

Holger Lindemann

Die systemische Metaphern-Schatzkiste

Grundlagen und Methoden für Beratung,
Coaching, Supervision und Therapie

6., überarbeitete Auflage
inkl. Download-Materialien



V&R

Über 10.000
verkaufte
Exemplare



Holger Lindemann

Die systemische Metaphern-Schatzkiste

Grundlagen und Methoden für Beratung,
Coaching, Supervision und Therapie

6., überarbeitete Auflage

Mit 69 Abbildungen und 7 Tabellen

VANDENHOECK & RUPRECHT

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

© 2025 Vandenhoeck & Ruprecht, Robert-Bosch-Breite 10, D-37079 Göttingen, ein Imprint
der Brill-Gruppe (Koninklijke Brill BV, Leiden, Niederlande; Brill USA Inc., Boston MA, USA;
Brill Asia Pte Ltd, Singapore; Brill Deutschland GmbH, Paderborn, Deutschland;
Brill Österreich GmbH, Wien, Österreich)
Koninklijke Brill BV umfasst die Imprints Brill, Brill Nijhoff, Brill Schöningh, Brill Fink, Brill mentis,
Brill Wageningen Academic, Vandenhoeck & Ruprecht, Böhlau und V&R unipress.

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Download-Materialien zum Buch: Metaphernsammlung, Kopiervorlagen und Arbeitsblätter
finden Sie als PDF-Dateien im Verlagswebshop beim Buchtitel.

Umschlagabbildung: Daniel Bauer unter Verwendung von Motiven von Jorm Sangsorn

Icons zu den Tipps und Übungen: freepik, www.flaticon.com
Icons in Abbildung 4: Daniel Bauer

Abbildungen 60–67: John Tenniel, gemeinfrei, mit freundlicher Genehmigung zur Nutzung von
Reproduktionen aus: Lewis Carroll, »Through the looking glass, and what Alice found there«,
McMillan & Co, 1872, erstellt durch das Internet Archive for Special Collections & College Archives,
Musselman Library, Gettysburg College.

Alle anderen Fotos und Abbildungen: Holger Lindemann

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen
Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza
Printed in the EU

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com

ISBN 978-3-525-40073-9 (print)
ISBN 978-3-647-40073-0 (digital)

Inhalt

1	Vorwort	11
2	Metaphern: Definitionen und Formen	17
2.1	Was sind Metaphern?	17
2.2	Metaphernwelten: Themenbereiche bildhafter Sprache	21
2.3	Grundformen sprachlicher Metaphern	24
2.3.1	Einfache sprachliche Metaphern	24
2.3.2	Geflügelte Worte, Sprichwörter, Sinnsprüche und Aphorismen als Metaphern	28
2.3.3	Komplexe Erzählformen als Metaphern	31
2.3.4	Lyrische Texte als Metaphern	34
2.4	Weitere Darstellungsformen von Metaphern	35
3	Grundprinzipien und Basistechniken der Arbeit mit Metaphern ..	37
3.1	Grundprinzipien der Arbeit mit Metaphern	38
3.1.1	Perspektivenwechsel und Zirkularität	38
3.1.2	Reframing	43
3.1.3	Kontextualisierung: das relevante System	45
3.1.4	Externalisierung als Objektivierung und Personifikation	47
3.1.5	Rekontextualisierung und Analogiebildung	49
3.1.6	Dissoziation und Assoziation	51
3.1.7	Anker	58
3.1.8	Internalisierung und Habitualisierung	60
3.1.9	Pacing und Leading	62
3.1.10	Narration	62
3.1.11	Symbolische Interaktion	65
3.1.12	Humor, Leichtigkeit und Bezogenheit	66
3.2	Basistechniken der Arbeit mit Metaphern	67
3.2.1	Implizites Verwenden von Metaphern	68
3.2.2	Explizites Aufgreifen und Ausweiten von Metaphern	69
3.2.3	Anbieten von Metaphern	70

3.2.4	Nutzung des Zufalls	71
3.2.5	Offene, verdeckte und teiloffene Arbeit	73
3.3	Metaphern für beratende und therapeutische Tätigkeiten	76
4	Arbeiten mit Bezeichnungen und Sätzen	79
4.1	Metaphern als Objektivation und Personifikation	79
4.1.1	Objektivierungen	79
4.1.2	Personifikationen	82
4.2	Innere Anteile und Ich-Zustände (Ego-States)	84
4.2.1	Grundbegriffe der Arbeit mit inneren Anteilen und Ego-States	85
4.2.2	Grundsätze der Arbeit mit inneren Anteilen und Ego-States	89
4.2.3	Wertschätzender Umgang mit inneren Anteilen und Ego-States	91
4.2.4	Innere Anteile und Ego-States erkunden	94
4.2.5	Innere Anteile und Ego-States hörbar machen	98
4.2.6	Innere Anteile und Ego-States als Team	101
4.2.7	Verhandlungen zwischen inneren Anteilen und Ego-States inszenieren	102
4.2.8	Neue innere Anteile und Ego-States entwickeln und vorhandene stärken	106
4.3	Metaphernwelten: Imaginäre Orte, Landschaften und Kontexte ...	109
4.3.1	Metaphernwelten aufgreifen und ausweiten	109
4.3.2	Eine Metaphernwelt anbieten	111
4.3.3	Den Zufall nutzen mit Metaphernwelten-Lösen	112
4.4	Sprichwörter, Aphorismen und Zitate	113
4.4.1	Das Sprichwort- und Zitate-Orakel	115
4.4.2	Das Zeitschriften- und Bücher-Orakel	118
5	Arbeiten mit Erzählungen und Geschichten	119
5.1	Grundlegende Methoden der Arbeit mit Erzählungen und Geschichten	120
5.1.1	Geschichten gemeinsam erfinden	120
5.1.2	Die Nutzung von Phasenmodellen	123
5.1.3	Entwerfen eigener Geschichten mit Symbolwürfeln	127
5.1.4	Entwerfen eigener Geschichten mit Begriffszetteln und Bildkarten	134
5.1.5	Geschichten anbieten	137
5.1.6	Zufallsgeschichten	140
5.2	Verschiedene Formen von Erzählungen und Geschichten	141
5.2.1	Märchen	141

