

Ausformung therapeutischer Metaphern

Clemens Krause und
Dirk Revenstorf

■ Metaphern sind schon seit jeher ein anschauliches Mittel der Kommunikation. Lebensweisheiten und Werte, weltliche wie religiöse, wurden schon immer mit Hilfe von Metaphern vermittelt, sei es durch Sagen, Märchen oder biblische Gleichnisse. Durch die Arbeit von M.H. Erickson und durch die Kinderpsychotherapie wurde der explizite Gebrauch von Metaphern, auch für die Psychotherapie von Erwachsenen, populär. Die Grundlagenforschung hat sich mit der „Sonnenfinsternis“, mit der die Metapher oft bezeichnet wird, befasst, und die philosophischen und linguistischen Metaphertheorien wurden durch kognitive Ansätze erweitert. Analysen des Verständnisses und der Verarbeitung von Metaphern lieferten neue Modelle, die Gegenstand empirischer Forschung wurden oder noch werden können. Das Anliegen der vorliegenden Arbeit ist es, Ergebnisse der Grundlagenforschung so in die Sprache des Praktikers zu übersetzen, dass er dadurch Anregungen zur Ausformung wirksamer therapeutischer Metaphern erhält. Dabei wird eine Integration in bestehende, anwendungsbezogene Konzepte angestrebt.

1 Begriffsklärung

Der Verwendung von Metaphern in der Psychotherapie kommt seit der Arbeit von M.H. Erickson eine größere Bedeutung zu, vor allem seit sich einige seiner Schüler, etwa D. Gordon, E. Rossi oder J. Zeig daran gemacht haben, seine Techniken zu formalisieren, Techniken, die M.H. Erickson zumindest in seinen letzten Lebensjahren intuitiv eingesetzt hat. Bis heute wurde jedoch wenig unternommen, um die Sprachverwirrung zu klären, die sich aus einem uneinheitlichen Gebrauch von oft synonym verwendeten Begriffen wie Metapher, Symbol, Analogie,

Geschichte, Märchen, Anekdote, Sprichwort, Fabel, Parabel oder Gleichnis ergibt.

Eine für die Psychotherapie adäquate Definition der Metapher betont einen Prozess der gegenseitigen Beeinflussung und Anpassung zweier Konzepte oder Bereiche, die ursprünglich voneinander getrennt waren. Der Empfänger einer Metapher muss zum einen die Verbindung zwischen den Konzepten erkennen und zum anderen die Modalität der Verbindung rekonstruieren (Hülzer, 1987). Dadurch schafft die Metapher neuartige Sichtweisen eines Sachverhalts, neue Denkperspektiven und Bedeutungen. Kopp (1971) sagt dazu: „Eine Metapher ist im allgemeinen dadurch bestimmt, dass sie einen Sachverhalt in den Begriffen eines anderen ausdrückt, wobei diese Verknüpfung ein neues Licht auf die beschriebene Sache wirft.“ Dabei kann es sich um Fremdes handeln, das einbezogen werden soll, indem neue Fakten, Ereignisse oder Erfahrungen in einen schon bestehenden Rahmen eingeordnet werden. Es kann sich aber auch um den umgekehrten Prozess handeln, wobei Bekanntes einen neuen Aspekt erhält, also verfremdet wird (Jimenez, 1976). Diese Definition erinnert stark an Piagets Konzepte der Assimilation und Akkommodation, die fundamentale Lernschemata beschreiben. Deshalb ist für Lakoff (1993) die Metapher vor allem eine Angelegenheit des Denkens; der Sprache weist er nur sekundäre Bedeutung zu.

Der Kern einer jeden Metapher ist immer die Nebeneinanderstellung von einer Topik und einem Vehikel, die miteinander verbunden werden. Die Topik ist das Subjekt einer Metapher, der Gegenstand auf den sie sich bezieht. Das Vehikel wird benutzt, um die Topik zu erklären, dadurch kommt es zu einer Verbindung der gemeinsamen Attribute von Topik und Vehikel. Ein einfaches Beispiel hierfür wäre das Shakespeare-Zitat: „Julia ist die Sonne.“ Eigenschaften, die normalerweise einen Planeten, nämlich die Sonne charakterisieren, wie etwa Wärme, Licht und eine zentrale Position, werden auf einen Menschen, namentlich Julia übertragen. Die Konzepte werden somit verbunden und dadurch können auch emotionale Komponenten, die mit dem Vehikel Sonne assoziiert sind, nun auf die Topik Julia übertragen werden.

In der therapeutischen Intervention stellt meistens das Problem des Klienten die Topik dar, und die Analogien, die der Therapeut mit der Metapher anbietet, das Vehikel. Dabei wird oft die Problemsituation nicht direkt angesprochen, da das therapeutische Setting implizit schon den Gegenstand der Topik definiert. Ergebnisse von Gick und Holyoak (1980) sowie von Holyoak, Junn und Billman (1984) legen nahe, dass jemand, der sich in einem Problemlöseprozess befindet, mit hoher Wahrscheinlichkeit nach Information sucht, die sein Problem betrifft, und diese in analoger Weise verwendet, auch wenn sie ihm nicht direkt sondern indirekt vermittelt wird. Im letzteren Fall hat er die Möglichkeit, sich selbst intensiver am Prozess der Lösung zu beteiligen, was zu einer eher internalen Attribution der Problemlösung und damit zu einem stabileren Effekt führen könnte.

Abgrenzen sollte man die Metapher vor allem von dem Begriff Symbol und von verschiedenen Erzählformen. *Sprichwörter* oder *Redewendungen* erscheinen dagegen eher als eine Untergruppe der Metaphern. Sie werden oft als „gefrorene“ oder „tote“ Metaphern bezeichnet, da ihre Beziehung zur bildlichen Bedeutung durch häufigen Gebrauch hoch konventionell ist und sie deshalb nicht zwangsläufig neues Licht auf eine Sache werfen, eine Bedingung, die die Metapher ja mit definiert.

Beim Symbol steht der Aspekt der Verdichtung im Vordergrund. Es handelt sich bei einem Symbol um eine „verdichtete repräsentative Gestaltung des Gemeinten, die, ohne bloßes Abbild zu sein, das Wesenhafte einfängt und in einem höheren Sinne gleichnishaft zum Ausdruck bringt“ (Der große Brockhaus 1954, S. 363). In der Psychologie wird der Begriff vor allem durch psychoanalytische Theorien geprägt. Ein Symbol steht meistens als Begriff für einen oder mehrere andere Begriffe, aufgrund von sensorisch-perzeptuellen oder konfiguralen Ähnlichkeiten. So wird bei Freud und seinen Anhängern der Turm immer einen Phallus symbolisieren, während er bei Jung für Isolierung, Schutz nach außen, Hochmut stehen kann (Wyss 1991). Durch die sensorisch-perzeptuelle Korrespondenz, die für eine Gruppe von Individuen gleich sein sollte, erhält das Wort „Turm“ Symbolcharakter.

Bei *Märchen, Fabeln, Parabeln, Sagen, Mythen, Anekdoten, Geschichten, Gleichnissen* handelt es sich nicht um Metaphern per se, sondern um *Erzählformen*, die Träger oder Rahmen für Metaphern darstellen können. Sie unterscheiden sich untereinander hinsichtlich literarischer Gesichtspunkte, wie Aufbau, Inhalt und Struktur. So scheinen *Parabeln* immer eine besondere sittliche Moral zu haben, die *Fabel* bedient sich ausschließlich der Tiere oder anderer Naturwesen. *Märchen* sind phantasievoll ausgeschmückte Erzählungen, bei denen die Naturgesetze ausgeschaltet sind und das Wunder vorherrscht. Sie sind durch eine bestimmte kulturspezifische Makrostruktur gekennzeichnet. *Märchen* können Metaphern auf unterschiedlichen Ebenen enthalten und stellen nach Bettelheim (1980) zusammen mit *Mythen* und *Volkserzählungen* die Literatur von Gesellschaften ohne schriftliche Überlieferung dar. Lankton und Lankton (1991) finden es „wichtig zu erkennen, dass die Geschichten weitgehend eine Methode oder einen Rahmen darstellen, die der Aufnahme und der Weitervermittlung der therapeutischen Suggestionen und Verknüpfungen an den zuhörenden Klienten dienen“ (S. 20).

