

Das schlägt dem Faß die Krone ins Gesicht

Vortrag, gehalten im Okt. 2005 auf der sprechwissenschaftlichen Tagung „hören, lesen, sprechen“ in Heidelberg.

Erschienen im Band: „hören, lesen, sprechen“ Hrg. Wagner, Brunner, Voigt-Zimmermann, bei E. Reinhardt, 2006

Autor: Dipl. Psych. M. Wolfart

1) Einleitung

Was sie im Titel meines Vortrags hören, nennt man in Bayern einen „Wolpertinger“. Das ist ein ganz seltenes Tier, das den Körper eines Bibers, Froschfüße, Truthahnflügel und im Maul Wildschweinhauer trägt. Man schickt in den Alpen vor allem preußische Touristen des nachts auf die Jagd nach diesem Tier und lässt sie dann vom Oberförster verhaften, weil das Tier streng geschützt ist und deshalb nicht gefangen werden darf.

Sie dürfen raten, was die klugen Alpenbewohner damit metaphorisch den frustrierten Rest –Deutschen mitteilen wollen.....

Man könnte annehmen, dass das sprachliche Monster, das durch die Vermengung dreier gebräuchlicher Redensarten entstanden ist, völlig sinnentleert und nur noch grotesk wirkt.

Wenn Sie jedoch ihr Gefühl beim Hören dieses Satzes prüfen, werden Sie feststellen, dass dies nur in ganz geringem Maße der Fall ist:

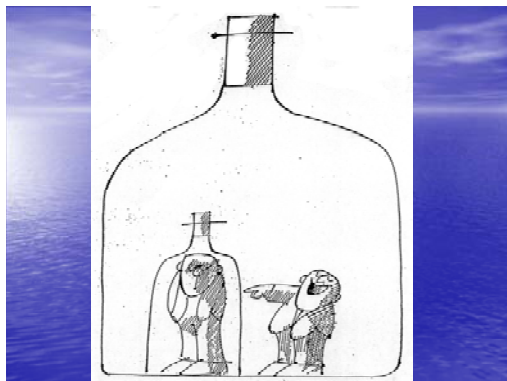
Es ist nach wie vor klar, dass hier etwas Ungehöriges, Unerfreuliches den Gipfel der Unerträglichkeit erreicht hat. Nicht nur scheint der Sinn der „verwursteten“ Redensarten noch erhalten, er scheint sogar noch verstärkt, noch eindrücklicher. Dies hat mit der grundsätzlich **a-logischen, paradoxen Eigenschaft metaphorischen Redens** und Denkens zu tun, auf die ich später noch genauer eingehen will.

Nur so viel vorweg:

„Die Metapher ist weder „logisch richtiges Denken“, noch ist sie ein Denkfehler.... „Gerade ihr paralogischer, doppelbödigter Kern, ihre Paradoxie ist ihr Betriebsgeheimnis, mit dem sie z.B. in der Psychotherapie die Einbildungskraft des Klienten entfesseln kann und sein Sinnreservoir für veränderte Lebensperspektiven öffnen kann.“ (H.R. FISCHER,2003)



Übrigens gilt dies in ähnlicher Weise für den Witz. Im 3. Reich gab es den Witz „Jude beißt deutschen Schäferhund“ ... darin scheint blitzartig eine wichtige Information über die Machtverhältnisse auf, die jedoch auf einer nicht-intellektuellen, sondern fast körperlich erlebbaren Ebene daherkommt.



2) Was ist metaphorische Sprache und wo wird sie benutzt ?

Ich will Sie nicht langweilen mit den schier endlosen Versuchen zu definieren, was eine Metapher eigentlich ist. Es gibt dafür an die 125 voneinander abweichende Definitionen.

Folgt man KARL BÜHLER (1934) so ist das Phänomen „Metapher“ ein so allgegenwärtiges, dass man eher nach Reservaten nicht-metaphorischen Redens suchen müsste:

Er schreibt :

„Wer die sprachliche Erscheinung, die man Metapher zu nennen pflegt, einmal anfängt zu beobachten, dem erscheint die menschliche Rede bald ebenso aufgebaut aus Metaphern, wie der Wald aus Bäumen“. (!)

Dennoch gibt es natürlich Bereiche, wo metaphorisches Reden scheinbar verpönt ist, wie etwa in den exakten Naturwissenschaften und andere Bereiche, wo es geradezu inflationär wuchert.