5.2.2	Sagen, Legenden und Mythen	146
5.2.3	Fabeln	147
5.2.4	Gleichnisse und Parabeln	151
5.2.5	Anekdoten	153
5.2.6	Gedankenexperimente	156
5.2.7	Dilemmata und Paradoxien	157
5.2.8	Witze	159
6	Arbeiten mit Gedichten und Liedern	161
6.1	Gedichte	161
6.1.1	Gedichte aussuchen	161
6.1.2	Gedichte schreiben	163
6.2	Lieder	164
6.2.1	Lieder mit Bedeutung	164
6.2.2	Das zufällige Lied	165
7	Arbeiten mit Bildern	167
7.1	Arbeiten mit dem Herstellen von Bildern	167
7.1.1	Freies Malen, Collagen und Fotografien	167
7.1.2	Bilder von Objektivationen und Personifikationen	170
7.1.3	Fotocoaching	171
7.1.4	Problembild und Lösungsbild	174
7.1.5	Triptychon und Quadriptychon	177
7.1.6	Bilderfolgen und Comics	184
7.1.7	Zufallsbilder	185
7.1.8	Positionierungsbilder	187
7.2	Arbeiten mit Bildern und Bildkarten	196
7.2.1	Grundtechniken und Materialien	196
7.2.2	Auswählen von Bildern	200
7.2.3	Zufälliges Ziehen von Bildern	202
7.2.4	Cartoons	210
7.2.5	Mehrdeutige Bilder und multistabile Muster	211
7.2.6	Bilderrätsel und Knobelaufgaben	213
8	Arbeiten mit Skulpturen und Architektur	217
8.1	Figurenaufstellungen	217
8.1.1	Ein Ablaufschema für Figurenaufstellungen	218
8.1.2	Dissoziative und assoziative Formen der Figurenaufstellung	225
8.1.3	Materialien für Figurenaufstellungen	227
8.2	Aufstellungen mit Bodenankern, Timelines, Stellvertreterinnen und Stellvertretern	246

8.2.1	Aufstellungen mit Bodenankern	248
8.2.2	Aufstellungen auf der Timeline	266
8.2.3	Aufstellungen mit Stellvertreterinnen und Stellvertretern	272
9	Arbeiten mit bewegungs- und handlungsorientierten Methoden	285
9.1	Psychodrama	285
9.2	Hand- und Fingerpuppen	293
9.3	Musizieren und Tanzen	296
9.4	Symbolische Körpererfahrungen und symbolische Handlungen ...	298
9.5	Rituale	301
9.6	Artefakte, Talismane und Amulette	306
9.7	Beobachtungs- und Handlungsaufgaben	310
10	Ein Modell der Arbeit mit Metaphern	317
10.1	»Alice hinter den Spiegeln«	317
10.2	Die Spiegelarchitektur der Arbeit mit Metaphern	327
10.3	Das Grundmuster der Arbeit mit Metaphern	333
11	Die Metaphernsammlung	339
11.1	Eine Systematik sprachlicher Metaphern und der Aufbau der Metaphernsammlung	339
11.2	Räumliche, materielle und zeitliche Orientierung	346
11.2.1	Oben und unten	346
11.2.2	Reihenfolge	346
11.2.3	Entfernung	347
11.2.4	Gewicht, Stärke und Größe	347
11.2.5	Maße und Gewichte	348
11.3	Wahrnehmung	348
11.3.1	Sehen	349
11.3.2	Hören	349
11.3.3	Riechen	350
11.3.4	Schmecken	350
11.3.5	Fühlen	350
11.4	Handlung und Bewegung	350
11.4.1	Hände, Arme und Handlungen	350
11.4.2	Füße, Beine und Bewegung	351
11.5	Physiologische und organische Zustände	351
11.5.1	Kopf	351
11.5.2	Körper	352
11.5.3	Schlaf und Träume	352

11.5.4	Gesundheit und Krankheit	353
11.5.5	Sterben, Tod und Friedhof	353
11.6	Tätigkeiten und Berufe	353
11.6.1	Lesen, Schreiben und Rechnen	353
11.6.2	Spielen	354
11.6.3	Farben, Malerei und Kunsthandwerk	354
11.6.4	Musizieren	354
11.6.5	Sport	355
11.6.6	Wege und Fahrzeuge	355
11.6.7	Schifffahrt und Fischerei	355
11.6.8	Handwerk und Hausbau	356
11.6.9	Bergbau und Goldgräberei	356
11.6.10	Elektrizität und Mechanik	356
11.6.11	Textilhandwerk	357
11.6.12	Kochen, Essen und Trinken	357
11.6.13	Garten und Landwirtschaft	357
11.6.14	Försterei und Jägerei	358
11.6.15	Recht und Strafe	358
11.6.16	Politik und Verwaltung	358
11.6.17	Militär und Krieg	358
11.6.18	Schule und Lernen	359
11.6.19	Theater, Oper, Kino, Zirkus und Jahrmarkt	359
11.7	Literarische und cineastische Themen	360
11.7.1	Märchen	360
11.7.2	Fabeltiere und -wesen	360
11.7.3	Ritterinnen und Ritter	360
11.7.4	Piratinnen und Piraten	361
11.7.5	Western	361
11.7.6	Krimi, Agentinnen und Agenten	361
11.7.7	Science-Fiction	361
11.7.8	Superheldinnen und Superhelden	362
11.7.9	Grusel und Horror	362
11.7.10	Allgemeine Rollen und Charaktere	363
11.8	Menschen und ihre Eigenschaften	363
11.8.1	Familie	363
11.8.2	Freundschaft und Feindschaft	363
11.8.3	Charakterschwächen	364
11.8.4	Glück und Unglück	364
11.9	Materielle und immaterielle Werte	364
11.9.1	Kirche und Glauben	365
11.9.2	Himmel und Hölle	365

11.9.3	Wahrheit und Lüge	365
11.9.4	Geld, Schmuck und Handel	366
11.9.5	Zeit	366
11.9.6	Möbel und Einrichtung	366
11.10	Natur und Elemente	366
11.10.1	Licht und Schatten	367
11.10.2	Himmel und Wolken	367
11.10.3	Planeten und Weltall	367
11.10.4	Wetter	367
11.10.5	Wasser	368
11.10.6	Feuer	368
11.10.7	Stein und Eisen	369
11.10.8	Tiere	369
12	Danksagung	371
13	Quellen- und Materialienverzeichnis	373
13.1	Fachliteratur	373
13.2	Metapherngeschichten für Therapie und Beratung	378
13.3	Gedichte, Geschichten, Geschichtensammlungen und Lieder	378
13.4	Rätsel	378
13.5	Bilderbücher	378
13.6	Bildkartensets	379
13.7	Symbolwürfel	381
13.8	Sprüche und Zitatezettel	381
14	Verzeichnis der Übungen	383
15	Autoreninformationen	385
	Code für Download-Materialien zum Buch	381

