



Die Handmetapher

Franz Sedlak

Die Hand ist ein ganz wichtiges Organ, aber auch ein vielseitiges Symbol und begleitet uns in Handlungen, Verhandlungen, Behandlungen usw.

Gerade, was die Behandlung anbetrifft und hier jene von seelischen Leidenszuständen, kann die Hand ein ausdrucksstarkes Symbol sein, das Wichtiges bewusst macht.

Fokus 1: Die vier Finger der Hand könnten z.B. die vier anthropologischen Ausrichtungen der Psychotherapie abbilden: tiefenpsychologisch-psychodynamisch; humanistisch-existenziell; systemisch; verhaltensorientiert. Der Daumen könnte die hilfeschuchende Person symbolisieren.

Fokus 2: Die vier Finger, denen der Daumen, der/die Patient/in, Klient/in gegenüber steht, könnten auch die vier Erkenntniswege (Methoden) sein: hermeneutisch (den tieferen Sinn holend - tiefenpsychologisch-psychodynamische Methoden), phänomenologisch (das Eigentliche schauend - humanistisch-existenzielle Methoden), dialektisch (über These, Antithese und Synthese sich weiter entwickelnd, dialogische, z.T. auch systemische Verfahren) und kausal-empirisch (dem naturwissenschaftlichen Ursache-Wirkungsdenken verbunden - verhaltensorientierte Methoden). Welchen Weg zur Selbsterkenntnis möchten wir gehen? Das Bewusstwerden von Bedeutungen, die Wesens-Erkenntnis des unmittelbar Gegebenen, die Auseinandersetzung mit anderem, die Ursache-Folge-Suche?

Fokus 3: Man sollte an das Grundanliegen der Psychotherapie denken, das die Handwurzel verkörpern kann.

Fokus 4: Die vier Finger stellen die Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft dar, der Daumen ist ein Sinnbild des Für-sich-Seins. Die vier Finger symbolisieren die Gesellschaft, der Daumen verkörpert das Individuum. Man kann viel darüber reflektieren, meditieren. Jede Psychotherapie befasst sich mit dieser Polarität.

Fokus 5: Die vier Finger können auch die vier großen Ängste (vor zu viele Nähe, zu großer Distanz, vor Stillstand und vor Veränderung) thematisieren. Riemann hat sie eingehend beschrieben. Man muss sich zeitlebens innerhalb und außerhalb der Psychotherapie mit diesen Ängsten auseinandersetzen.

Wenn wir in einem Wartesaal sitzen, oder uns auf einer längeren Bahnfahrt etc. können wir unsere Hände betrachten - und tiefgründig meditieren: Über Heilungswege, Erkenntnismethoden, die Grundlage des Helfens, die Polarität Individuum-Gesellschaft, die großen Ängste. Die beiden Hände könnten spielerisch mit dem Adlerschen Gedanken experimentieren: Es kann alles aber auch ganz anders sein!