2 Formen des Metaphergebrauchs in der Psychotherapie

Es gibt in der Therapie unterschiedliche Arten des Metaphergebrauchs. Grundsätzlich kann man unterscheiden zwischen *Therapeuten-Metaphern*, die aufgrund einer Einschätzung der Problematik des Klienten formuliert werden und *Klienten-Metaphern*, nämlich Formulierungen mit denen der Klient seine Situation beschreibt.

1. *Therapeuten-Metaphern* werden immer mit dem Ziel angeboten, den therapeutischen Prozess zu fördern oder zu erklären. Außer nach der Zielsetzung, der Frage „was“ Metaphern bewirken sollen, kann man sie auch danach einteilen, „woher“ sie stammen. Nach Hammond (1990) lassen sie sich unterteilen in:

a) *Metaphern*, die aus dem persönlichen Erfahrungsbereich des Therapeuten stammen. Das können Anekdoten aus Sitzungen mit anderen Klienten sein oder Geschichten, die der Therapeut persönlich erlebt hat und die seine Lebenserfahrung widerspiegeln. M.H. Erickson hat vor allem diese Erzählform als Rahmen für Metaphern verwendet. Geschichten, die der Erfahrung des Therapeuten entstammen, sind besonders glaubwürdig und vermögen auch zu fesseln, wenn sie für das, was der Klient zu lernen wünscht, bedeutsam sind (Lankton & Lankton, 1991).

Folgende Geschichte spiegelt Ericksons Überzeugung wider, dass man dem Unbewussten vertrauen kann und es zur rechten Zeit die angemessene Reaktion hervorbringt: „Viele Leute waren

besorgt, weil ich schon vier Jahre alt war und immer noch nicht sprach. Ich hatte eine Schwester, zwei Jahre jünger als ich und die sprach. Und sie spricht immer noch, aber gesagt hat sie eigentlich nichts. Viele Leute waren sehr besorgt, weil ich als Vierjähriger nicht sprach. Meine Mutter sagte ganz ruhig: 'Wenn die Zeit kommt, wird er sprechen' (Rosen, 1985, S. 61).

b) Metaphern, die allgemeingültige Lebensweisheiten beinhalten. Oft handelt es sich hierbei um Tautologien, um Erfahrungen, die so universell gültig sind, dass der Klient sie kaum leugnen kann. Das können Metaphern in Geschichten sein, die die Werte oder Moralvorstellungen überliefern, die oft kulturübergreifend sind, wie z.B. Sufi-Geschichten oder Märchen. Paeseschian (1979) gibt viele Beispiele für den Gebrauch orientalischer Geschichten in seiner Positiven Psychotherapie.

Die Geschichte „Der Schatz im eigenen Garten“ wurde auf Audiokassetten in einer Studie zur Bewältigung von Prüfungsstress verwendet. Die Tabelle macht die therapeutisch intendierten Analogien deutlich (vgl. Krause, 1995).

Ein armer Mann hatte einen Traum, dass sich unter einer Brücke in einer großen Stadt ein Schatz befindet. Er machte sich auf und suchte die Brücke. Als er sie endlich gefunden hat, offenbart sich der Schatz jedoch nicht. Während der Mann unter der Brücke sitzt und nicht so genau weiss, was er unternehmen soll, kommt ein Passant vorbei und lässt sich den Grund der Anwesenheit des Mannes erklären. Der erzählt dem Fremden seine Geschichte. Der Passant ist über den Traum belustigt und erzählt dem Mann darauf einen eigenen Traum. Dieser handelt auch von einem Schatz, der in einem Garten in einer armseligen Hütte auf dem Land verborgen liegt. Anhand der Beschreibung erkennt der arme Mann, dass es sein eigener Garten ist, in dem sich der Schatz befindet. Er kehrt nach Hause zurück und findet den Schatz.

c) Metaphorische Geschichten, die vom Therapeuten homomorph zur Problemsituation des Klienten konstruiert werden. Diese Geschichten sind maßgeschneidert, d.h. Charaktere und Situationen werden so gestaltet, dass sie Aspekten der Problemsituation entsprechen (vgl. Gordon, 1990; Lankton & Lankton, 1991).

d) Metaphern, mit denen der Therapeut versucht, seine Vorgehensweise oder seine Theorie, die sein Handeln leitet, zu beschreiben. Es handelt sich hierbei nicht um eine Metapher, mit der eine therapeutische Veränderung angestrebt wird, sondern eher um eine anschauliche Art der Wissensvermittlung, wie sie in der Schule oder anderen Lernsituationen zur Anwendung kommt

Handlung der Geschichte	Therapeutisch intendierte Analogien
Armer Mann	Klient
Traum vom Schatz	Intuitiver Wunsch, Fähigkeiten zu entwickeln (z.B. Bewältigungsstrategien für Prüfungsstress)
Reise in die Stadt	Vertrauen in die eigene Intuition (das Unbewusste) zeigen, aktiv die Problembewältigung angehen
Offenbarung, dass der Schatz im eigenen Garten liegt	Der Klient verfügt selber über die notwendigen Ressourcen zur Bewältigung seiner Probleme, er muss sie nur entdecken und entwickeln

(vgl. Mayer, 1993; Petrie & Oshlag, 1993; Sticht, 1993).

So beschreibt Philippe (1990) die Rolle des Therapeuten bei Visualisierungstechniken: „In gewisser Hinsicht spielt der Therapeut die Rolle des Bergführers, dem der Wanderer sich im unbekannten Gelände anvertraut. Der Wanderer kann sich den Weg weisen lassen, aber gehen muss er ihn selbst. Und wenn er eine gefährlichere Route wählt oder den Weg allein zu gehen wünscht, so handelt er in eigener Verantwortung“ (S.19).

2. Klienten-Metaphern sind Formulierungen, mit denen der Klient seine Situation beschreibt. Diese Form des Metaphergebrauchs kann auch unter diagnostischen Gesichtspunkten betrachtet werden. Eine Studie von Edwards und Clevenger (1990) legt nahe, dass die Wahl des Vehikels einer Metapher durch die Emotionen der Person, hinsichtlich des Bereichs aus dem sie entliehen ist, bestimmt wird. Angus (1990) ist der Ansicht, dass über den Metaphergebrauch des Klienten Hinweise auf Aspekte seines Selbstbilds, sowie seine charakteristischen Rollenbeziehungsmuster zu erhalten sind. Dabei kann er Metaphern verwenden, die von der Gesellschaft oder einem engeren sozialen Umfeld benutzt werden, um Krankheiten oder Störungen zu beschreiben. So führt Sonntag (1989) an, wie gängige Metaphern über Aids die Krankheit belasten und verzerren. Er kann aber auch eigene Metaphern finden, um bestimmte Aspekte seiner Situation, seines Problems oder auch um positive Veränderungen zu beschreiben. Diese Metaphern sollten vom Therapeuten sorgfältig beachtet werden und sind dann besonders wertvoll, wenn sie kooperativ und über mehrere Sitzungen weiterentwickelt sowie von beiden gleich verstanden und gebraucht werden (Angus & Rennie, 1988; Martin, Cummings & Hallberg, 1992; McMullen 1989).