1 Vorwort

■ Die Geschichte der Metaphern-Schatzkiste

Die vorliegende Fassung dieses Buchs ist das Ergebnis einer langen Reise des Sammelns, Experimentierens und Forschens. Die Berichte über meine Reise wurden seit der Erstveröffentlichung der »Metaphern-Schatzkiste« 2012 immer umfangreicher, die Schatzkiste wuchs und wurde dicker, sodass bereits die 2. Auflage unter dem Titel »Die große Metaphern-Schatzkiste« erschien (Lindemann, 2014). Mit der Zeit wuchs der Umfang über die Möglichkeiten einer einzelnen Publikation hinaus. Vor allem das große Interesse an der systemischen Arbeit mit dem, in der Schatzkiste enthaltenen Strukturmodell der »Heldenreise« legte nahe, diese detaillierter zu beschreiben und in einem eigenen Buch vorzustellen. Deshalb wurde die 3., überarbeitete und erweiterte Auflage in zwei Bänden veröffentlicht. Neben »Die große Metaphern-Schatzkiste« als Band 1 (Lindemann, 2016a) wurde »Die Systemische Heldenreise« als Band 2 (Lindemann, 2016b) gestellt.

Zu den vielen kreativen Möglichkeiten und Variationen bei der Nutzung von Metaphern und der Systemischen Heldenreise kam 2019 ergänzend der Praxisband »Heldinnen, Ufos und Straßenschuhe« (Lindemann, 2019b) hinzu, in dem zwanzig Praktikerinnen und Praktiker ihre Arbeit in zahlreichen Beispielen präsentieren.

Es zeigt sich jedoch, dass die beiden Bände der Metaphern-Schatzkiste unabhängig voneinander genutzt wurden, sodass eine größere Eigenständigkeit der Werke ohne die zahlreichen enthaltenen Querverweise sinnvoll schien. Seit der 4. Auflage ist der erste Band der Schatzkiste daher wieder als eigenständiges Buch unter dem Titel »Die systemische Metaphern-Schatzkiste« zu bekommen (Lindemann, 2021). Auch »Die Systemische Heldinnen- und Heldenreise« ist seit 2024 wieder als Einzeltitel erhältlich und zieht nun ebenfalls eigenständig ihre Wege durch die Meere der Metaphern und Erzählungen.

Die nun vorliegende 6. Auflage der »systemischen Metaphern-Schatzkiste« wurde auf den neusten Stand gebracht und stellenweise überarbeitet. Neben kleineren Aktualisierungen und Korrekturen wurde die Abgrenzung von Metapher und Analogie im Einleitungskapitel konkretisiert (→ [Kapitel 2.1](#)), die Ausführungen zur offenen, verdeck-

ten und teiloffenen Arbeit wurden ergänzt (→ Kapitel 3.2.5), das Kapitel über die Arbeit mit inneren Anteilen und Ich-Zuständen (Ego-States) wurde vollständig überarbeitet und erweitert (→ Kapitel 4.3), die Arbeit mit Erzählungen und Geschichten wurde neu strukturiert und erweitert (→ Kapitel 5.3), die Abläufe aller Aufstellungsformate wurden konkretisiert und erweitert (→ Kapitel 8.1 und 8.2), ein Kapitel zu dissoziativen und assoziativen Formen der Figurenaufstellung wurde ergänzt (→ Kapitel 8.1.2).

Aus einem kleinen Büchlein mit 140 Seiten und einer beiliegenden DVD haben sich in den 13 Jahren seit Erscheinen der ersten Auflage zwei farbig gedruckte Bücher mit festem Einband entwickelt, die zusammen rund 860 Seiten umfassen und durch insgesamt ca. 670 Seiten Online-Materialien ergänzt werden.

■ Wozu braucht man Metaphern in der systemischen Arbeit?

Das Interesse an der Arbeit mit Metaphern in Beratung, Coaching, Supervision und Therapie, bzw. am Einsatz sogenannter analoger Verfahren, ist nach wie vor groß.¹ Zum einen, weil unsere Sprache ohnehin voll von Metaphern und Sprachbildern ist und wir mit ihnen daher implizit immer schon arbeiten. Zum anderen, weil das Aufgreifen von Metaphern und die Bildung von Analogien einer der wichtigsten Zielrichtungen systemischen Arbeitens dient: dem Perspektivenwechsel. Redet man in Metaphern, erscheinen Probleme und Lösungen »in einem anderen Licht«, es tun sich »neue Türen auf« und alles scheint »wie verwandelt«. Das Nutzen von Metaphern wird in allen Bereichen systemischer Beratung als zentrale Technik beschrieben: in der Organisations- und Teamentwicklung, in Supervision, Coaching, Paar- und Familienberatung, in der Therapie und nicht zuletzt in der hypnosystemischen, bzw. hypnotherapeutischen Arbeit. Ein handlungsorientiertes Verständnis für bildhafte Sprache und den gezielten Einsatz metaphernorientierter und analoger Methoden gehört zum wirksamsten Handwerkszeug systemischer Praxis.

Was brauchen Praktikerinnen und Praktiker, um mit Metaphern arbeiten zu können? Sie benötigen:

- ein Grundverständnis für den Aufbau und die Funktion von Metaphern,
- Methoden zur Arbeit mit Metaphern in Wort, Bild, Skulptur, Handlung und Bewegung sowie
- einen großen Metaphern-Wortschatz.

All dies finden Sie in diesem Buch und in dem zusätzlichen Material, das über den Link am Ende dieses Buchs zur Verfügung gestellt wird.

¹ Es werden nicht immer alle Beratungsformate (Beratung, Coaching, Supervision und Therapie) explizit benannt. Die vorgestellten Grundlagen und Methoden lassen sich grundsätzlich für alle Formate nutzen, bzw. auf diese übertragen.

■ Warum habe ich dieses Buch geschrieben?

Und: Was bietet es den Leserinnen und Lesern?

In meinen Beratungen und Coachings arbeite ich gern mit Sprachbildern und Metaphern. Kaum macht eine Klientin oder ein Klient, ein Team oder ein Vorstandsmitglied eine Äußerung, die auch nur den Anschein des Bildhaften hat, bin ich versucht, mit den darin enthaltenen Bilderwelten weiterzuarbeiten. Diese Arbeit mit bildhafter Sprache reicht vom Aufgreifen der verwendeten Sprachbilder und ihrer Ausweitung über das Malen von Bildern, Formen der Aufstellungsarbeit, Tranceinduktion oder Abschlussmetaphern bis hin zum Erzählen von Geschichten, Gleichnissen oder dem Entwerfen von Fantasie- und Heldenreisen. Um die Nutzung von Metaphern anleiten zu können, lohnt sich ein Blick auf die Strukturen bildhafter Sprache und auf Methoden, die sich besonders für die Arbeit mit Sprachbildern eignen.