Es wäre einen eigenen Vortrag wert, zu beleuchten, wie wir in der medial überfluteten Welt von den Bildern immer weniger berührt werden, wie sie deshalb immer drastischer gewählt werden, um uns noch zu erreichen und wie wir letztlich die Wucht ursprünglichen Erlebens vielleicht nur noch erreichen können, wenn wir wieder Platz schaffen, uns meditativ leer machen, mediale Askese betreiben. Doch dies ist ein eigenes Thema.

- Die frühesten Zeugnisse menschlicher Sprache, wie etwa die **Welterschaffungs-Mythen**, ja der Mythos allgemein, bestehen zur Gänze aus Metaphorik.

Die Erschaffung des Menschen aus Lehm in der Genesis.....der Apfel am Baum der Erkenntnis und die Vertreibung aus dem Paradies,die Götter-Mythen der Griechen.. usw. usf... sind bis heute Bilder von bezwingender Kraft. (vgl. die Kreationisten-Diskussion) Aber auch unsere **Märchen**

enthalten oft sehr tiefe metaphorische Bilder für klassische menschliche Konflikte.

- **Lyrik und Dichtung** scheinen seit jeher und immer noch ohne Metapher nicht leben zu können,
- **Theater und Oper** sind szenisch dargestellte Metaphern für menschliche Schicksale und Konflikte
- **Lehr-Reden**, in denen altes und neues Wissen vermittelt werden soll, bedienen sich seit alters metaphorischen und gleichnishaften Redens, denken wir nur an die Gleichnisse und Metaphern in den Reden Jesu oder Buddhas.
- Die **politische Rede** –das brauche ich einer Versammlung von Rhetorikern nicht erklären - sind umso durchschlagender, je treffender die verwendeten Bilder sind.
- **Kinderbücher und Cartoons** transportieren ihre Inhalte über Tierfabeln. Obwohl jedes Kind weiß, dass es kein Hase, Maulwurf oder Drache ist, sind die identifikatorischen Prozesse über Häschen-Maulwurf-und Drachengeschichten offenbar viel wirksamer, als wenn von Kinderschicksalen direkt berichtet würde.
- Schließlich die **Heilkunst jeder Form bis hin zu Psychotherapie**: Auch hier ist die Metapher schon immer zu Hause. Angefangen von den schamanistischen Praktiken, dem Exorzieren böser Geister, über den nicht erst von Sigmund Freud gefundenen Königsweg der Deutung von Traumgehalten (die ja nichts anderes sind, als vom kreativen Unbewußten erfundene Metaphern) bis hin zu den sorgsam geplanten Fabeln und Geschichten in einer modernen Hypnotherapie:

Von hier aus, **d.h. aus der Perspektive meines Berufs als Psychotherapeut**, möchte ich Ihnen im Folgenden etwas über die Funktionsweise metaphorischen Sprechens mitteilen, das Ihnen hoffentlich auch in anderen rhetorischen Kontexten von Nutzen sein kann.

3) Die Metapher in der Psychotherapie:

Uns Therapeuten geht es weniger um die Kunst des schönen Redens. Vielmehr interessiert uns,“wie die gesprochene Sprache (...) so auf den Gesprächspartner einzuwirken vermag, dass sie Emotionen hervorruft, die an bestimmte Bedeutungen gekoppelt sind“. (BOSCOLO et al., 1993)

Das heißt, nicht jedes metaphorische Bild, das dem Therapeuten gefällt, kann diese Wirkung entfalten. Es muß zu der inneren Bilderwelt des Klienten, zu seinem Erfahrungs-Repertoire passen. Und er muß von seiner augenblicklichen **Erwartung** und **Gestimmtheit** her empfänglich sein für die Botschaft. Um dies zu erreichen, ist u.U. die vorbereitende **Inszenierung**, die erwartungsvolle Stille im Theater fast ebenso wichtig, wie das Stück, das dann gespielt wird.

Erst die partielle **Resonanz** zwischen dem inneren Bild, das die Patientin von ihrem Leben, von ihrer gegenwärtigen Lage und von ihrem Problem hat und

dem metaphorischen Angebot des Therapeuten vermag jenen spezifischen Effekt der Verflüssigung der vorhandenen Bilder, der produktiven Verwirrung und schließlich der Neu-Ordnung festgefahrener Lösungsmuster zu bewirken, den wir Therapie nennen.