Metaphern können Hinweise geben, ob der Klient einem Problem aktiv oder passiv gegenübersteht. Die Aussage „Mir ist so, als stünde ich vor einer Lawine, die auf mich zukommt“, impliziert wenig aktive Bewältigungsmöglichkeiten. Sich einer Lawine entgegenzustellen scheint wenig Sinn zu machen. Die Bergmetapher „Ich fühle mich, als stünde ich vor einem großen Berg“, beinhaltet dagegen ein Übergewicht von Anregungen zur aktiven Bewältigung. So kann man einen Berg umgehen, über ihn hinüberklettern, einen Tunnel hindurchgraben, oder mit Hilfe eines Fluggerätes über ihn hinwegfliegen. Auf diese Weise kann der Klient, wenn er sich darauf einlässt, sein Problem in Begriffen einer Bergmetapher zu beschreiben, dieses in einer neuen Weise überdenken und aktivere Bewältigungsstrategien in Erwägung ziehen (Bock 1983).

3 Funktionen von Metaphern

Empirisch wurden bisher Effekte von Metaphern auf das Gedächtnis und die Aktivierung von Emotionen beschrieben. Eine Information, die durch Metaphern aufbereitet ist, scheint besser erinnert zu werden (Harris, 1979; Read, Cesa, Jones & Collins, 1990; Martin, Cummings & Hallberg, 1992). Paivio und Walsh (1993) gehen davon aus, dass bei der Kodierung von Metaphern sowohl verbal assoziative Prozesse als auch bildliche Vorstellungen wirksam werden, wodurch es zu einer tieferen Verarbeitung kommt. Diese zwei Prozesse stellen die Aktivität von unabhängigen aber miteinander verbundenen Systemen dar, die Information aufgreifen, speichern, organisieren, wiederherstellen und manipulieren. Die zwei Systeme können unabhängig voneinander oder parallel operieren. Während das System der bildlichen Vorstellung analoge,

synchron organisierte, integrierte Informationsstrukturen konstruiert, organisiert das verbale System diskrete linguistische Einheiten zu sequentiellen Strukturen höherer Ordnung. Ornstein (1978) belegte, dass Textpassagen mit technischem Inhalt zu einer starken linkshemisphärischen Aktivierung führten, während Sufi-Geschichten zusätzlich die rechte Hemisphäre aktivierten. Die starke bilaterale Aktivität lässt vermuten, dass Metaphern als Vermittler zwischen sprachlicher und nicht-sprachlicher Aktivität, aber auch zwischen bewusster und unbewusster Verarbeitung fungieren können.

Kaum ein therapeutischer Ansatz verzichtet auf die Arbeit mit Imaginationen. Vorstellungsbilder scheinen Emotionen zu beeinflussen und sie im Fall von Metaphern vom Vehikel auf die Topik zu übertragen (Abed, 1994; Rollins, 1989; Staats & Lohr, 1979). So können Metaphern z.B. die Zustimmung gegenüber Politikern beeinflussen (Johnson & Taylor 1981). Umgekehrt können Emotionen auch Vorstellungsbilder beeinflussen. Ärger drückt sich oft in Bildern von Zähnen und Blut aus, Traurigkeit schlägt sich in langsamen dunklen Bildern nieder.

Hinzu kommt noch der Effekt der Beiläufigkeit, nach Revenstorf (1990) der zentrale Effekt, der durch indirekte Methoden erzielt wird. Metaphern rufen keinen Widerstand hervor, neue Ideen in Erwägung zu ziehen, Veränderungsvorschläge werden deshalb nicht als fordernd und konfrontativ erlebt, sondern als Angebote für Vorstellung und Denken. Einerseits sind sie Teil einer Geschichte, auf die nicht reagiert werden muss, andererseits lösen sie unwillkürlich Assoziationen und Suchprozesse aus, die den kognitiven Rahmen des Empfängers erweitern und führen so zu neuen Einfällen, die eine Problemlösung unterstützen (Lankton & Lankton, 1991).

Diese durch Metaphern hervorgerufenen Effekte können für die Therapie genutzt werden und folgende Funktionen erfüllen:

- *Stärkung des Rapports*, indem ein geeignetes, passendes Bild für die Situation des Klienten gefunden wird, worin er sich auch emotional wiederfindet. Das kann natürlich auch dadurch geschehen, dass eine Metapher, mit der sich der Klient selbst beschreibt, vom Therapeuten aufgegriffen und weiterentwickelt wird.
- *Umgehung des Widerstands*, indem dem Klienten über die Metapher unverbindlich Lösungsvorschläge gemacht werden. Ihm wird ein gewisses Maß an Autonomie zugestanden, ob er Veränderungen auf der bewussten oder unbewussten Ebene zurückweisen möchte oder nicht. Er hat so die Möglichkeit zur Distanzierung von seinem Problem.
- *Unterstützung der Argumentation* des Therapeuten hinsichtlich seiner Vorstellung von einer Problemlösung, da Metaphern gut erinnert werden können und Emotionen aktivieren.
- *Auslösung von Suchvorgängen*, die zu neuen „Sinnzusammenhängen“ und Bewusstseinsdimensionen führen können (Erickson & Rossi, 1981)
- *Perspektivewechsel und Reframing des Problems* können gefördert werden, da sich zwei verschiedene Konzepte in einer neuartigen Art und Weise miteinander verbinden. Dadurch erhält das Problem neue Aspekte und kann anders angegangen werden. Rigide Denk- und Verhaltensmuster, die einer Veränderung im Weg stehen, können so erschüttert werden.
- Der Klient hat die Möglichkeit zum *Modellernen*. Das Modell ist meist der Protagonist der Metapher, der problematische Situationen durchläuft und zeigt, wie mit den Situationen umgegangen werden kann, welche Prozesse durchlaufen werden müssen, damit Probleme bewältigt werden können (Kast, 1989).

4 Äußere Struktur von therapeutischen Metaphern

Metaphern werden in der Psychotherapie meist in die Erzählform eines Märchens oder einer Geschichte eingekleidet. Dadurch wird der Rahmen mit Handlung gefüllt, die Aufmerksamkeit des Zuhörers gefesselt. Um die therapeutische Wirkung von Metaphern zu erhöhen, wurden von einigen Therapeuten Vorschläge für den Aufbau einer äußeren Struktur gemacht.

Mills und Crowley (1986), die eine solche Struktur speziell für die Arbeit mit Kindern entwickelt haben, schlagen folgenden Aufbau vor (das konkrete Beispiel einer therapeutischen Struktur stammt von Holl und Kümmel, 1995):