Neben dem spontanen Aufgreifen bildlicher Sprache setzte ich mich immer wieder intensiv mit den Sprachbildern meiner Klientinnen und Klienten auseinander. So lernte ich etwa genauer, wie ein Automotor funktioniert, was Superheldinnen und -helden so treiben und was in der Schifffahrt vor sich geht. Für einzelne Beratungen erweiterte ich meinen Wortschatz, indem ich Listen passender Begriffe erstellte. Neben Einblicken in Gärtnerei, Boxsport, Märchen und Sagen schaute ich Filme und Fernsehsendungen, auf die sich Klienten und Klientinnen bezogen, um an diese Bilderwelten und Geschichten anknüpfen und sie erweitern zu können. Hierdurch wurden die in der Beratung gemeinsam erzeugten Analogien und Visualisierungen reichhaltiger, tiefgreifender und auch hilfreicher. Zudem durchforstete ich meinen Methodenkoffer nach Beratungsformaten, die einen besonders guten Zugang zur Arbeit mit Metaphern bieten. Die Ergebnisse dieser Auseinandersetzung mit Metaphern sind in diesem Buch zusammengefasst.

Die »Systemische Metaphern-Schatzkiste« bietet:

- Definitionen und eine Übersicht über die verschiedenen Formen von Metaphern und Analogien (→ [Kapitel 2](#)),
- Grundprinzipien und Basistechniken der Arbeit mit Metaphern (→ [Kapitel 3](#)),
- eine mit vielen Beispielen verdeutlichte Darstellung von Methoden, in denen Metaphern eine zentrale Rolle spielen (→ [Kapitel 4 bis 9](#)),
- ein übergreifendes Modell der Arbeit mit Metaphern (→ [Kapitel 10](#)),
- eine Erklärung des Aufbaus und der Systematik der Metaphernsammlung, die als Download zur Verfügung steht sowie eine Übersicht über die darin enthaltenen Themenbereiche (→ [Kapitel 11](#)).

Für die praktische Arbeit mit Metaphern finden sich im Buch drei Formen von Praxistipps:



Web-Tipp

Hinweise zu Online-Materialien und Webseiten



Material-Tipp

Empfehlungen für Materialien, Arbeitshilfen und Literatur



Übung

Übungen zur Selbstreflexion und Erprobung der vorgestellten Methode

Zur weiteren Unterstützung stehen zusätzliche Materialien als Download zur Verfügung, die über den Link am Ende dieses Buchs und einen Zugangscode erhältlich sind. Hierzu gehören:

- **Die Metaphernsammlung**

Für die Arbeit mit Metaphern ist ein gut gefülltes Repertoire an Begriffen und sprachlichen Verknüpfungen hilfreich, die sich auf einen Themenbereich beziehen und die dabei helfen, beim Betreten einer Bilderwelt aus dem Vollen schöpfen zu können. Diesen Fundus liefert die Metaphernsammlung mit über 20.000 Einträgen. Zu diesen Einträgen gehören thematisch sortierte Personenbegriffe, Orte, gegenständliche und abstrakte Begriffe, Tätigkeiten, Eigenschaften, Redewendungen und Sprichwörter, die nach verschiedenen Themenbereichen sortiert sind. Die PDF-Datei steht als Nachschlagewerk im Verlagswebshop beim Buchtitel als Download zur Verfügung.

- **Bildvorlagen**

Alle im Buch vorgestellten Bildvorlagen sind als einzelne PDF-Dateien auf der Webseite hinterlegt.

- **Kopiervorlagen für Sprichwörter- und Zitatezettel**

Für die Nutzung zufällig gezogener Sprichwörter und Zitate gibt es PDF-Kopiervorlagen mit über 1.100 Sprichwörtern und Zitaten.

- **Arbeitsblätter**

Zu einigen im Buch enthaltenen Übungen sind ergänzende Arbeitsblätter im PDF-Format vorhanden.

Beim »Eintauchen« in die Welt der Sprachbilder und Metaphern wünsche ich Ihnen viel Spaß und gute Ideen für tiefgehende Gespräche und sprachliche Höhenflüge. Und nun: Glück auf! Gut Holz! Petri und Waidmanns heil! Mast- und Schot-, Hals- und Beinbruch!

■ Anmerkung

Im Bemühen um eine gendergerechte Sprache nenne ich durchgängig beide grammatikalischen Geschlechter in abwechselnder Reihenfolge (z. B. Klientinnen und Klienten; Stellvertreter und Stellvertreterinnen). Bei längeren Aufzählungen werden die grammatikalischen Geschlechter abwechselnd verwendet. Bevorzugt verwende ich geschlechtsneutrale Bezeichnungen wie »Person«, »beratende Person« oder »beraterisch Tätige«. Begriffe der Profession, wie z. B. »praktische Arbeit« oder »beraterische Praxis«, beziehen sich immer auf alle Formen der Beratung, also auch auf Coaching, Supervision und Therapie, auch wenn diese nicht explizit benannt werden.

2 Metaphern: Definitionen und Formen

Wir alle sprechen in Metaphern. Tag für Tag, immerzu, oft ohne, dass uns dies bewusst ist. Diese Verwendung von Metaphern geht sogar so weit, dass man Personengruppen unterscheiden kann, die zu bestimmten Formen von Sprachbildern neigen, beispielsweise zu visuellen (»bei Licht besehen«, »den Durchblick haben«), zu olfaktorischen (»den richtigen Riecher für etwas haben«, »etwas liegt in der Luft«), zu militärischen Sprachbildern (»einen Warnschuss abgeben«, »etwas schlägt ein wie eine Bombe«) oder zu Sprachbildern aus dem Bereich Kochen und Essen (»jemandem die Suppe versalzen«, »da liegt der Hase im Pfeffer«).

2.1 Was sind Metaphern?

Bildhaft bzw. metaphorisch sind einzelne Begriffe, Begriffsgruppen und Sätze, weil sie sich in ihrem Wortsinn auf andere Bereiche beziehen als den, auf den sie angewendet werden. Dadurch stehen sie in ihrem Verwendungszusammenhang »für etwas anderes«. Diese Funktion der Metapher – etwas zu sagen und damit etwas anderes zu meinen – erklärt sich aus der griechischen Herkunft des Wortes: *metà phérein* = anderswohin tragen und *metaphora* = Übertragung.