Dazu einige **Fall-Beispiele**, an denen die Funktionsweise metaphorischer Bilder deutlich wird:

1. Fallbeispiel (der genickte Baum):

Ein ca. 35 jähriger Mann, der wegen seiner Stimm in Behandlung ist, hat sich eine schmerzhafte Lumbago zugezogen und kommt dennoch – gebückt, und unter Schmerzen- in die Sprechstunde. Ich biete ihm eine entspannende Phantasiereise an, bei der er liegen könne und sich nicht weiter anstrengen müsse. Er ist erpicht auf die Entspannung und auch neugierig auf dieses Experiment, weil er so etwas noch nie gemacht hat. Aus der letzten Stunde weiß ich, dass er ein leidenschaftlicher Gärtner ist. Er hat mir lange von seinen Bemühungen um seine Obstbäume erzählt. Das **inszenatorische Element** besteht nun darin, dass die Liegematte vorbereitet wird, dass der Patient sich umständlich darauf niederlässt und dass einleitend nochmals genau beschrieben wird, wie er da liegt, wo er Berührung mit der Unterlage hat, was er hört und sieht usw. Danach erst beginne ich mit einer entspannenden Atemübung. Der Patient geht erstaunlich schnell in **hypnotische Trance**, womit ich nicht unbedingt gerechnet hatte. Ich erzähle ihm von einem jungen Obstbaum, der vom Sturm geknickt wurde und den nun ein liebevoller und sachkundiger Gärtner wieder schient und gerade richtet. Eingehend wird in der Geschichte von dem langsamen Sich-wieder-Aufrichten des Baums gesprochen, von den Säften, die wieder ungehindert fließen, von der neu gewonnenen Stärke und Elastizität des Stammes, dem sogar seine Narben noch mehr Stabilität verleihen. Der Baum wiegt sich im Wind, nichts kann ihn umwerfen...usw...usf.. Als der Patient wieder aus der Trance erwacht, stellt er zu unser beider Erstaunen fest, dass sein Schmerz verschwunden ist und er aufrecht und beschwerdefrei gehen kann. Die Trance als solche kann zwar schon entspannend wirken, sie ist jedoch hier nur das Türöffner zum Unbewußten. Die eigentlich wirksame Botschaft steckt in der metaphorischen Geschichte vom Baum.

In dieser Geschichte ist kein einziges Mal von Rückenschmerzen, von Nerven, Wirbeln, Muskeln usw. die Rede. Das Bild des Baumes wirkt dennoch oder gerade deshalb, weil der Umweg einen bereits eingefahrenen Mechanismus außer Kraft setzt: das krampfhaft, jedoch unbewußte Festhalten an der Fehlhaltung, die den Schmerz weiter verstärkt.

Wichtig ist jedoch auch das Moment des „**spacing**“. D.h. der Therapeut verwendet ein Bild aus einer vertrauten Sphäre des Klienten, nicht eine Geschichte über Computer-Viren, Kabelsalat o.ä., wie sie vielleicht bei einem Technik-versessenen Computer-Freak angebracht gewesen wäre. *Pacing* meint hier etwas wie „im gleichen Schritt oder Rhythmus“ gehen wie der Klient. aber

auch „die gleiche Bilderwelt“ verwenden, die neue Information im vertrauten Gewand anbieten.

Einige von Ihnen werden dieses Prinzip aus dem NLP kennen, wo man über die Passung der Bilder hinaus geht und großen Wert auf die **bevorzugten Sinneskanäle** legt.

Je nachdem ob man einen mehr auditiven, kinästhetischen, optischen oder gustatorischen Menschen vor sich hat, wird man die Bilder aus dem bevorzugten Sinnesbereich wählen.

Spricht ein Klient von dem *Dunkel, in dem er herumtappt, von keinem Licht am Ende des Tunnels, von der Sehnsucht nach Durchblick*, dann wird in der Reaktion des Therapeuten tunlichst nicht davon die Rede sein, wie *dissonant dies Leben wohl gerade ist und wie die Sehnsucht nach Harmonie deutlich hörbar* für ihn wurde.

Man könnte also von einer **Passung**, wie bei Schloß und Schlüssel sprechen, oder von der **Resonanz** zwischen den Tönen, die der Therapeut anstimmt und der inneren Gestimmtheit des Patienten, oder von **Kongruenz** zwischen der inneren Landkarte (cognitive map) des Klienten und dem zugleich bestätigenden und neu orientierenden Bild, das der Therapeut ihm anbietet.

Sie merken schon: Die Suche nach Sinn ist eng mit unseren Sinnen verbunden.

Ein **2. Fallbeispiel (Falke und Ameise)** soll zeigen, dass das Finden der geeigneten Metapher auch dem Patienten überlassen werden kann:

Ein ca 40-jähriger Mann (ich nenne ihn hier Herrn Umbruch) kommt in die Heidelberger Phoniatrie, weil er seit Monaten mit plötzlicher Atemnot, ja Erstickungsanfällen mit Todesangst zu kämpfen hat. Es handelt sich nach der ärztlichen Diagnose um **Laryngo-Spasmen** (also Stimmband-Krämpfe), bzw. auch eine „**Vocal cord-dysfunction**“, die häufig als Asthma fehldiagnostiziert wird.

