

Analytisches Kreativcoaching

© by Alexander B. Schadow, ASCOL-College
Vervielfältigung nur mit Genehmigung des Urhebers. VG Wort
Urheber 9404669.

Jung erkannte in Träumen vier Hauptkategorien von archetypischen Symbolen:

1. den **Schatten**, welcher der Ich-Sphäre zuzurechnen ist und unterdrückte oder verdrängte Persönlichkeitsanteile enthält, bzw. den „dunklen Doppelgänger“, der die verdrängte Seite der Persönlichkeit symbolisiert und in den Träumen den Helden oder die Heldin verfolgt als Zeichen, dass die unterdrückten Teile der Persönlichkeit bewußt werden "möchten" und integriert werden sollten

die Sirene, Liebesgöttin oder Sophia Anima und der Liebhaber bzw. der Märchenprinz Animus, die eigenen gegengeschlechtlichen psychischen Anteile der Persönlichkeit, fordern beim Auftreten im Traum jeweils zur Integration der jeweils andersgeschlechtlichen Eigenschaften im Leben auf den alten Weisen oder die alte Weise, die Weisheitsschicht der Psyche und den Archetyp des Selbst, welcher sowohl Ich als auch Unbewusstes umfasst, Zentrum und Umfang der Gesamtpsyché darstellt und die zentrale Selbststeuerungs- und Entwicklungsinstanz der Psyche ist.

Die Struktur der Persönlichkeit

- Das Ich
- Das persönliche Unbewusste mit seinen Komplexen
- Das kollektive Unbewusste und seine Archetypen
 1. Das Selbst
 2. Der Schatten
 3. Die Persona
 4. Die Anima/der Animus

Weitere Archetypen nach Carl Gustav Jung

Ihre Zuordnung im Traum oder Märchen

Kind	Animus	Anima	Persona	Schatten	Reisender	Alter Weiser
Baby Göttlichkeit Neuheit Wissen	Diktator/Tyrann Beherrschen zwingen Arroganz	Seelengefährtin Stark Inspirierend Überweltlich	Heiler Mut Ganzheit Energie	Mörder Unpersönlich Unterdrückt Primitiv	Mystiker Inneres Wissen Fromm	Seher Weisheit Vergeßlichkeit Einsicht
Verletztes Kind Leiden Verletzlichkeit Befreiung	Vater Brennpunkt Macht Weltlichkeit	Mutter Reife Verstehen Geerdet	Führer Dynamisch Unwiderlegbar Hilfsbereit	Opfer Besiegt Manipulativ Verletzlichkeit	Einsiedler Absonderung Einsamkeit Unbeteiligt	Prophet Offenbarung Intuition Herausforderung
Staunendes Kind Strahlkraft Gefühlsstärke Geheimnis	Sohn Abenteuer Lernen Bauen	Hure Unpersönlich Sinnlichkeit Liederlichkeit	Held Stärke Wagemutig Eigensinnig	Gegner Gegensätzlich Herausfordernd Übelgesinnt	Sucher Drängen Selbstsicher Geführt	Priesterin heilig Sinn Werte
Gesundes Kind Kreativität Offenheit Zuversicht	Seelengefährte Stark Feinfühlig Wild	Tochter Jungfräulichkeit selbstsüchtig schön	Sieger Besessen Wetteifernd Zuverlässig	Narr Instinktiv Ungezwungen Verschmitzt	Reisender Ungebunden Weitläufig Furchtlos	Lehrer paradox Beispiele Fähigkeiten

Das kollektive Unbewusste und seine Archetypen

Jung betrachtet das kollektive Unbewusste als mächtigstes und einflussreichstes psychisches System, das in pathologischen Fällen das Ich wie auch das persönliche Unbewusste überschattet.

Das kollektive Unbewusste ist eine Schatzkammer verborgener Erinnerungsspuren. Es ist der seelische Rückstand der Menschheitsentwicklung. Alle Menschen scheinen dasselbe kollektive Unbewusste zu haben, es ist losgelöst vom Einzelnen.