In einer engen Definition, die auf die Rhetorik und Poetik von Aristoteles zurückgeht, besteht eine Metapher in der Übertragung eines fremden Nomens auf einen ihm nicht zugehörigen Gegenstand (Aristoteles, 1999, Rhetorik, III, 1413a, S. 180) oder darin, eine Ähnlichkeit zu sehen oder eine Verbindung herzustellen, zwischen Dingen, die faktisch nicht miteinander verknüpft sind (Aristoteles, 2008, Poetik, 1457b/21; S. 29 f.). Das von Aristoteles angeführte Beispiel aus Homers »Illias« lautet: »Achill kämpfte wie ein Löwe«, wodurch ihm Wesenszüge des Löwen bezogen auf seinen Kampfstil zugesprochen werden. Nicht gemeint ist, dass Achill seine Gegner angesprungen und gebissen hat. Ebenso würden übertragene Bedeutungen entstehen, würde man sagen: »Achill kämpfte wie eine Schlange«, oder Achill kämpfte wie ein Huhn«. In einer anderen Übersetzung von Homers »Illias« lautet der Beispielsatz: »Achill war ein Löwe in der Schlacht«, womit keine tatsächliche Transformation in

das Tier gemeint ist, sondern eine Analogie zu Wesenszügen oder Handlungsweisen eines Löwen gezogen werden. Metaphern übertragen hier also Ähnlichkeiten im Handeln, der Wesensart oder auch im Aussehen. Eine weitere Unterscheidung, etwa zur »Metonymie« oder »Synekdoche«, soll hier nicht vorgenommen werden, da die in diesem Buch zugrunde gelegte Definition von Metapher äußerst weit gefasst ist und alle Formen übertragener Bedeutung einschließt (Hagemann, 2017).

Nicht nur in Gedichten, Liedern, Bildern, Grafiken, Fotografien und Filmen finden sich zahlreiche Metaphern. Unsere alltägliche Sprache ist von ihnen durchtränkt. Auf welche Weise ein »Etwas« der subjektiven Wahrnehmung als »etwas anderes« bezeichnet, dargestellt, symbolisiert und interpretiert wird, ist in besonderem Maße von der agierenden Person, ihrem persönlichen, sozialen und kulturellen Hintergrund abhängig. Hierbei sind ihr selbst metaphorische Bedeutungen nicht immer bewusst, da die Metaphern sich in ihrer unbewussten Anwendung und Rezeption verfestigt haben. Beispielsweise kann einer Person beim Anblick eines bestimmten Gegenstandes ein kalter Schauer über den Rücken laufen, oder sie kann bei der Wahrnehmung eines Geruchs anfangen zu weinen. Der Gegenstand oder der Geruch haben hier eine weitergehende, metaphorische Bedeutung, die auf etwas anderes, eine frühere Erfahrung oder ein früheres Erlebnis verweist.

Eine weite Definition sieht letztlich alles Bezeichnen, Beschreiben und Erzählen als Metapher, da wir letztlich keinen direkten Zugang zu bezeichneten und beschriebenen Dingen und Geschehnissen haben und somit alles eine Übertragung ist: »Wir glauben etwas von den Dingen selbst zu wissen, wenn wir von Bäumen, Farben, Schnee und Blumen reden, und besitzen doch nichts als Metaphern der Dinge, die den ursprünglichen Wesenheiten ganz und gar nicht entsprechen« (Nietzsche, 1872/1980, S. 879).

Wir leben buchstäblich in Metaphern: in Übertragungen, Gleichnissen, Geschichten und Begriffsnetzwerken (Lakoff u. Johnson, 1997, S. 11 ff.). Selbst unser Denken und Handeln können als Metapher – also als Übertragungsnetzwerk oder »Konzeptsystem« – betrachtet werden (ebd.). Ebenso lassen sich unsere gesamte Wahrnehmung, Erinnerung und unser Leben als »Bilder generierender Prozess« beschreiben (Hüther, 2004, S. 43). »Ursprünglich handelte es sich bei den inneren Bildern um nicht mehr als in Form innerer Muster entstandene und verankerte Hypothesen bestimmter Lebensformen über die Beschaffenheit der Welt und über die sich in dieser Welt bietenden Möglichkeiten zur Lebensbewältigung. Jetzt sind die von der am höchsten entwickelten Lebensform generierten Bilder zu deterministischen Instrumenten der Welt- und Selbstgestaltung geworden« (Hüther, 2004, S. 47). Die biologische Notwendigkeit der Musterbildung einzelner Individuen findet eine soziale Komponente letztlich über das Reproduzieren, Externalisieren und Teilen von Bildern sowie über Musik, Sprache, Text und Bewegung.

Nicht nur einzelne Begriffe oder Redewendungen, sondern auch Aussprüche und längere Texte, Wahrnehmungen und Erinnerungen können als Metapher »für etwas anderes« betrachtet werden. Hierbei gibt es in der Regel die wörtliche, bildliche oder

emotionale Bedeutung des Gesagten, Geschriebenen, oder Erlebten und eine oder mehrere dahinterliegende Bedeutungen. Schließlich können – in einem weiten Verständnis von Metaphern – alle nichtsprachlichen, audiovisuellen und kinästhetischen Faktoren wie Bilder, Musik, Film und Gesten als Metaphern verstanden werden (Forcville u. Urios-Aparisi, 2009; Zbikowski, 2010; Fahlenbrach, 2010; Cienki u. Müller, 2010; Fehse, 2014; Spieß u. Köpcke, 2014).

Eine Metapher besteht also immer aus mehreren Ebenen: einer direkten, wörtlich zu nehmenden und einer oder mehreren übertragenen Bedeutungen. In der Bildbetrachtung wird diese Unterscheidung ebenfalls getroffen (Panofsky, 1994, S. 207 ff.):

- Ein Bild kann **vorikonografisch** beschrieben werden:
Was ist zu sehen? Wie ist das Bild aufgebaut? Welche Formen und Farben werden verwendet? Wie groß ist es und wie groß sind einzelne Elemente des Bildaufbaus?
- Das Bild kann dann **ikonografisch** analysiert werden:
Welche Symbole, Personifikationen und Allegorien sind erkennbar?
- Zuletzt lässt sich das Bild **ikonologisch** interpretieren:
Was ist damit gemeint? Welche »Botschaft« steckt dahinter? Was will der Maler oder die Malerin des Bildes möglicherweise zum Ausdruck bringen? In welchem zeitlichen und räumlichen Kontext wurde das Bild erstellt?

Hierbei ist die vorikonografische Ebene diejenige, auf die sich Betrachterinnen und Betrachter am einfachsten einigen können, da mit den unterschiedlichsten Methoden gemessen werden kann. Alle weiteren Ebenen sind voraussetzungsreicher und bedürfen kultureller und sozialer Erfahrung sowie Wissen über Interpretationen, Bildsprache und Symbolik konkreter Personen oder Personengruppen in einer bestimmten Epoche.

