logotherapie und Existenzanalyse- Verlag Lebenskunst.
- Hardeland, H. (2015). *Lerncoaching und Lernberatung- Lernende in ihrem Lernprozess wirksam begleiten und unterstützen*. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.
- Kargl, Msc, E. (2022). *Visualisierung im Beratungskontext*. Hamburg: Kargl-Beratung und Training.
- Krause, C. (2023). *Sprechen in Bildern- Arbeiten mit Metaphern in Psychotherapie, Beratung und Coaching*. Stuttgart: Kohlhammer .
- Lückert, W., & Brauner, F. (2022). *Systemisch visualisieren*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Lukas, E. (2018). *Sehnsucht nach Sinn*. München: Profilverlag.
- Lukas, E. (2018). *Wie Leben gelingen kann- Sinn und Freude Tag für Tag*. Kevelaer: Butzon & Bercker.
- Lukas, E. (2020). *Der Freude auf der Spur*. München: Verlag Neue Stadt.

- 
- Lukas, E. (2021). *Auch dein Leben hat Sinn- Wege zur seelischen Gesundheit*. Kevelaer: Butzon & Bercker.
- Lukas, E. (2021). *Distanz zur Angst*. Kevelaer: Butzon & Bercker .
- Lukas, E. (2023). *Lehrbuch der Logotherapie*. Wien: Profil Verlag München.
- Lukas, E., & Schönfeld, H. (2016). *Sinnzentrierte Psychotherapie*. München: Profil Verlag.
- Philipp, D. (2020). *SinnPulse /01*. Wien: live relations PR.
- Prof. Dr. med. Heimes, S. (2020). *Ich schreibe mich gesund*. München: dtv Verlagsgesellschaft .
- Rachow, A., & Sauer, J. (2019). *Der Flipchart-Coach*. Bonn: managerSeminare.
- Schechner, J., & Zürner, H. (2011). *Krisen bewältigen- Viktor E. Frankls 10 Thesen in der Praxis*. Wien: Braumüller Verlag.
- Schuler, B. (2023). *Bilder bewegen- Coaching mit Metaphern*. Paderborn: Junfermann.
- Schulz Thun, F. (1998). *Miteinander reden- das Innere Team*. Reinbek: Rowohlt Verlag.
- Stavemann, H. (2015). *Sokratischer Dialog in Therapie und Beratung*. Basel: Beltz Verlag.
- Viktor Frankl Zentrum. (2014). *Geschichten für Narrative Interventionen*. Wien: Viktor Frankl. Zentrum Wien.

# Eidesstattliche Erklärung

Ich erkläre, dass ich diese Diplomarbeit selbstständig, ohne fremde Hilfe und nur unter Verwendung der angegebenen Quellen verfasst habe.

St.Georgen, 29. Dezember 2024

---

Unterschrift

**Gender Erklärung:** In dieser Arbeit wurde entweder der Binnen- Doppelpunkt verwendet oder zur besseren Lesbarkeit des Textes eine genderneutrale Formulierung angewendet.