Der Patient arbeitet in einem großen Unternehmen als Ingenieur und hatte vor kurzem mit seinen Mitarbeitern eine Maschine in Rekord-Zeit für eine Weltausstellung entwickelt. Unmittelbar danach musste er seinen Posten als verantwortlicher Chef seines Konstruktions-Teams eintauschen gegen eine uninteressante Stellung im Kundenservice, wo er einer unter vielen ist und keine Untergebenen mehr hat.

Die berufliche Umbruchsituation erlebt er als Degradierung und Kränkung. Er ist gleichzeitig im Zweifel, was tatsächlich sein eigener Anteil an diesem Absturz sei.

Einige Wochen nach dieser einschneidenden Veränderung tritt das Symptom auf, das er seither fast jede Nacht mit zunehmender Panik erlebt.

In den ersten Gesprächen kommen wir zu folgender Einschätzung seiner Lage:

- Hier hat äußerlich ein Wechsel in den Anforderungen und in der beruflichen und persönlichen Identität des Patienten stattgefunden, den er innerlich noch nicht mit vollzogen bzw. integriert hat.

- Die Stimmbänder sind ein äußerst sensibles Organ, das – wie andere Muskelsysteme auch - durch Ambivalenz der Impulse gelähmt werden kann. Wenn man gewöhnt ist, für die Bereitstellung von Höchstleistung sehr intensiv nach Luft zu schnappen, plötzlich jedoch zur Ruhe und Neuorientierung, d.h. zu einem eher meditativen Energie-Level gezwungen ist, bekommen die Stimm lippen zwei sich gegenseitig blockierende Bewegungsimpulse, die zu einer Blockade führen können.

Ich schlage ihm nun vor, sich sowohl für die bisherige Tätigkeit als auch für die jetzige ein Symbol auszudenken. Wie würde er seine bisherige Existenz symbolisch ausdrücken, wie seine neue:

Herr Umbruch muß nicht sehr lange überlegen:

Ihm fallen spontan zwei Tiere ein, die für ihn sehr gut symbolisieren, in welcher Spannung und in welchem Dilemma er sich befindet:

- Bisher sei er ein "Falke" gewesen. Der schwebte hoch oben, habe den totalen Überblick, könne aber jederzeit herunter stoßen und greifen. Andererseits habe er kaum Bodenkontakt, er sei ein Überflieger.
- Jetzt hingegen sei er eine "Ameise" Er sei eingegliedert in ein großes System, sei darin ein kleines unbedeutendes Rädchen im großen Getriebe. (neue Metapher in der Metapher).
- Der Ruf, den er sich in seinem "Falken-Job" erworben hat, sei durchaus ambivalent: Man habe ihm vorgeworfen, er sei keine gute Führungskraft, er habe die Leute zu sehr gepusht, ihm fehle der **Bodenkontakt** usw. Jetzt habe er von seinem Chef das **"grounding"** (**Metapher vom Bodenkontakt**) verordnet gekriegt. Er dürfe nicht mehr zu den meetings der anderen "Falken", sondern müsse den Kontakte zu den "Ameisen" pflegen. Ich kommentiere: Die haben ja einen sehr guten Bodenkontakt und kennen sich sogar im Unterirdischen aus.

In den folgenden Stunden wird die **Metapher zum Ritual erweitert**: (auch hier: Die **Inszenierung**..)

Ich mache ihm den Vorschlag, dem Falken ein Ehrenbegräbnis zu geben, um sich von dieser Gestalt innerlich verabschieden zu können. Wichtig sei dabei ein würdiger Grabspruch, in dem die Leistungen und Verdienste des Falken noch einmal hervorgehoben werden.

Er reagiert auf diesen Vorschlag stark emotional mit Tränen. Darin kann sich sowohl die Trauer um den nun endgültiger erscheinenden Abschied von seiner bisherigen Existenzform ausdrücken, als auch das Erleben der Würdigung und Rehabilitation des Falken, die dem Abschied eher eine erlösende Gestalt geben kann.

Die Therapie wird ergänzt durch logopädische Übungen, in denen ebenfalls der Bodenkontakt, das „grounding“, sowie das richtige **Atmen** eine zentrale Rolle spielen. D.h.