1. Kurze Beschreibung der Rahmenhandlung, des Settings (Ort, Zeit, Akteure).
Die Geschichte handelt von einem Kind, dass auf einer Reise ist, zu einem Ziel, von dem du noch gar nicht weißt, dass du es kennst.
2. Das Problem des Protagonisten, mit dem sich das Kind identifizieren soll, wird symbolisch in einem metaphorischen Konflikt dargestellt. Durch Pacing soll der Zuhörer Zugang zur Geschichte finden, ihm die Identifikation mit dem Hauptakteur leicht gemacht werden.
Das Kind trägt einen Pullover, auf dem vorne auf der Brust sein Name geschrieben steht. Es hatte den Pullover schon sehr lange, er war fast ein Teil von ihm geworden, aber das Kind störte die Farbe des Pullovers. Dieses Kind ist schon viele Tage und Nächte gewandert auf seinem Weg, bis es am Horizont den Berg sieht. Nun wo es ihn sieht, ist das Kind erschrocken, er ist so steil und er kommt ihm groß und dunkel vor. Das Kind hat ein ungutes Gefühl, als es so auf den Berg zuläuft. Es hat Angst, es nicht zu schaffen und würde am liebsten aufgeben.
3. Die Ressourcen, bzw. andere unbewusste Prozesse des Protagonisten, werden durch andere Akteure verkörpert, die als Helfer und Helden auftreten. Ängste und negative Glaubenssysteme werden durch Bösewichte und Hindernisse repräsentiert. Hier soll es zu einer Dissoziation der unterschiedlichen unbewussten Anteile der Gesamtpersönlichkeit kommen.
So geht das Kind auf den Berg zu und bemerkt jetzt erst das andere Kind neben sich, das ein wunderschönes Sweatshirt trägt, genau in der Farbe, die es sich immer gewünscht hat. Der Schriftzug auf der Brust des anderen Kindes erinnert es an etwas, obwohl ihm die Buchstaben komisch erscheinen, so dass es sie nicht lesen kann. Aus den Augenwinkeln beobachtet es seinen neuen Begleiter und ist fast ein bisschen neidisch. Dieses andere Kind wirkt so mutig und sicher, obwohl es auch diesen Berg vor sich hat; aber das scheint ihm gar nichts auszumachen. Und schon bald ist es außer Sichtweite, so zügig und kraftvoll erklimmt es die Felsen.
4. Eine Integration paralleler Lernerfahrungen, in denen der Protagonist erfolgreich war, eröffnet die Möglichkeit therapeutischer Veränderungen.
Müde ruht sich unser Kind aus, die Augen fallen ihm zu und es träumt davon, wie es vor langer Zeit laufen gelernt hat. Wie schwierig es war, einen Schritt vor den anderen zu setzen und dabei das Gleichgewicht zu halten. Und immer wieder ist es umgefallen, und wieder aufgestanden und es hat weitergemacht, weil es lernen wollte und Spass daran hatte. Und es gelang immer besser und leichter, bis es irgendwann nicht mehr darüber nachdenken musste, wie man einen Schritt vor den anderen setzt. Der Körper hat sich das gemerkt. Es läuft wie von selbst. Gut und sicher, automatisch.
5. Der Wendepunkt in Richtung einer Lösung der Problematik wird durch die Präsentation einer

metaphorischen Krise auf dem Weg zum Ziel eingeleitet. Der Protagonist bewältigt diese Krise und entdeckt neue Ressourcen an sich.

Das Kind wacht auf, es ist etwas frustriert und denkt daran aufzugeben. Da hört es Schritte und das andere Kind taucht plötzlich wieder auf und sagt: „Du musst mir helfen. Ohne dich schaffe ich diesen Berg wohl nicht. Ich bin hier so hochgehetzt, hab ganz vergessen auf den Weg zu achten. Ich glaube, ich habe einen riesigen Umweg gemacht. Ich wäre froh, wenn ich auch so vorsichtig, überlegt und sicher wäre wie du.“ Das Kind traut seinen Ohren nicht, als es hört, dass das andere Kind gut findet, was es macht.

6. Es kommt zu einer Neuidentifikation des Protagonisten. Hier werden die aufgefundenen Ressourcen und die dissoziierten Persönlichkeitsanteile neu integriert. Der Hauptakteur soll nun den eigenen Integrationsprozess würdigen. Der Veränderungsprozess wird ratifiziert, d.h. es wird aufgeführt, zu welchen Veränderungen im Verhalten und Erleben es aufgrund der Neuintegration gekommen ist.

Die beiden beschließen, den Weg gemeinsam fortzusetzen. Sie helfen sich gegenseitig, schwierige Stellen zu überwinden, denn während das eine Kind das andere mit seiner Kraft nach oben zieht, wird es von diesem ruhig und sicher gehalten. Erfahrene Bergsteiger wissen, wie wichtig es ist, sich ruhig und sicher zu halten, um gut und schnell voranzukommen. „Wir sind ja schon oben“, freut sich das Kind und dreht sich nach seinem Begleiter um. Erstaunt bemerkt es, dass das andere Kind verschwunden ist. Und doch ist seine Nähe spürbar. Plötzlich bemerkt es ein Haus, dass ihm fremd und doch bekannt vorkommt. Es geht darauf zu, öffnet die Tür und geht hinein. Es schaut sich um und sieht plötzlich dieses Kind dort stehen. Überrascht und froh geht es auf seinen verloren geglaubten Begleiter zu und dieser kommt ihm entgegen. Irgend etwas erscheint merkwürdig. „Das kann doch nicht möglich sein.“ Auf einmal wird ihm klar, worauf es die ganze Zeit zugelaufen ist. Es steht vor einem riesigen Spiegel und schaut in sein eigenes Spiegelbild. Sein Pullover leuchtet in der Farbe des anderen und die Buchstaben auf dem Sweatshirt ergeben seinen eigenen Namen in Spiegelschrift. Zufrieden löst das Kind den Blick vom Spiegel und geht wieder nach draußen. Es schaut noch einmal auf den Weg, den es geschafft hat und ist fast neugierig darauf, andere Berge zu meistern. Da ist so etwas wie die Vorfreude: „Ich werde es immer wieder schaffen.“

7. Der Wert der neuen Identität des Hauptakteurs wird nach Erreichen des Ziels bekannt gegeben. Holl und Kümmel (1995) schlagen an diesem Punkt allerdings dem Hauptakteur vor, seine neue Identität vorerst als sein Geheimnis zu behalten. Damit wird einer gewissen Latenz bis zum Auftreten der Veränderung Rechnung getragen. Das kann dem Kind Enttäuschungen ersparen, wenn es selbst oder seine Umgebung keine unmittelbaren Veränderungen wahrnimmt.

Es folgt den Weg in Gedanken zurück und sieht sich nach Hause kommen. Die Wiedersehensfreude mit der Familie. Die wissen noch gar nichts von der Veränderung in ihm, und es ist spannend zu sehen, woran sie das zuerst merken und woran sie es merken werden, dass sie es bemerkt haben. Und wie die Freunde in der Schule wohl reagieren? Manche werden gleich merken, „es ist etwas anders“, manche nicht und manche haben gar nicht bemerkt, dass sie es gemerkt haben.

Der Strukturvorschlag von Mills und Crowley (1986) erinnert stark an die Struktur, die wir in Märchen finden. Kintsch (1982) beschreibt die Makrostruktur von Erzählungen der westeuropäischen Kultur folgendermaßen: „Diese Erzählungen bestehen aus einem Rahmen, der Ort

und Zeit spezifiziert, und in einer Anzahl von Episoden. Jede Episode beschreibt ein interessantes Ereignis, in das der Held der Geschichte direkt oder indirekt einbezogen ist. Das Ereignis besteht aus einer Verwicklung und einer darauffolgenden Lösung. In der einfachsten Art von Erzählung folgen die Ereignisse zeitlich aufeinander und stehen in einem kausalen Zusammenhang; es gibt nur einen Helden (S. 323).“

Bettelheim (1980) stellt fest, dass es für ein Märchen charakteristisch ist, mit einem existentiellen Dilemma zu beginnen. Weiter meint er: „Die unbewussten Vorgänge können für das Kind nur durch Bilder geklärt werden, die direkt sein Unbewusstes ansprechen. Die vom Märchen hervorbeschwörten Bilder tun das“ (S. 40). Kast (1989) befindet: „Indem wir uns mit den Märchenhelden identifizieren, überträgt sich diese Hoffnung, dass Probleme lösbar sind, dass es immer wieder schöpferische Wandlung gibt, auf uns“ (S. 9).

Diese offensichtlichen Parallelen zwischen dem Strukturvorschlag für therapeutische Metaphern und dem Aufbau von Märchen hat durchaus seine Vorteile, da das Kind mit Märchen schon vertraut ist und so Geschichten beiläufig erzählt werden können. Dadurch, dass das Kind die therapeutische Intention nicht sofort entdeckt, können Widerstände bei dem jungen Klienten vermieden werden. Die Bekanntheit der Erzählstruktur hat auch bei Erwachsenen einen erwünschten Effekt, wie Peseschkian (1979) feststellt, da Geschichten etwas Kindliches und Unvernünftiges anhaftet. Dadurch können sie als Hinweisreize dazu dienen, den erworbenen Charakterpanzer abzulegen und frühere lustbetonte Verhaltensweisen und Einstellungen wieder zu aktivieren. Dadurch werden Geschichten zu Regressionshilfen.