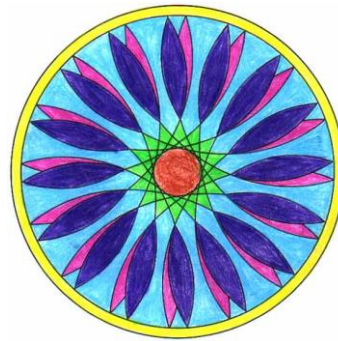
Diese Universalität schreibt Jung der den Rassen ähnlichen Gehirnstruktur zu. Das kollektive Unbewusste ist die ererbte artspezifische Grundlage der gesamten Persönlichkeitsstruktur, auf ihr basieren das Ich, das persönliche Unbewusste und alle anderen individuellen Erwerbungen. Es hat vom ersten Augenblick einen steuernden Einfluss auf das Verhalten. Die Erfahrung von der Welt, die jemand macht, sind weitgehend durch das kollektive Unbewusste vorgeformt, denn sonst könnte es keine Entwicklung geben. Das kollektive Unbewusste enthält viele Archetypen.

Das Selbst/Ich

Äquivalent der Persönlichkeit selbst. Jung entdeckte einen Archetypus, der das Streben des Menschen nach Einheit repräsentiert. Dieser äußert sich im Mandala (magischer Kreis).

Das Selbst ist Mittelpunkt der Persönlichkeit, um den herum alle anderen Systeme konstelliert sind. Es hält alles zusammen und stättet die Persönlichkeit mit Einheit und innerem Gleichgewicht aus. Das Selbst ist das Ziel des Lebens.

Das Selbst tritt erst in Erscheinung wenn der Mensch in der Lebensmitte ist, da alle anderen Systeme schon entwickelt sein müssen.



Der Schatten

Tief in unserem Inneren gibt es einen geheimnisvollen Ort, den wir nicht kennen, der aber dennoch zu uns gehört – den „Schatten“.

Dort befinden sich alle Charakterzüge, die wir ablehnen und daher verdrängen.

Dieser abgespaltene Teil blockiert die Lebenskraft, behindert unsere Beziehungen und ist dafür verantwortlich, dass Träume sich nicht verwirklichen.



Es sind die Teile unserer Persönlichkeit, die wir so verabscheuen, dass wir sie unbewusst verstecken und verleugnen. Der Schattenbereich enthält jene Aspekte, von denen wir glauben, dass sie nicht akzeptabel sind.

Die Botschaft, die wir von dort bekommen ist deutlich: „Es stimmt etwas nicht mit mir. Ich bin nicht in Ordnung. Ich bin nichts wert.“ So sind wir ganz sicher, dass Schreckliches in unseren Tiefen verborgen liegt und entscheiden instinktiv, niemals mehr nachzusehen. Wir haben Angst vor uns selbst und tragen von dem Zeitpunkt an eine Maske. Und die kann so perfekt sein, dass wir ihre Existenz völlig vergessen.

Bis zwanzig verbringen wir viel Zeit damit, herauszufinden, welche Teile wir hineinstecken wollen, und den Rest unseres Lebens damit, genau diese wieder herauszuholen. Denn innere Heilung kann nur geschehen, wenn der Schatten durch das Licht verschwindet.

Die Psychologin Debbie Ford schreibt: „Ihr ganzes Leben wird sich verändern, wenn Sie mit Ihrem Schatten Frieden schließen. Sie müssen nicht mehr so tun, als ob Sie jemand wären, der Sie nicht sind. Sie brauchen nicht mehr zu beweisen, dass Sie gut genug sind.“

Persona / Maske



"Unter Persona versteht Jung jenen Ausschnitt des Ich, dem die Beziehung mit der Umwelt obliegt" (Jacobi 1971, S. 48).

"Sie ist ein Kompromiß zwischen Individuum und Sozietät über das, ‚als was Einer erscheint‘ " (Jung 1933, S. 47).

"Fehlt die Persona, so trägt man kein schützendes ‚Gesicht‘, sondern ist mit all seinen Launen und Stimmungen der Umwelt preisgegeben wie ein Kind" (Jacobi 1971, S. 49).

Anima/Animus



Der Mensch als bisexuelles Tier (männliche und weibliche Geschlechtshormone, weibliche und männliche Eigenschaften). Jung schreibt die feminine Seite der männlichen Persönlichkeit und die maskuline Seite der weiblichen Persönlichkeit Archetypen zu. Der feminine Archetypus im Mann wird Anima genannt und der maskuline Archetypus in der Frau wird Animus genannt. Im Laufe der Stammesgeschichte ist die Frau vermännlicht und der Mann verweiblicht. Merkmale des anderen Geschlechtes werden übernommen, Mann und Frau verstehen sich durch Animus und Anima.