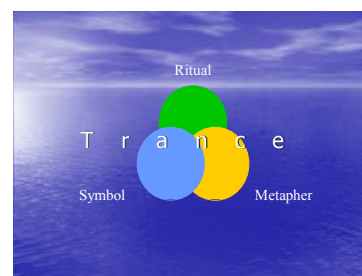
die metaphorisch angebahnte Umorientierung wird ergänzt durch die sinnlich spürbare leibliche Erfahrung: Wie ist es , wenn ich nicht mehr über dem Boden schwebe, sondern den **Kontakt zum Boden**, die Erdung mit den Füßen spüre ?

Wie ist es, wenn ich nicht mehr in Daueranspannung, sozusagen einem ununterbrochenen Einatmen befangen bin, sondern das Ausatmen und die „**Atem-Pause**“ genießen kann ?

Die Häufigkeit des Symptoms geht innerhalb weniger Wochen deutlich zurück. **Herr W. berichtet stolz, er habe den Falken im Rhein versenkt und ihm einen schönen Spruch mitgegeben. Danach sei es ihm richtig gut gegangen. Ihm sei bewusst geworden, dass er in dieser (Falken-) Phase einfach sehr viel für sich gelernt habe und das könne er mittlerweile auch unabhängig davon sehen wie andere seine Leistung bewerten.**

Die Symptomatik ist schließlich in der drei Monate später erhobenen Epikrise so gut wie verschwunden.

In den dargestellten Fall-Vignetten werden die fließenden Übergänge von vier nahe verwandten Phänomenen der psychischen Wirklichkeits-bewältigung deutlich:



Es sind dies:

- Symbol
- Metapher
- Ritual
- Trance

4) Ich will versuchen, diese Phänomene begrifflich zu differenzieren:

- **Symbol und Metapher** haben vom Wortsinn her etwas gemeinsames. Es wird hier etwas zusammengefügt (sym-ballein= zusammenwerfen) oder etwas übertragen (metá –phorein= hinübertragen), was vielleicht ursprünglich zusammengehörte, oder was gerade durch sein paradox erscheinendes Zusammenfügen einen neuen tieferen Sinn bekommt.

In geschichtlicher Frühzeit, bzw. in noch bestehenden animistischen Kulturen, haben Symbole nicht nur den Hinweis-Charakter, den sie für uns moderne Menschen haben, (wie etwa Kreuze oder Hähne auf Kirchtürmen, oder Piktogramme am Flughafen) sondern sie können in bestimmten Kontexten unmittelbar **magisch wirken**. Das Pentagramma oder der Drudenfuß über der Tür sollte bis ins hohe Mittelalter das Eindringen des Teufels ins Haus verhindern, wie wir noch aus Goethes Faust wissen.

- **Die Metapher** ist demgegenüber eher ein Mittel zum Zweck. Mit ihrer Hilfe kann das zu Verdeutlichende in einen anderen Kontext, in einer anderen sinnlichen Umgebung gleichnishaft dargestellt werden. Der geknickte Baumstamm „ist“ dann gleichsam die verkrampfte Wirbelsäule. Die Ameise ist der am Boden kriechende, gedemütigte Held.
- **Ritual:**
Im zweiten Fallbeispiel wird die Metapher des Falken eingebunden in ein Lösungsritual: Die Beerdigung, die zugleich eine Würdigung enthält und damit das Verhaftet-Sein an die alte Identifikationsfigur auflösen kann.
Rituale sind auch im Alltag unserer modernen Welt immer noch sehr präsent:
(Nicht nur in den rituellen Symbol- Kulturen moderner Jugend-Sekten und –Subkulturen. Nicht nur im Fegefeuer - Ablasshandel auf dem Welt-Jugendtag, der durch die bloße Teilnahme am Ritual geschieht. Nein auch in den entmythologisierten „rites de passage“, wie Konfirmation, das Auto zum Abitur, in der Tagesschau oder soap opera, die den Tag erst abschließt sind quasi-rituelle Elemente enthalten.)

Sind die beiden ersten Begriffe eher bildhafter und statischer Natur, so eignet den beiden letzten eher ein dynamischer handlungsorientierter Charakter. Im Ritual wird eine symbolisch bedeutsame Struktur handelnd vollzogen. Sie soll in den meisten Fällen eine Identität erneuern oder transformieren. (STEVEN GILLIGAN, 1991)

- **Die Trance**, die in fast allen älteren Ritualen das symbolische Geschehen begleitet, ist selber inhaltsleer, nur ein Instrument, das darauf abzielt Teile des Alltagsbewußtseins auszublenden um tiefer liegende Bedeutungen und Zusammenhänge freizulegen und das holistische Erleben zu intensivieren. In der Trance können symbolische Inhalte, Märchen, Parabeln etc. genutzt und als Botschaften in hypnotische Texte verpackt werden, wie dies Milton Erickson in meisterhafter Form demonstriert hat. (vgl. J. MILLS, R. CROWLEY 1998, S. 64)