Will man die Bedeutungen einer Metapher analysieren oder selbst eine Metapher erzeugen, müssen konkrete Bezüge zwischen dem Bild – oder auch dem Text, der Musik, dem Tanz – und dem, wofür diese stehen sollen, hergestellt werden. Es handelt sich dann um das bewusste Herstellen einer **Analogie** zwischen einem Bild (einem Text, einer Musik, einem Tanz) und einem darin nicht direkt enthaltenen Bezugspunkt (Hofstadter u. Sander, 2014, 35 ff.). Erst wenn ein Bild – rezipierend oder erschaffend – bewusst mit Deutungen oder Deutungsmöglichkeiten verbunden wird, wenn Verbindungen und Bezüge hergestellt werden, wird es von einer Metapher zu einer Analogie. Hierbei kommt es selbstverständlich vor, dass etwas als Metapher gedeutet und zur Analogiebildung herangezogen wird, ohne dass dies intendiert war, ebenso ist es möglich, dass Metaphern nicht erkannt werden und eine intendierte Analogiebildung nicht erfolgt. Eine Metapher beinhaltet immer das Potenzial für mehrere Konkretisierungen und Analogiebildungen, eine Analogie ist hingegen immer schon eine bestimmte Deutung.

Jeder sprachliche, bildhafte oder handelnde Ausdruck beinhaltet implizit oder explizit immer Übertragungen bzw. Übertragungsmöglichkeiten von einem Bereich auf einen oder mehrere andere. Hierbei kann es sich um eine einfache Bezeichnung, Beschreibung oder grafische Darstellungen von Gegenständen, Personen und abstrakten

Begriffen handeln, aber auch um bildhaft formulierte Lebensweisheiten, die Schilderung von Ereignissen oder um ganze Geschichten. Viele Formen bildhafter, metaphorischer Sprache, bildhafter Darstellung oder symbolischer Handlung sind so stark in den alltäglichen Sprachgebrauch übergegangen, dass bei ihrer Verwendung gar nicht mehr auffällt, dass gerade eine Metapher genutzt wurde. Es lohnt sich daher, zunächst genauer zu definieren, wo sich überall Metaphern verstecken und in welchen Formen sie auftreten können. Die jeweils individuellen, sozialen und gruppenbezogenen Bedeutungsnetzwerke zu erkunden, zu erweitern und zu verändern ist eine zentrale Intervention für jede beratende und therapeutische Tätigkeit (Mills u. Crowley, 1996; Fischer, 2005).

Individualisiert man die Interpretationskette der Erzeugung von Metaphern und der Analogiebildung, kann sie auch auf Beratungsprozesse angewendet werden. Als Formen des Perspektivenwechsels, des Reframings und anderer Vorgehensweisen systemischer Beratung und Therapie bilden Reinterpretationen, Anders- und Neuerzählungen, auch in Form von Visualisierungen – etwa als Aufstellung –, ein Kernstück der methodischen Vorgehensweisen. In der narrativen Therapie wird die Neuerzählung und Neuinterpretation von Erlebtem intensiv genutzt (Denborough, 2017; White u. Epston, 1990). Bilder unseres Lebens werden anders gemalt und anders interpretiert, Geschichten unseres Lebens werden anders erzählt und anders verstanden.

Für die Verdeutlichung der praktischen Anwendung ziehe ich den Begriff der Metapher, im Gegensatz zum Begriff der Analogie, als Grundbegriff vor. Das liegt darin begründet, weil wir mit Metaphern ohne explizite Analogiebildung arbeiten können. Die Metapher kann als eigenständiges Bild stehen, dessen wörtliche Bedeutung weder erklärt noch gedeutet werden muss, während die Analogie immer in einem Vergleich besteht und eine Entsprechung oder Übereinstimmung expliziert (Coenen, 2002; S. 5–9; Hentschel, 2010, S. 14). In der praktischen Arbeit ist es durchaus möglich, im Sinne des Anliegens von Klientinnen und Klienten zielführend mit einem Bild zu arbeiten, es zu erzeugen und zu verändern (Metapher), ohne dessen Bedeutung interpretieren oder explizit auf ihre Lebenswirklichkeit übertragen zu müssen (Analogie). Die Nutzung von Metaphern ohne Analogiebildung ist also möglich, Analogiebildung ohne Metapher jedoch nicht. Letztlich ist es sogar möglich, mit Klientinnen oder Klienten nur unter Zuhilfenahme eines von ihnen selbst erzeugten Bildes zu arbeiten, ohne dass die beratende Person irgendeine Information darüber erhält, wofür dieses Bild bzw. einzelne in ihm enthaltene Elemente stehen sollen (→ Kapitel 3.2.5 »Offene, verdeckte und teiloffene Arbeit«). Dies verhindert auf Seiten der beratenden Person jede Form der Analogie- und Hypothesenbildung, da keinerlei Überlegungen über die »tatsächliche« Bedeutung eines Bildes angestellt werden können. Eine neutrale, neugierige und nicht-wissende Haltung wird hierdurch sehr unterstützt. Bei Klientinnen und Klienten verbleibt die Interpretation und Analogiebildung, während sich der beratende Dialog allein um das Bild dreht und sich auf Erweiterungen, Eingrenzungen und Veränderungen des Bildes bezieht.

Jede Form des Bildhaften hat zudem einen entscheidenden Vorteil für die lösungsorientierte Arbeit: ihr fehlt jede Möglichkeit der Negation, also der Verneinung eines

Sachverhaltes (Watzlawick, 2015, S. 61 f.). Es kann beispielsweise bildhaft repräsentiert werden, wie eine Person einen Baum pflanzt. Eine bildhafte Vorstellung davon, dass eine Person keinen Baum pflanzt, ist nicht möglich, da sie immer darstellen müsste, was die Person stattdessen tut. In der Arbeit mit Metaphern geht es darum, ihre (in der Regel eher unbewusste) Form zu konkretisieren und auszuweiten, um sie gezielt dazu zu nutzen, weitere Blickwinkel auf ein Thema einnehmen und gänzlich neue Handlungsoptionen entwerfen zu können. Diese können implizit im Bild oder der Metapher verbleiben und indirekt wirken oder aber hinsichtlich der Lebenswelt konkretisiert und zurück übertragen werden.

Letztlich zeichnet sich jede Metapher durch eine Verdinglichung aus. Nichtstoffliche oder abstrakte Begriffe (z. B. Gefühle, Bedürfnisse und Gedanken) können durch Gegenstände oder Personen symbolisiert werden (→ Kapitel 4.1.1 »Objektivierung«; → Kapitel 4.1.2 »Personifikation«). Innere Vorstellungen werden nach außen getragen (»externalisiert«) und können so betrachtet werden (→ Kapitel 3.1.4 »Externalisierung als Objektivierung und Personifikation«). Auf diese Weise werden sie handhabbar, und können verändert, positioniert, skaliert und auf jede beliebige Weise miteinander in Beziehung gesetzt werden.

