

# Arbeit mit Archetypen

---

Trude Kalcher, Oliver Martin,  
Trigon Entwicklungsberatung

Quelle:

Stephen Gilligan, Liebe Dich selbst wie Deinen  
Nächsten, Heidelberg, 2004  
C.G. Jung

## Was ist ein Archetyp?

- Das Wort Archetypus stammt aus dem griechischen und bedeutet „**Urbild**“.
- In der Psychologie ist damit eine **unbewusste Energie** gemeint, die aber in symbolischen Bildern z.B. Träumen, Meditationen, Mythen, Märchen, etc. erfahrbar ist.
- Dieses Konzept geht auf den bekannten Psychiater und Tiefenpsychologen Carl Gustav Jung zurück.

Engel und Teufel als archetypische Symbole



## C. G. Jung zu Archetypen

„Archetypen sind **typische Formen des Auffassens**, und überall, wo es sich um gleichmässige und regelmässig wiederkehrende Auffassungen handelt, handelt es sich um einen Archetypus, gleichviel ob dessen mythologischer Charakter erkannt wird oder nicht.

Das kollektive Unbewusste besteht aus der Summe der Instinkte und Korrelate, der Archetypen. So wie jeder Mensch Instinkt besitzt, so besitzt er auch Urbilder ....“

C. G. Jung (1929/1995), S. 160

# „Strombetten, in denen sich das seelische Erleben der Menschheit seit eh und je bewegt“. C.G. Jung

- In den Mythen, Sagen und Märchen dieser Welt tauchen immer wieder **ähnliche Bilder und Symbole** auf wie z. B. Ungeheuer, Dämonen, Geister, Schutzengeln, Hexen, Drachen, Weise etc. Diese sind zwar der jeweiligen Kultur entsprechend, aber weisen doch eine ähnlich Grundstruktur auf. Für Jung stammen sie aus dem kollektiven Unbewussten und sind älter und umfassender als unser rationales Denken.

Da diese **archaischen Energien nicht unter unserer bewussten Kontrolle** stehen, neigen wir dazu diese zu fürchten und durch Verdrängung ihre Existenz zu verleugnen.

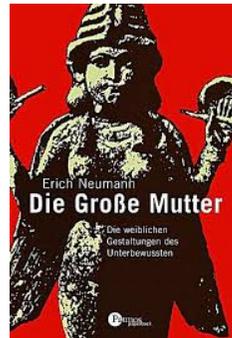
Der **Nutzen daraus** ist, das Erbe des Archaischen zu erkennen, um nicht von ihm unkontrolliert überwältigt zu werden. Weiters sieht Jung in den Archetypen ein **schöpferisches Potenzial**, das von jedem einzelnen kreativ genutzt werden kann.

# 3 grundlegende Archetypen – in jedem Menschen angelegt

- Männliche Archetypen –  
innerer Mann –  
Held, Kampf gegen das Böse



- Weibliche Archetypen –  
innere Frau –  
große Mutter, Nährerin  
Beschützerin



- Göttliches Kind –  
inneres Kind –  
Vitalität, Unschuld,  
Spontanität, Lebensfreude



## Der Schatten als Archetypus

- In Märchen, Sagen, Mythen und Erzählungen tritt der **Archetypus des Schattens** häufig als Feind, Rivale, Widersacher, Dämon, Schlange, etc. auf. Von dieser Figur geht etwas Bedrohliches oder Furchterregendes aus.

In Werken der Literatur wurde der Archetypus des Schattens oft verarbeitet. Eines der bekanntesten Beispiele ist wohl Dr. Jekyll und Mr. Hyde.

Auch in **Märchen kommt die Schattenthematik** immer wieder vor. Schneewittchen findet in der bösen Stiefmutter ihren verdrängten Schatten. In Hänsel und Gretel symbolisiert die Hexe, das Böse, Verdrängte und Dunkle.

Jung sieht die Lösung in der **Integration des „Schattens“**. Integration bedeutet in erster Linie **hinsehen - vollkommen ohne Bewertung - und den Schatten als Teil der Gesamtpersönlichkeit zu akzeptieren.**

# Sichtbarkeit/Erfahrbarkeit archetypischer Prozesse

- Hochzeit
- Geburt
- Drogenkonsum
- Religiöse Zeremonien
- Sexualität
- Trance
- Krieg, Kampf
- .....

Diese Prozesse bringen nicht nur sich selbst zum Ausdruck, sondern ein Erfahrungsmuster, das in der Geschichte des Bewusstseins Kultur übergreifend überall anzutreffen ist.

Es kann für die persönliche Entwicklung von grossem Wert sein, in Verhaltensweisen sowohl den persönlichen als auch den kollektiven Aspekt zu erkennen.

# Grundlegende Vorstellungen von Archetypen

- 1. Die primäre Funktion eines Archetyps ist es, einer Person zu helfen, zum Menschen zu werden.**
  - Archetypische Erfahrungen sind universal. Unsere Vorfahren waren mit Ihnen konfrontiert, und deren Lernerfahrungen sind die Geschenke an uns. Sie können uns helfen, mit zeitlosen Herausforderungen fertig zu werden.
  - Der archetypische Prozess fließt insbesondere in Zeiten des Identitätswandels durch uns hindurch und kann sich zeigen, indem Symptome oder Probleme entwickelt werden.
  - Archetypische Prozesse rufen uns dazu auf, hinter das Kognitive zu blicken und Teil einer tieferen menschlichen Erfahrung zu werden.