Für unseren Zusammenhang wichtig erscheint eine Gemeinsamkeit, die alle vier Begriffe (Symbol, Metapher, Ritual, Trance) miteinander teilen:
Sie ermöglichen eine teilweise **Reduktion des eher sequentiellen, linkshirnigen Denkens zugunsten von eher prälogischen, oft auch präverbalen, ganzheitlichen und synkretistischen Wahrnehmungs- und Verarbeitungsmustern.**

Jetzt merken Sie an meiner Sprache, dass die heutzutage unvermeidliche Neuro-Forschung ins Spiel kommt.

5) Die hirnpfysiologische Betrachtung und das sog. „Reframing“. (Hüther)

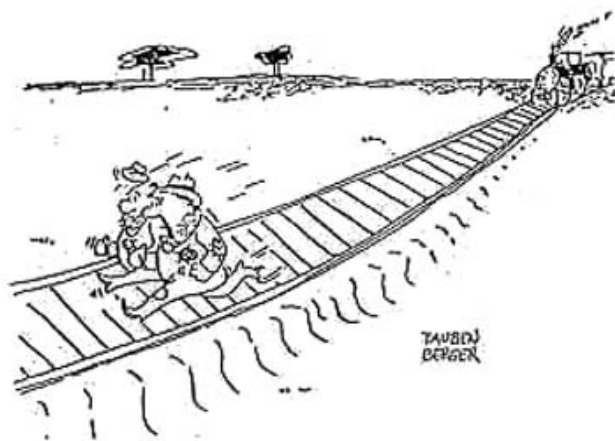
Daß unser Denken eng an leibliche Metaphern und Bilder gebunden ist, hat uns in jüngster Zeit wieder die Hirnforschung bewusst gemacht, die uns ja all das, was wir immer schon ahnten oder wussten, in so anschaulicher, ja eben *bildgebender* Metaphorik wissenschaftlich bestätigt:

Der bekannte Hirnforscher GERALD HÜTHER beschreibt in seinem Buch „Die Macht der inneren Bilder“ basale Formen von Überlebensstrategien, die lebende Organismen im Laufe der Evolution entwickelt haben:

Die eine, der die Weitergabe genetischer Anlagen durch massenhafte Vermehrung gelang, war darauf angewiesen, dass ihre Lebenswelt weiterhin so blieb, wie sie einmal gewesen war, als ihre erfolgreichen Handlungsmuster entwickelt wurden. Für schnelle und radikale Veränderungen ihrer Umwelt sind sie nicht ausgerüstet. *„Das Mitschleppen von Bildern, die nicht unmittelbar dem Zweck der massenhaften Reproduktion dienen, war ein Luxus, den sich diese Lebensformen nicht leisten konnten.*

Diejenigen Lebensformen, die ihre genetischen Anlagen nicht durch massenhafte Vermehrung weitergeben entwickelten *„... ein immer größer und komplexer werdendes Repertoire an unterschiedlichsten Verhaltensreaktionen.....“*, die schließlich zu der komplexen Struktur unseres Gehirns führte. Diese erwies sich als geeignet, *„handlungsleitende innere Bilder in Form bestimmter Aktivierungs- und Interaktionsmuster zwischen besonders „interaktions-freudigen“ Zellen zu generieren, diese in Form neuronaler Verschaltungsmuster abzuspeichern und zur Aufrechterhaltung der inneren Ordnung des Gesamtsystems zu nutzen. Mit Hilfe dieses neuen ‚Bilder generierenden Apparates‘ wurde es nun auch erstmals möglich, im Laufe des eigenen Lebens gemachte Erfahrungen in Form bestimmter neuronaler und synaptischer Verschaltungen fest zu verankern und zur Bewältigung neuer Probleme und Herausforderungen einzusetzen. Mit Hilfe der Sprache.... wurden diese inneren Bilder dann sogar übertragbar, kommunizierbar. Ein ständig wachsender, kulturell tradierter Schatz kollektiver Bilder... erweist sich als mächtiges Werkzeug zur Gestaltung der äußeren Welt und der eigenen Entwicklungsbedingungen“* (G.HÜTHER, a.a.O. S., 37)

Gleichzeitig wissen wir, dass gerade im Beharrungsvermögen mancher innerer Bilder auch die negative Möglichkeit der neurotischen Fehlhaltung liegt. Wir nennen dies im hypnotherapeutischen Jargon auch eine **Problem-Trance**, weil die Verengung des Blicks auf das Problem quasi-hypnotische Züge trägt.