2.2 Metaphernwelten: Themenbereiche bildhafter Sprache

Der große Bereich bildhafter Sprache lässt sich nicht nur lexikalisch oder etymologisch erfassen oder in verschiedenen Kategorien ordnen, sondern kann für die praktische Verwendung auch zu Themenbereichen zusammengefasst werden (→ Kapitel 11 »Die Metaphernsammlung«). Die Metaphernsammlung mit einzelnen Begriffen, Aussprüchen und Redewendungen steht als PDF-Datei im Download-Bereich zur Verfügung. In der dort verwendeten Systematik steht die Nutzung in der beratenden Praxis im Vordergrund und keine sprachwissenschaftliche Ordnung.

Die möglichen Themenbereiche bildhafter Sprache sind sehr vielfältig und umfassen alle Bereiche unseres Denkens, unserer Imagination und unseres Erlebens.

Beispiele:

Ameisen- oder Bienenstaat ■ archäologische Ausgrabung ■ Bauernhof ■ Biotop ■ Boxing ■ Burg ■ Dorf ■ Dschungel ■ Elektrizität ■ Fäden und Tücher ■ Fabrik ■ Fantasy ■ Film ■ Fußball ■ Garten ■ Gebirge (Seilschaft) ■ Geheimdienst ■ Handwerk ■ Haus ■ Hausbau ■ Irrenhaus ■ Karawane ■ Kindergarten ■ Kirche ■ Kleidung ■ Körper ■ Krankenhaus ■ Kreuzzug ■ Krieg ■ Krimi ■ Märchen ■ Meer ■ Militär ■ Motorsport (Autorennen, Motocross) ■ Orchester ■ Polizei ■ Raumstation ■ Schiff ■ Schule ■ Science-Fiction ■ Seefahrt ■ Sklavenschiff ■ Sportmannschaft ■ Superhelden ■ Tierherde ■ Tierrudel ■ Tierwelt ■ Wald ■ Western ■ Zirkus ■ Zoo ■ Zugvögel.

Schneidet ein Gesprächspartner einen Begriffsbereich an, kann man diesen aufgreifen, ausbauen und verstärken – bis hin zum Erzählen ganzer Geschichten oder Malen von Bildern.

Praxisbeispiele:

- »Das ist hier wie im Zoo!«
- »Wir spielen mit unserer Firma in der Champions League!«
- »Wir sind doch nicht im Kindergarten!«
- »Das Leben ist kein Ponyhof!«
- »Was ist denn das für ein Affenzirkus?«

Anstatt diese bildhafte Sprache unbeachtet zu lassen, kann sie aufgegriffen werden. Es wird dann über den Zoo anstatt über das Team, über Fußball über die Firma und deren Konkurrenz, über Kindergärten anstatt über die Familie, über einen Ponyhof anstatt über das Leben, über einen Affenzirkus anstatt über einen Ehestreit gesprochen. Nach diesem Wechsel zwischen den Bedeutungsebenen folgt dann in der Regel eine Ausweitung der Metapher und Verbindung mit der Situation und dem Anliegen des Klienten oder der Klientin.

Praxisbeispiele:

- »Wer wäre denn in Ihrem Team der Löwe und wer der Zoowärter?«, »Wer sind die Besucher Ihres Zoos?«
- »Welchen Pokal gäbe es denn für Ihre Firma zu gewinnen, und wo würden Sie ihn hinstellen?«, »Wer in Ihrer Firma würde den Pokal bewundern und sich als Sieger fühlen?«, »Wer wären die Verlierer?«
- »Wer sind in diesem Kindergarten die Kinder, wer die Erzieher?«, »Welche Spiele werden dort gespielt?«
- »Angenommen, das Leben wäre ein Ponyhof, wie sähe er aus?«, »Gibt es auf diesem ›Ponyhof des Lebens‹ auch andere Tiere?«
- »Was genau machen die Affen?«, »Welche Attraktionen hat dieser Zirkus noch zu bieten?«, »Wenn Ihre Zirkusnummer eher eine ›stille Verzauberung‹ darstellt und der Alltags-trubel die Affennummer, wie können Sie sicherstellen, dass das Publikum aufmerksam wird und zur Ruhe kommt?«

Die (implizite) Metaphorik der im Gespräch genutzten Redewendungen wird bewusst verwendet, um einen Ebenenwechsel herbeizuführen. Ähnlich wie in »Hinter den Spiegeln«, der Fortsetzung von »Alice im Wunderland«, in der Alice durch den Spiegel eine andere Welt betritt, gelangt man auch durch das Aufgreifen und Ausweiten von Metaphern in eine ganz andere Welt (Carroll, 1871/1974, S. 19 ff.; → [Kapitel 10](#))

»Ein Modell der Arbeit mit Metaphern«). Diese andere Welt ist nicht einfach nur eine lineare Spiegelung unserer Wirklichkeit, sondern weicht von ihr ab, enthält neue und ungewohnte Perspektiven. Die Welt hinter dem Spiegel lässt sich nach Belieben verändern, ergänzen und mit neuen Personen und Rollen bevölkern. Hierzu kann gezielt nach Personen, Gegenständen, Orten, Räumen oder Situationen gefragt werden, die zu der angesprochenen Metaphernwelt gehören. Die »gespiegelte Wirklichkeit« der Klientin oder des Klienten wird dadurch angereichert und es rücken Aspekte seines Beratungsanliegens in den Blick, die vorher verborgen waren. Die im Verlagswebshop als Download zur Verfügung gestellte Metaphernsammlung, bietet hierfür im wahren Sinne des Wortes einen Sprachschatz für die praktische Verwendung.

Diese »andere Welt« ist in mehrfacher Hinsicht ein Spiegel unserer Wirklichkeit: Für jedes Element, das bei der Arbeit mit Metaphern benannt wird, lässt sich eine Entsprechung im Alltag des Klienten oder der Klientin finden. Beratung, Coaching, Supervision und Therapie mit der Hilfe von Metaphern brauchen diese Durchlässigkeit des Spiegels in beide Richtungen: zunächst um etwas auf eine ganz andere Weise betrachten und spielerisch verändern zu können und daran anschließend in den Alltag zu übertragen. Etwa: Was bedeuten die Erfahrungen, die ich auf der anderen Seite des Spiegels gemacht habe, für mein Leben? Was lerne ich daraus, dass ich mein Leben aus einer anderen Perspektive betrachtet habe?