Befunde von Kintsch und Van Dijk (1975) weisen darauf hin, dass Personen auf bewusster Ebene, Zusammenfassungen von Geschichten auf Makrostrukturpositionen gründen. Ihre Probanden schrieben bessere Zusammenfassungen von einer Erzählung, die aus ihrem Kulturraum stammte, als von einer indianischen Volkssage. Sie schienen beim Zusammenfassen der kulturfremden Erzählung durch die Verletzung ihrer Erfahrung verwirrt, und es fiel ihnen schwer, die Geschichte zu gliedern. Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass die Makrostruktur ein wesentlicher Bestandteil bei der Gedächtnisrepräsentation einer Geschichte ist; deswegen erscheint es sinnvoll, therapeutische Geschichten mit einer bekannten Makrostruktur zu versehen, wenn der Inhalt gut behalten werden soll. Wird hingegen eine Amnesie hinsichtlich der dargebotenen Metapher angestrebt, könnte eine dem Hörer fremde Struktur von Vorteil sein. Geschichten fremder Kulturen können auch als transkulturelle Vermittler fungieren, indem sie Aufschluss über Denk- und Verhaltensweisen anderer Völker geben (Peseschkian 1979). Alternative Denkmodelle erweitern das Repertoire des Hörers und können einen Perspektivewechsel fördern. Da die Orte, an denen die Geschichten stattfinden, vom Aufenthaltsort des Klienten weit entfernt sind, kann dieser sich eher von seinem Problem distanzieren.

Ein anderes Modell zur Arbeit mit Metaphern stammt von Lankton und Lankton (1983). Hierbei handelt es sich um Anleitungen, Geschichten so einzusetzen, dass sie durch die Vieldeutigkeit der Vorgehensweise eine Trance und damit einhergehende Phänomene, wie z.B. Amnesie, fördern. Die Technik mehrfach ineinander verschachtelter Geschichten ist beileibe nicht neu. Viele orientalische Märchen weisen diese Art von Verknüpfung mehrerer Geschichten auf. Das bekannteste Beispiel sind wohl die Märchen aus Tausendundeiner Nacht. Markanterweise

wird schon durch die Rahmenhandlung mitgeteilt, das Scheherazade einem König und Frauenhasser Geschichten mit der Absicht erzählt, ihn zu veränderten Einstellungen und dadurch zu einem weniger blutrünstigen Verhalten gegenüber Frauen zu bewegen. Sie dient ihrem König also als Therapeutin, ohne dass dieser es bewusst merkt. Ihre Intervention scheint sorgfältig und klug geplant zu sein. Scheherazade erzählt:

- Geschichten, die des Königs Einstellung bestätigen, Frauen seien Betrügerinnen (Pacing-Geschichten), womit sie den Boden für die therapeutische Beziehung bereitet (z.B. Die Kaufmannsfrau und ihre fünf Liebhaber).
- Geschichten, die den König ablenken und verwirren und nichts mit dem eigentlichen Problem zu tun haben (Konfusions-Geschichten). Dadurch wird sein rigides Denksystem ins Wanken gebracht und die Voraussetzung für eine Aufnahme von neuen Einstellungen geschaffen (z.B. Sindbad der Seefahrer).
- Geschichten von Liebe und Leidenschaft, die zwar auch problematisch sind, aber immer zu einem befriedigenden Ausgang führen (Transformations-Geschichten). Der König hat nun die Möglichkeit, anhand eines Modells zu lernen seine hinderlichen Einstellungen und Verhaltensweisen zu überprüfen (z.B. Prinz Seyn Alasnam und der König der Geister).

Diese Geschichten sind ineinander verschachtelt, was bedeutet, dass immer wieder Geschichten in der Geschichte erzählt werden. Geschichte A wird begonnen, jedoch unterbrochen, worauf Geschichte B beginnt, innerhalb derer wiederum von einem Protagonisten Geschichte C erzählt wird. In umgekehrter Reihenfolge werden die Geschichten dann beendet. Die Verschachtelungen lassen sich folgendermaßen darstellen:

A1 (B1 (C) B2) A2

Der tranceinduzierende, sowie der von Lankton und Lankton (1983) beschriebene amnestische Effekt dieser Vorgehensweise lässt sich durch Wahrnehmungsüberladung des bewussten Verstandes erklären. Das rationale Bewusstsein wird durch die Fülle der Information der verschiedenen Rahmenhandlungen dermaßen beschäftigt, dass es zu einer intensiven Fokussierung der Aufmerksamkeit kommt, ein Effekt, der auch bei der Augenfixationsmethode zur Tranceinduktion benutzt wird. Erickson und Rossi (1981) meinen, dass die Aufmerksamkeit einer Person dann am leichtesten überladen werden kann, wenn sie sich auf ein komplexes inneres Erleben bezieht. Dann kann die Information eher ins Unbewusste gelangen, ohne bewusst wahrgenommen zu werden und wird deshalb auch nicht bewusst erinnert. Das würde die amnestischen Phänomene erklären.

Lankton und Lankton (1983, 1991) schlagen folgende Schritte für die Konstruktion mehrfach eingebetteter Metaphern vor:

1. *Tranceinduktion*.
2. *Pacing-Metapher* (A1): Es wird die Situation des Klienten aufgegriffen, jedoch der Kontext geändert. Damit soll die Aufmerksamkeit des Hörers gebunden werden. Er erhält die Gelegenheit, seine Situation noch einmal prononciert zu betrachten.
3. *Ressourcen-Metapher* (B1): Frühere Lernerfahrungen sollen geweckt werden, die dem Klienten im Problemkontext hilfreich sein können. Wahlweise kann auch ein Entwurf für sei-

nen affektiven Bereich erfolgen.

4. *Transformations-Metapher* (C): An dieser Stelle sollte die zentrale therapeutische Intervention erfolgen. Durch ihre Position in der Mitte der eingebetteten Metaphern ist sie besonders gegen Einflüsse und Limitierungen des bewussten Denkens geschützt.
5. *Ressourcen-Metapher* (B2): Ressourcen und angestrebter Zielzustand werden nun miteinander verknüpft und es erfolgt der Entwurf zur Planung des Selbstbildes. Die Ressourcen sollten mit Situationen assoziiert werden, die denen im Leben des Klienten gleichen.
6. *Pacing-Metapher* (A2): Hier können Entwürfe zu dem in die Zukunft projizierten Selbstbild, zur Identität oder zur Vollendung unentschiedener Einstellungen oder noch nicht entwickelter Familienstrukturen zum Abschluss gebracht werden.
7. Reorientierung aus der Trance.

Revenstorf (1993) schlägt vor, zwischen Pacing-Metapher (A1) und Ressourcen-Metapher (B1) noch eine Konfusions-Metapher einzubauen. Dadurch, dass rigide Denkmuster erschüttert werden, wird die Intervention vorbereitet und der Klient ist eher bereit, neue Muster und Schemata zu entwickeln. Fallbeispiele über die Anwendung von mehrfach eingebetteten Metaphern finden sich bei Lankton und Lankton (1983, 1991), sowie bei Weber (1991).

Die Methode der mehrfach eingebetteten Metaphern arbeitet mit mehreren Geschichten, die sich jeweils auf einen unterschiedlichen Aspekt der Problematik des Klienten beziehen. Topik und Vehikel sind also in jeder Geschichte eine etwas andere. Genauer betrachtet, werden auch in der Struktur von Mills und Crowley (1986) mehrere Geschichten verwendet. Der Schritt „Integration paralleler Lernerfahrungen“ wird zwar innerhalb der gleichen Rahmenhandlung eingeführt, es handelt sich aber um eine eigene Episode, in der die Ressourcen der Protagonisten dargestellt werden. Ähnlich ist den beiden Strukturmodellen auch die Darstellung eines Konflikts zu Beginn, die Aktivierung von Ressourcen sowie die Integration von Ressourcen.