„Wenn jetzt nicht gleich eine Weiche kommt, sind wir verloren“

Eine an Anorexia nervosa leidende junge Frau sieht sich in der inneren Repräsentanz ihres Körpers permanent als zu dick, obwohl sie schon zum Skelett abgemagert ist. Ein depressiver Mensch hat unzählige Bilder vom eigenen Versagen, von der Vergeblichkeit aller Bemühung und vom Nicht-Geliebt-Werden gespeichert. Zu den tatsächlich auch erlebten positiven Erfahrungen hat er keinen Zugriff mehr, obwohl sie durchaus in einem anderen Schaltkreis seines Gehirns abgespeichert sind.

Die in der modernen Psychotherapie (aber auch im Witz und im Märchen) gängige Praxis des „Reframings“ setzt genau hier an:

Das festgefahrene Bild wird in einen neuen, zunächst absurd anmutenden Kontext gestellt und kann gerade dadurch plötzlich kippen.

Der Inhalt des schädlichen inneren Bildes wird nicht verändert. Aber im neuen „Frame“ erkennt man plötzlich seine Absurdität, und/oder man erkennt bisher übersehene Handlungsmöglichkeiten.

In der **Sprache des Neurobiologen HÜTHER** klingt das dann so:

Ankommende Sinnesdaten generieren in unserem Gehirn ein bestimmtes „Erwartungsbild“ in Form eines Erregungsmusters.

Stimmt dieses mit den vorhandenen, gespeicherten völlig überein, so kann routinemäßig gehandelt werden.

Besteht hingegen keinerlei Übereinstimmung, so passiert gar nichts, weil das Gehirn die neuen Daten als unsinnig oder belanglos verwirft.

„Wirklich interessant wird es nur, wenn das alte bereits vorhandene Muster und das neue, eben entstandene Aktivierungsmuster zumindest teilweise übereinstimmen und überlagerbar sind. Das im Kortex entstandene ‚Erwartungsbild‘ muß dann geöffnet und entsprechend modifiziert werden. Anschließend wird es erneut mit den neu eintreffenden Erregungsmustern verglichen. Dieser Prozess wiederholt sich so lange, bis ein neues, erweitertes inneres ‚Erwartungsbild‘ entstanden ist, das sich nun endlich mit dem tatsächlichen Wahrnehmungsbild deckt. Die neue Wahrnehmung ist dann in den Schatz der bereits vorhandenen inneren Bilder integriert worden. Man hat etwas dazu gelernt.“ (HÜTHER a.a.O. S76,77)

Dies ist mit anderen Worten die genaue Beschreibung dessen, was im therapeutischen Reframing passiert.

6) Die Funktion der Metapher als „Vergegenständlichung“ eines abstrakten Zusammenhangs

- Metaphern scheinen ein hilfreiches, ja geradezu notwendiges Instrument zu sein, um die Vielfalt der Eindrücke und Erfahrungen zu bündeln und in die Persönlichkeit integrierbar zu machen. Untersuchungen von POLLIO et al. (Hilsdale 1977) haben eine positive Korrelation zwischen der im Persönlichkeitstest gemessenen „Integrität und Reife“ von Studenten und der Häufigkeit des Metaphern-Gebrauchs gefunden. Umgekehrt scheinen

extrem traumatisierte Menschen kaum noch in der Lage, bildhafte Wendungen zu finden, sondern neigen eher zu einem konkretistischen, buchstäblichen Umgang mit sich und der Welt. (I. GRUBRICH-SIMITIS)

- Die Bündelung eines ganzen Lebensabschnittes, einer dazugehörigen Haltung und Einstellung und eines damit verbundenen Problems im Bild des Falken weist auf etwas hin, das LAKOFF & JOHNSON (1980) als Transfer vom Abstrakten zum körperlich Sinnlichen, bzw. als „**Embodiment**“ bezeichnet haben. Durch den Rückgriff auf die kulturell hypostasierte Qualität eines heraldischen Tieres, wird ein Charaktermerkmal, ein Verhaltenstypus blitzschnell umrissen, wofür man sonst eine umständliche Beschreibung bräuchte, die sich gleichzeitig dem Gedächtnis nicht so einprägen würde.
- Dabei werden jedoch nur Teile übertragen, niemals das Ganze (pars pro toto), es ist wie bei einem Lichtkegel, bzw. einer Focussierung. MAX BLACK (1983) spitzt dieses Bild noch zu, indem er konstatiert: „**Jede Metapher ist die Spitze eines untergetauchten Modells**“.