Praxisbeispiele:

- »Was bedeutet es für Ihre Zusammenarbeit, wenn Sie die Giraffe sind, die den Überblick behält? Wie können Sie das in die Teamarbeit einbringen?«
- »Was können Sie dazu beitragen, dass sich alle in der Firma als Gewinner fühlen?«
- »Was können Sie dazu beitragen, dass sich Ihre Mitarbeiterinnen »erwachsener« verhalten?«
- »Wenn die »Ponys« Ihre »Hobbys und Leidenschaften« darstellen, wie Sie es ausgedrückt haben, und die »Pflege der Ponys« nicht zu kurz kommen darf, was werden Sie noch in dieser Woche tun, damit es »den Ponys« gut geht?«
- »Wie könnten Sie es schaffen, den Affen den Raum zu lassen, den sie brauchen, um dann im Arbeitsalltag die Ruhe und Aufmerksamkeit herzustellen, die Sie brauchen, damit Ihr Beitrag zur Arbeit, die »stille Verzauberung«, gehört und gewürdigt wird? Was und wer könnte Sie dabei unterstützen?«

Das aus dem Wechsel der Bedeutungsebenen entstehende Spiel mit der impliziten und expliziten Bedeutung bildhafter Sprache ist vielfältig. Die verschiedenen Formen der Metapher reichen von sprachlichen Elementen und erzählenden Formen, die einer linearen Struktur folgen, über zweidimensionale grafische Darstellungen sowie dreidimensionale Gestaltung und Modellierung, die es erlauben, viele Aspekte eines Themas parallel darzustellen, bis hin zu handelnden und ausagierenden Ausdrucksformen.

In der praktischen Arbeit werden oft mehrere Formen miteinander verknüpft. So ist es auch bei der Arbeit mit Bildern üblich, diese sprachlich zu begleiten oder grafische Elemente oder kurze Handlungsszenen miteinander zu verbinden.

Dieses Buch soll für die Arbeit mit Metaphern in zweierlei Hinsicht hilfreich sein: Zum einen werden die Regeln erläutert, nach denen dieses Metaphern-Spiel gespielt werden kann, und zum anderen werden Beispiele und Anregungen hierfür gegeben. Ergänzend findet sich im Download-Bereich zum Buch umfangreiches Material, das für den praktischen Einsatz genutzt werden kann.

Bevor ich jedoch die Verwendung von Metaphern genauer beschreibe und Methoden darstellen werde, folgt eine Übersicht über die verschiedenen Formen von Metaphern. Diese Darstellung weicht an einigen Stellen bewusst von literaturwissenschaftlichen und kunstgeschichtlichen Systematiken ab, da es in diesem Buch nicht um eine sprachanalytische Auseinandersetzung mit Metaphern geht, sondern um ihre Anwendung. Wer an dieser theoretischen Übersicht nicht interessiert ist, sondern sich direkt mit den Grundprinzipien und der Methodik beschäftigen möchte, kann diese Kapitel überspringen und ab [→ Kapitel 3 »Grundprinzipien und Basistechniken der Arbeit mit Metaphern«](#) weiterlesen.

2.3 Grundformen sprachlicher Metaphern

Sprachlichen Formen der Metapher bekommen in diesem Buch einen besonders großen Raum, da alle Metaphern, auch solche, die grafisch, modellierend und darstellend erzeugt werden, sprachlich gedacht bzw. verbalisiert werden. Die Darstellung der Grundformen folgt einer logischen Systematik sprachlicher Erzähl- und Darstellungsformen, nach der im hinteren Teil des Buches auch die Methoden geordnet sind.

2.3.1 Einfache sprachliche Metaphern

Metaphern im Sinne einer Übertragung oder des Für-etwas-anderes-Stehen finden sich in unserer Alltagssprache viele, wobei es zum Verstehen gehört, nicht die wörtliche, sondern die übertragene (idiomatische) Bedeutung zu erfassen. Für die beraterische und therapeutische Arbeit mit Metaphern ist es jedoch wichtig, die wörtliche Bedeutung ernst zu nehmen. Um das zu schaffen, bedarf es ein wenig Übung, damit wir die Metapher überhaupt wahrnehmen und dann weiterverarbeiten können. Daher folgt hier zunächst eine Übersicht über alltäglich verwendete Metaphern.

Assoziative Begriffe: Viele Begriffe unserer Sprache können ganz unterschiedliche Assoziationen anstoßen. Je nachdem, in welchem Kontext sie verwendet werden, können mit ihnen eine oder mehrere Bedeutungen verbunden sein. Welche Idiomatisierung

(also übertragene Bedeutung) genau assoziiert wird, hängt stark von individuellen Erfahrungen und Gewohnheiten ab und auch vom Kontext, in dem eine Metapher verwendet wird. Christine Palm veranschaulicht das in ihrem Buch über Phraseologie anhand der Begriffe »grün« und »blind« (vgl. Palm, 1997, S. 14; eigene Ergänzungen).

Beispiele:

grün:

grüne Farbe (ein grünes Auto),
 unausgereift (grüne Tomate),
 biegsam (ein grüner Ast),
 unreif (ein grüner Junge, grün hinter den Ohren sein),
 frisch, nicht eingesalzen oder konserviert (grüne Heringe),
 roh (grüne Klöße),
 freie Fahrt (grüne Ampel),
 umweltbewusst (grüne Politik),
 jemandem gegenüber nicht freundlich gesinnt sein (jemandem nicht grün sein),
 in der Natur, außerhalb der Stadt (im Grünen),
 Grünzeug (Gemüse),
 gleichwertig (das ist dasselbe in Grün),
 oxidiert (Grünspan),
 Übelkeit (grün im Gesicht).

blind:

nicht sehend (der blinde Mann),
 nicht im Sichtfeld, etwas übersehen (blinder Fleck),
 nicht reflektierend (ein blinder Spiegel),
 undurchsichtig (ein blindes Fenster),
 naiv oder unvorsichtig (»War ich blind!«),
 voreilig, übertrieben (blinder Alarm),
 nicht zahlender Mitreisender (blinder Passagier),
 übereifrig (blinder Eifer),
 willensschwach (blinder Gehorsam),
 unkontrolliert (blinde Wut).

Grundsätzlich sind den möglichen Assoziationen und damit auch den Bedeutungsgebungen keine Grenzen gesetzt. In der Beratung lohnt es sich daher, eigene Wertungen und Zuschreibungen zurückzustellen und die Deutungen der Klientinnen oder Klienten durch Fragen in Erfahrung zu bringen. Unsere Vorstellungswelten und sprachlichen Äußerungen sind nie selbstverständlich, sondern immer mehrdeutig und interpretierbar.