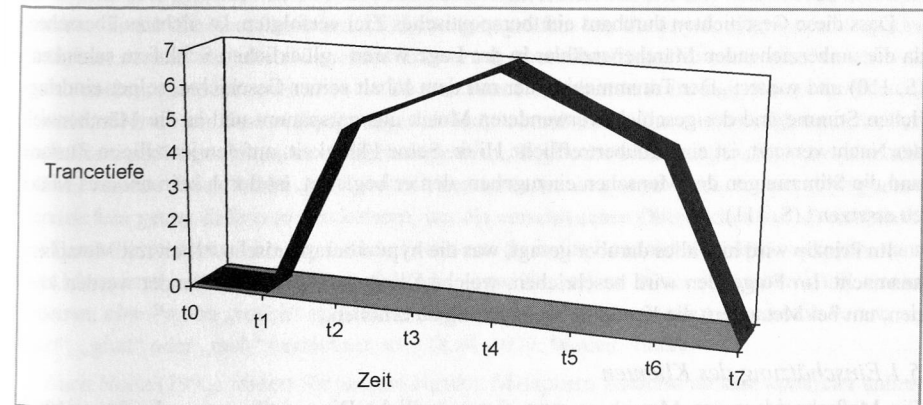


Abb.1. Hypothetischer Zusammenhang zwischen Trancetiefe und den verschiedenen Stufen der Abfolge des Modells der mehrfach eingebetteten Metaphern nach Lankton und Lankton (1983). Die Zeitpunkte t1 bis t7 entsprechen den oben aufgeführten Schritten im Modell. Dabei erreicht die Tiefe der Trance mit der Veränderungsmetapher C (t4) ihren Höhepunkt, um danach wieder abzunehmen. Die Wahrscheinlichkeit des Auftretens einer Amnesie sollte mit tieferer Trance zunehmen.

Eine weitere Möglichkeit mit Metaphern zu arbeiten wäre, die Topik (den Problembereich auf den sich die Metapher bezieht) gleich zu belassen, die Vehikel aber aus unterschiedlichen Bereichen auszuwählen. So bildet sich eine Schnittmenge von therapeutisch intendierten Analogien, die der Klient bewusst oder unbewusst (da abgelenkt durch die verschiedenen Rahmenhandlungen) erkennt. Diese Vorgehensweise ist allerdings bis heute noch nicht systematisiert.

5 Maßschneidern von Metaphern

Maßschneidern von Metaphern bedeutet, für jeden Klienten individuell Metaphern auszuformen, die seinen ganz persönlichen Bedürfnissen entsprechen. Dabei muss berücksichtigt werden, dass der Klient eine vorgegebene Metapher immer in Begriffen seiner eigenen Erfahrung repräsentieren wird. Der Klient kann die metaphorische Lösung seines Problems nur dann in seine eigene Situation integrieren, wenn sie in sein Modell der Welt passt (Gordon, 1990). Maßgeschneiderte Metaphern sollten auf den Hörer signifikanter wirken und sich somit günstig auf den therapeutischen Prozess auswirken. Ergebnisse von Holl und Kümmel (1995) deuten in diese Richtung. Ihre maßgeschneiderten Geschichten führten bei Kindern zu einem größeren Anstieg in der subjektiv eingeschätzten Leistungsfähigkeit und Problembewältigung als Standardversionen der Geschichte.

Maßschneidern ist ebenso wie die Technik der mehrfach eingebetteten Metaphern keine Erfindung der modernen Psychotherapie. So schreibt Golowin (1986): „Auch waren häufig die besten Märchenerzähler allerlei in weiten Räumen herumzigeunernde Spielleute schwer bestimmbarer Herkunft, die viele der Sprachen ihrer Gastgeber benützten. Aus Höflichkeit hielten sie sich in jeder Beziehung an das geistige Niveau ihrer Zuhörer und gaben den Helden ihrer phantastischen Geschichten die Vornamen, die bei diesen üblich waren, berücksichtigten auch die jeweiligen Lebens- und Umweltgewohnheiten“ (S. 14).

Dass diese Geschichten durchaus ein therapeutisches Ziel verfolgten, ist nicht zu übersehen, da die umherziehenden Märchenerzähler in der Lage waren „glücklichen Schlaf zu schenken“ (S. 110) und weiter: „Der Traummagier, der mit dem Inhalt seiner Geschichte, seiner eindringlichen Stimme und der geschickt verwendeten Musik uns entspannt und in die Märchenwelt der Nacht versetzt, ist eine unübertreffliche Hilfe. Seine Fähigkeit, auf den jeweiligen Zustand und die Stimmungen des Menschen einzugehen, den er begleitet, ist durch kein anderes Mittel zu ersetzen“ (S. 111).

Im Prinzip wird hier alles darüber gesagt, was die hypnotherapeutische Arbeit mit Metaphern ausmacht. Im Folgenden wird beschrieben, welche Klientenvariablen verwendet werden können, um bei Metaphern die Kraft zur Veränderung zu erhöhen.

5.1 Einschätzung des Klienten

Ein Maßschneidern von Metaphern setzt eine gründliche Diagnostik voraus. Lankton (1985) meint, dass der strategische Rahmen einer Therapie mit Metaphern an den vorhandenen Stärken des Klienten anknüpfen und ihm neue erschließen sollte. Das bedeutet, dass erst einmal abgeklärt werden muss, über welche Ressourcen der Klient verfügt und welche er im Rahmen der Therapie entwickeln möchte. Gordon (1990) führt dazu an, dass „eine wichtige Voraussetzung

für wirksame Therapie und therapeutische Metaphern (...) die Wohlgeformtheit der Ziele des Klienten sind, d.h. die anstehenden Veränderungen müssen in der Kontrolle des Klienten liegen“ (S. 39). Es ist also wichtig, die Therapieziele in kooperativer Weise zu bestimmen. „Es sollte klar sein, dass ein Ericksonischer Therapeut den Prozess der Vorstellungs- und Einstellungsstrukturierung in jeder Metapher so plant, dass er dem Behandlungsplan entspricht, und nicht etwas ‘frei assoziiert’, was ihm in der Sitzung gerade in den Sinn kommt“ (Erickson 1980, S. 336).

Außer der Formulierung von Therapiezielen hält Lankton (1985) das Erfassen der Familien- und Sozialstruktur, des Entwicklungsstandes des Klienten und seines Systems, des psychologischen Alters aller Beteiligten, und der Struktur oder der Funktion des präsentierten Symptomverhaltens für wichtig. Gordon (1990) schlägt vor, die Identifizierung bisheriger Lösungsversuche der Beteiligten zu erheben. Um ein Maßschneidern von Metaphern zu optimieren, kann der Therapeut zusätzlich in Erfahrung bringen, welchen Kommunikationstypen nach Satir (1989) der Klient und die am Problem beteiligten Personen angehören und in welchen Sinnesmodalitäten sie ihre Erfahrung repräsentieren. Auch wie der Klient Metaphern rezipiert, kann nach Zeig (1980) Aufschluss über die Ausprägung der Merkmale Absorptionsfähigkeit, Aufmerksamkeit, Empfänglichkeit und Kontrolle geben. Dass Metaphern, die vom Klienten selbst kommen, besonders beachtet werden müssen, versteht sich von selbst (vgl. Kap. 2).