# Grundlegende Vorstellungen von Archetypen



## 2. Jeder Archetyp hat eine Tiefenstruktur und viele mögliche Oberflächenstrukturen

- Um ein Symptom als archetypische Lösung zu sehen, ist es wichtig sich im Klaren zu sein, dass jeder Archetyp ein allgemeines Muster ist, das sich in unendlich vielen Formen zum Ausdruck bringt.

12 Tierkreiszeichen, Glaubenspolaritäten-Dreieck, Enneagramm, .....

## 3. Eine jeweilige archetypische Form wird entschieden von kulturellen und persönlichen Vorlieben beeinflusst.

- Das Leben bringt archetypische Energien zum Ausdruck, aber die persönliche Prägung und der gesellschaftliche Kontext beeinflussen die Ausdrucksform massiv.
- Durch soziale Ausbeutung von Archetypen entstehen Stereotypen, die erst wieder mit dem Körperzentrum und dem Beziehungsfeld verbunden werden müssen, bevor sie lebensbejahend wirken.

# Grundlegende Vorstellungen von Archetypen

## 4. Jeder Archetyp entwickelt sich weiter

- Sowohl in der Entwicklung der Menschheitsgeschichte als auch des individuellen menschlichen Lebens tauchen verschiedene archetypische Energien immer wieder in neuen Ausdrucksformen auf (von weniger reif zu reifer).

## 5. Jeder Archetyp hat integrierte und nicht integrierte Formen

- Archetypen können sich sowohl konstruktiv als auch destruktiv zeigen.

# Grundlegende Vorstellungen von Archetypen

## 6. Der Wert eines Archetyps hängt davon ab, ob er menschlich gefördert wird

- Wenn eine archetypische Energie in das somatische Selbst des Menschen kommt, kann sie angenommen oder abgelehnt werden.
- Wird ein Archetyp abgelehnt, verflucht, verdrängt, äussert er sich später in einem Symptom.
- Liebe und Annahme einer archetypischen Form setzen positive Transformation in Gang.

## 7. Man sollte Menschen nicht auf einen Archetyp reduzieren oder ihn damit verwechseln

- Archetypen sind Muster und Ressourcen, die dem Menschen helfen sollen. Wie sie benannt, verstanden und zum Ausdruck gebracht werden, ist entscheidend.
- Identifikationen mit dem Bild eines Archetyps sind nicht hilfreich.

# Grundlegende Vorstellungen von Archetypen

## 8. Archetypen sind vor allem in Zeiten des Identitätswandels aktiv

- Wenn ein Mensch die Ereignisse nicht mehr mit der gegenwärtigen Identität bewältigen kann, schickt die Psyche archetypisches Material zu Hilfe.
- In solchen Zeiten ist das kognitive Selbst machtlos, und der archetypische Prozess des somatischen Selbst übernimmt die Regie.

## 9. Das Ziel ist es, die Geschenke, die das Leben für jeden bereithält, zu fördern

- Wenn archetypische Prozesse vorherrschen, besteht die Gefahr mit Kampf, Flucht oder Lähmung darauf zu reagieren
- Wenn nicht integrierte Archetypen mit menschlicher Präsenz willkommen geheißen werden können, verwandeln sich die Symptome in Ressourcen bzw. Lösungen.

# Ein archetypisches Modell



Quelle: Große archetypische Teilfiguren: Königh., Kriegerh., Liebende/r und Magierh. (nach Moore u. Gillette 1990)

# Vier Schritte für die Arbeit mit Archtypen

1. Die archetypische Energie in einem Symptom erkennen.
2. Die archetypische Energie willkommen heissen.
3. Die Klientin ermuntern, diese Energie mehr aber in transformierter Qualität zu leben.
4. Neue Möglichkeiten entwickeln, wie sich die archetypische Energie verstehen und äussern lässt.

# Zuhörfragen für die vier Archetypen

|  |  |
|--|--|
| <p><b>Liebende/r</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Wem/was gilt die Hingabe oder Liebe?</li><li>2. Wem/was wird Liebe entzogen?</li><li>3. Wenn Verbindung mit Liebende/r besteht – wie könnte die Zukunft aussehen?</li></ol>  | <p><b>KriegerIn</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Für welches wichtige Ziel kämpft dieser Mensch?</li><li>2. Wo sind mehr Grenzen nötig?</li><li>3. Wenn Verbindung mit KriegerIn besteht – wie könnte die Zukunft aussehen?</li></ol>                  |
| <p><b>MagierIn</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Welcher Identitätswandel ereignet sich? Was stirbt, wird neu geboren?</li><li>2. Welche unversorgten Wunden müssen versorgt werden?</li><li>3. Wenn Verbindung mit MagierIn besteht – wie könnte Zukunft aussehen?</li></ol> | <p><b>KönigIn</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Welchen Platz nimmt dieser Mensch in der Welt ein? Worin ist er besonders?</li><li>2. Welchen Segens bedarf er?</li><li>3. Wenn Verbindung mit KönigIn besteht – wie könnte Zukunft aussehen?</li></ol> |