7) Metaphern des Helfens

sind immer auch solche untergetauchten Modelle. Sie bilden nicht nur eine augenblicklichen Situation oder Stimmungslage ab, sondern sie entsprechen auch bestimmten Menschenbildern oder Funktionsmodellen der Psyche.

Schaut man sich den Katalog der gängigsten Bilder an, so findet man z.B.

- das Modell des Weges, das dem Verirrten wieder heimwärts finden hilft...
 - das Modell der Last, für die jemand Unterstützung braucht
 - das Modell des Dunkels, in das Licht gebracht werden soll
 - das Modell der Erstarrung oder des Einfrierens, das Lösung oder Auftauen braucht
 - das Modell der Lebens(haus-)aufgaben und des Lernens,
 - moderne Modelle, wie verschwundene oder gelöschte Dateien, in denen Ressourcen verborgen sind.
- ◆ Je nachdem, welchem dieser Modelle wir grundsätzlich eher zuneigen, aktivieren wir innerlich andere Erkenntnis- und Handlungs-Perspektiven. Daß solche Modelle natürlich auch immer geprägt sind von der Kultur, in der wir leben, versteht sich von selbst. Ein türkischer „Nabel-Heiler“ hat bei Erkrankungen, die wir in unserem Kontext als typische „burn-out“ oder Depressions-Symptome deuten würden, die Vorstellung, dass der Nabel aus seiner Mitte geraten ist und er wird dementsprechend eine Kur verordnen, bei der der Nabel des Patienten wieder in seine Mitte gebracht wird.

- ◆ Unsere moderne Organ-Medizin ist fixiert auf ihr pharmakologisches und mikrobiologisches Paradigma. Deshalb betrachtet sie das Phänomen der Placebo-Wirkung von Medikamenten nur unter dem Aspekt der unerwünschten Störung. Würde sie das Paradigma wechseln, dann könnte sie die Placebo-Wirkung auch als eindrucksvollen Nachweis von höchst wirksamen inneren Bildern der Patienten untersuchen.
- ◆ Metaphern können auch ungewollt enorme Wirkung entfalten: (Beispiel mit dem Herz-Galopp aus J. Achterberg, 1990)

8) Zusammenfassung

Fassen wir also die wichtigsten Beobachtungen nochmals zusammen:

- Sprache scheint ohne bildhafte Vergegenständlichung kaum auszukommen . Die Verkörperlichung (Embodiment) abstrakter Zusammenhänge ist dabei ein wesentliches Moment.
- Durch Paradoxie und Paralogie können Metaphern neue Verbindungen, neuen Sinn herstellen
- Therapeutisch wichtig sind: Kongruenz der inneren Bilderwelt von Sender und Empfänger . (situativ u. kulturell best.)
- Dafür notwendig: Empathie, heuristisches Verstehen, Relativierung eigener Modelle (Hammer u. Nagel) und Inszenierung
- Neurologisch: Bekanntes, also kein „nonsense“ Unbekanntes, also Neugier weckend.
- Prälogisch, ganzheitlich, konnotativ, d.h. gefühlsnäher, näher am Ubw: Finden kreativer Lösungen

Analogien, Metaphern und Sinnbilder sind Fäden, mit denen der Geist mit der Welt in Verbindung bleibt, auch wenn er – geistesabwesend- den unmittelbaren Kontakt zu ihr verloren hat, und sie gewährleisten die Einheit der menschlichen Erfahrung“(Hannah Arendt 1997)

Verwendete Literatur:

ACHTERBERG, J. 1990, Gedanken heilen, Reinbek

BOSCOLO et al., 1993, Familiendynamik, Heft 2, S.111

BÜHLER, KARL ; 1934 Die Darstellungsfunktion der Sprache, Jena

BLACK, MAX , 1983, (in HAVERKAMP 1983, Die Metapher)

FISCHER, H.R. (2003) in Familiendynamik,

GRUBRICH-SIMITIS, (1984) Vom Konkretismus zur Metaphorik, Gedanken zur psychoanalytischen Arbeit mit Nachkommen der Holocaust-Generation, Psyche 1984, Nr. 1, S. 1-28

GILLIGAN,S (1991) Therapeutische Trance Carl Auer Heidelberg

HÜTHER, GERALD, 2004 Die Macht der inneren Bilder

LAKOFF & JOHNSON (1980) Metaphors, we live by, Chicago

MILLS, J. ., CROWLEY, R 1998, S. 64

POLLIO et al. Hilsdale 1977