5.2 Auswahl der Bereiche, aus denen Metaphern entliehen werden

Gordons (1990) Ansicht, dass es nicht auf den Kontext oder den konzeptuellen Bereich ankommt, aus dem das Vehikel einer Metapher entliehen wird, soll an dieser Stelle widersprochen werden. Damit eine Metapher therapeutisch wirken kann, sollte sie rezipiert werden. Kinder entwickeln ihr Wissen über semantische Bereiche nach und nach. Zuerst werden von ihnen Metaphern verstanden, die sie über ihre sensorische Erfahrung begreifen. Um die physikalisch-psychologische Metapher „weich“ zu verstehen, muss man etwas über Oberflächen wissen, nämlich dass sie rau, rutschig, glatt, hart oder eben weich sein können. Weiterhin muss man etwas über Persönlichkeiten wissen und dass es Beziehungen zwischen Persönlichkeiten und Oberflächen gibt. Persönlichkeiten können entspannt, freundlich, gemein, feige oder unehrenhaft sein. Man sollte also wissen, welche Oberflächen mit „weich“ kontrastieren und muss auch im psychologischen Bereich fein genug differenzieren können, um die verschiedenen Oberflächen auf unterschiedliche Persönlichkeitsbereiche abzubilden. Erst wenn für beide Bereiche Konzepte vorliegen, kann man Metaphern verstehen, die diese Bereiche gegenüberstellen. Wenn verstanden wird, was es bedeutet, eine Person „weich“ zu nennen, sollte auch verstanden werden, wenn eine Person als „hart“, „glatt“ oder „rau“ bezeichnet wird (Keil, 1979; Winner, 1988).

Auch Holtz (1993) fordert für jüngere Kinder, Metaphern zunächst anhand konkreter äußerlicher Merkmale zu entwickeln, da das Metapherverständnis von Stadien der Aufmerksamkeitsentwicklung abhängt. In der Phase der überexklusiven Aufmerksamkeit werden über die bildliche Vorstellung verschiedene Gegenstandsbereiche aufgrund eines äußeren Merkmals gleichgesetzt („Der Mond ist eine gebogene Banane“). Gerade in der Arbeit mit Kindern sollte der psychologische Entwicklungsstand berücksichtigt werden, sowie die semantischen Bereiche, in

denen die Kinder sich schon auskennen. Bei jüngeren Kindern kann es sogar von Vorteil sein, ganz auf verbale Metaphern zu verzichten und statt dessen Handlungsmetaphern oder „lebendige Metaphern“, wie Mills und Crowley (1986) sie nennen, zu verwenden. So erhielt ein Bettwärter den Auftrag, den elterlichen Garten jeden Abend, nach einem bestimmten Plan zu gießen. Dabei musste der Junge seine Tätigkeit immer wieder für eine gewisse Zeit unterbrechen. Ziel dieses Vorgehens war, ihm ein kinästhetisches Gefühl dafür zu vermitteln, dass er vollständige Kontrolle über das An- und Abschalten von Wasser habe.

Aber auch bei Erwachsenen muss man sich bei der Auswahl von Metapherverhikeln vom psychologischen Entwicklungsstand des Klienten leiten lassen. Liegt das Entwicklungsalter hinsichtlich der sexuellen Entwicklung bei sechs Jahren, so sollte die Metapher einen Lernprozess umfassen, den ein sechsjähriges Kind nachvollziehen könnte (Lankton, 1985). Jedoch sollte die Metapher so verpackt werden, dass der Klient sich vom Therapeuten ernst genommen und nicht büskiert fühlt (Hammond, 1993; Lankton & Lankton, 1991).

Auch die Lebenserfahrung und die Ressourcen des Klienten sollten berücksichtigt werden. Ist er Physiker, der zum Tanzen keinen Bezug hat, sollte nicht unbedingt eine Metapher aus dem Bereich des Balletts konstruiert werden. Am sinnvollsten erscheint es, Vehikel aus einem Bereich auszuwählen, in dem sich sowohl der Therapeut als auch der Klient auskennen. Dadurch kann vermieden werden, dass der Therapeut innerhalb der Metapher Analogien benutzt, die der Klient als fehlerhaft empfindet.

Da mit dem Vehikel einer Metapher auch eine emotionale Komponente auf die Topik (Problemsituation des Klienten) übertragen wird, ist es sinnvoll, das Vehikel aus einem Bereich auszuwählen, in dem der Klient Stärken und Fähigkeiten besitzt. So kann es zu einer Übertragung positiver Emotionen und Einstellungen auf den Problembereich kommen. Bereiche, in denen dem Klienten Ressourcen fehlen, sollten dagegen vermieden werden.

Katz (1989) stellt fest, dass Personen Vehikel aus konkreten semantischen Bereichen bevorzugen. Das ist plausibel, da konkrete Gegenstände, wie z.B. ein Baum, mit mehreren Sinnesmodalitäten erfahren werden können (visuell: die Silhouette der Krone, kinästhetisch: die Festigkeit des Stammes, auditiv: das Rascheln der Blätter, olfaktorisch: der Geruch der Blüten). Dadurch ist eine viel umfassendere innere Repräsentation des Baumes gegeben, als von abstrakten Beziehungsgeflechten zwischen Menschen oder Persönlichkeitsanteilen. Mit Hilfe eines konkreten Metapherverhikels können so über Analogien abstrakte Aspekte einer Situation anschaulich gemacht werden.

Fainsilber und Kogan (1984) geben Hinweise, was getan werden kann, um bildliche Vorstellung beim Hörer zu fördern. Sie bemerkten, dass eine Metapher besser bildlich vorgestellt werden kann, wenn für sie ein Vehikel gewählt wird, das perzeptuelle-konfigurale Ähnlichkeit mit der Topik aufweist (z.B. Der See ist ein Spiegel). Das scheint einerseits wichtig zu sein, um die metaphorische Bedeutung zu erhöhen (Walsh, 1988), andererseits wird dem Klienten ein besserer Kontakt zu seinen Emotionen ermöglicht (Plutschik, 1984; Staats & Lohr, 1979), sowie das Behalten der Metapher gefördert (Paivio, 1986). Therapeuten sollten deshalb immer darauf achten, ob der Kontext, den sie für das Vehikel auswählen, bildlicher Vorstellung zuträglich ist.

Die Bilder sollten dem Klienten so lebhaft wie möglich beschrieben werden, denn je mehr

das gelingt und der Klient sich, bzw. den Protagonisten in der Vorstellung aktiv handeln sieht, desto wirkungsvoller wird die Metapher sein (Aylwin, 1981; Hishitani, 1991). Es erscheint demnach vorteilhaft, sich nach der Darbietung von therapeutischen Metaphern zu informieren, in welchem Ausmaß der Klient fähig war, Vorstellungsbilder zu generieren. War das Ergebnis negativ, können Vehikel aus Bereichen ausgewählt werden, die aufgrund ihrer Konkretheit leichter vorzustellen sind. Diese Vorgehensweise würden auch die Ergebnisse einer Studie von Richardson (1988) stützen, der feststellt, dass die Lebhaftigkeit von Bildern innerhalb einer Person je nach ihren kognitiven und emotionalen Inhalten variiert.

Nach der semantischen Distanztheorie von Sternberg, Tourangeau und Nigro (1993) sollte es eine gewisse Distanz zwischen den semantischen Bereichen von Topik und Vehikel geben, damit die Metapher vom Hörer für gut befunden wird. So ist sie zwischen Schiffen und Fahrzeugen natürlich kleiner als zwischen Wettererscheinungen und Fahrzeugen. Durch die Metapher „Mein Porsche ist ein Blitz“ können wahrscheinlich mehr und signifikantere Eigenschaften, die das Vehikel „Blitz“ charakterisieren, auf die Topik „mein Porsche“ übertragen werden, als durch die Metapher „Mein Porsche ist ein Schnellboot“. Letztere Aussage dürfte dem Hörer wohl recht banal erscheinen, wenngleich sie gut verständlich ist. Wählt ein Therapeut sein Metapherverhikel aus der Natur, indem das Problem des Klienten in Begriffen eines Gartens dargestellt wird, so würde der Klient die Metapher wahrscheinlich als ästhetisch wertvoll und hilfreich beurteilen. Eine Anekdote aus dem Erfahrungsschatz des Therapeuten wäre für den Klienten dagegen verständlicher, dafür aber unter Umständen nicht ganz so wirkungsvoll. Für die therapeutische Praxis bedeutet das, den Problembereich in der Metapher nicht zu ähnlich abzubilden, da dem Klienten durch die Metapher Gelegenheit gegeben werden soll, in einer anderen Weise über sein Problem nachzudenken und neues zu erfahren. Die innere Struktur, die Beziehungen zwischen den einzelnen Elementen des Problembereichs sollte jedoch in dem Vehikel der Metapher enthalten sein.

5.3 Homomorphe Metaphern

Für Gordon (1990) ist es grundlegend, dass die Metapher eine äquivalente Struktur der problematischen Situation enthält. Die in der Geschichte auftretenden Personen und Ereignisse, aber auch die Beziehungen zwischen ihnen, müssen den Personen, Ereignissen und Beziehungen in der Situation des Klienten entsprechen, bzw. mit ihr homomorph sein. Auch die Abfolge der Ereignisse sollte in der Geschichte beibehalten werden, damit der Klient die Metapher als zutreffend empfindet. Es scheint so, als wäre für den Hörer einer therapeutischen Metapher das Ausmaß, in dem die Beziehungen der Ereignisse und Personen zueinander analog zu seiner Situation dargestellt werden, ein Kriterium, inwieweit er die Metapher als zutreffend beurteilt. Ob eine Metapher zutrifft oder nicht, scheint wesentlich für die Aktivierung der metaphorischen Bedeutung beim Hörer zu sein, besonders wenn es sich um eine neue Metapher handelt. Bei Metaphern, die nicht als zutreffend bewertet werden, dauert es wesentlich länger, bis eine metaphorische Aktivierung erfolgt, manchmal bleibt sie auch gänzlich aus (Blasko & Connine 1993). Diese Daten deuten darauf hin, wie wichtig es ist, dass der Klient die dargebotene Metapher als zutreffend empfindet. Ist das der Fall, kann der Therapeut sicher sein, dass es zu der gewünsch-

ten metaphorischen Aktivierung kam. Die Frage, ob der Klient etwas mit der Metapher anfangen konnte, sollte nach der Therapiestunde gestellt werden. Ist die Antwort negativ, sollte die Metapher so lange weiterentwickelt werden, bis sie zutrifft. Das erhöht die Therapiezufriedenheit, der Klient fühlt sich verstanden und die Sitzung wird als hilfreich beurteilt (Angus & Rennie, 1988; Martin, Cummings & Hallberg, 1992; McMullen, 1989). Auch können förderliche Effekte von Metaphern auf das Behalten wegfallen, wenn die Metapher nicht als zutreffend und bedeutungsvoll erlebt wird (Abed, 1994).

Das Modell der semantischen Distanztheorie unterstützt empirisch Gordons (1990) Meinung, dass homomorphe Metaphern wirkungsvoller sind. Indem Relationen zwischen Personen und Ereignissen der Problemsituation (Topik) in dem vom Therapeuten gewählten Kontext homomorph abgebildet werden, haben sie innerhalb eines hypothetischen semantischen Raums die gleichen Koordinaten. Dadurch sind nach Sternberg, Tourangeau und Nigro (1993) alle Voraussetzungen für eine gute und verständliche Metapher geschaffen. Die Transformation der Personen und/oder ihrer Beziehungen, die in der Metapher erfolgt, sollte den Klienten anregen, auch in seiner Problemsituation ähnlich zu verfahren.

Während in der Metapher „Julia ist die Sonne“ die Eigenschaften, die die Sonne charakterisieren, implizit auf Julia übertragen werden, stellt der Therapeut die Analogien, die der Klient in der Problemsituation transformieren soll, meist explizit dar. Werden die Analogien wahrgenommen, so führt eine ausführliche und detaillierte Darstellung derselben meist zu einer Problemlösung in der intendierten Art und Weise. Das legen empirische Befunde von Gick und Holyoak (1980), Holyoak, Junn und Billman (1984), sowie Vosniadu und Ortony (1983) nahe. Trotzdem sollte der Therapeut die Freiheit des Klienten beachten, die therapeutische Metapher in einer individuellen Weise zu verstehen. Bock (1983) mahnt den Therapeuten deshalb, Sprachbilder mit Bedacht auszuwählen und nötigenfalls auf ein Sprachbild zu verzichten, wenn der Klient den metaphorischen Vergleichspunkt nicht an derselben Stelle und aus der gleichen Perspektive wie der Therapeut zu erkennen in der Lage ist. Unbestimmt zu sein ist eine Möglichkeit, dieser Freiheit des Klienten gerecht zu werden. Gordon (1990) schlägt vor, bestimmte Informationen, Handlungen und Erfahrungen der Charaktere in der Metapher wegzulassen, um dadurch den Hörer zu veranlassen, eigene Interpretationen von dem, was vorgeht, abzuleiten und einzusetzen. Wohlgeachtet bezieht sich das nicht auf grundlegende strukturelle Analogien zwischen der Geschichte und der Problemsituation, sondern eher auf auskleidende Details der Rahmenhandlung.

Eine weitere Möglichkeit, Metaphern homomorph zu gestalten, kann mit Hilfe der Kommunikationstypen nach Satir (1989) erfolgen. Die verschiedenen Kommunikationsstile umfassen non-verbales Verhalten (Gebärden, Körperhaltung, Mimik), aber auch verbales Verhalten (Tonfall, Syntaxmuster). So drückt sich jeder Mensch in einer charakteristischen Weise aus, die wiederum auf die Interpretation des Inhalts durch den Hörer wirkt. Obwohl es wahrscheinlich so viele unterschiedliche Kommunikationsstile wie Individuen gibt, scheint es doch mit dem Beschwichtigten, dem Ankläger, dem Rationalisierer und dem Ablenker vier Stile zu geben, die einigermassen konsistent sind. Zwei Möglichkeiten gibt es nach Gordon (1990), Satir-Kategorien in die Arbeit mit Metaphern einzubringen. Kommunizieren die Charaktere in der Metapher

im gleichen Stil, wie im Leben des Klienten, wird dieser die Geschichte als eine genaue Repräsentation seiner Situation erkennen (Pacing). Die Metapher erhält dadurch für ihn eine größere Signifikanz. Die andere Möglichkeit, die Kommunikationsstile zu verwenden, besteht darin, den Veränderungsprozess zu unterstützen. Befolgt der Klient in bestimmten Situationen immer wieder einen unangebrachten Kommunikationsstil, so kann in der Metapher ein Übergang von einem Stil zu einem anderen, der mehr Erfolg verspricht, vorgenommen werden. Erfolgt in der Metapher die Lösung des Problems dadurch, dass der Protagonist seinen Kommunikationsstil ändert, so kann der Klient über die Geschichte erfahren, wie sich ein solcher Wandel positiv auf Interaktionen mit anderen auswirken kann.

Um die Signifikanz einer Metapher für den Hörer zu steigern, empfiehlt es sich, ihn in dem Repräsentationssystem anzusprechen, in dem er seine Erfahrung primär repräsentiert. Indem der Therapeut in Begriffen des bevorzugten Systems des Klienten spricht, erreicht er diesen laut Bandler und Grinder (1982) inhaltlich besser. Die drei wichtigsten Systeme in diesem Zusammenhang sind das auditive System („Ich höre hier einen Vorwurf“), das visuelle System („Ich sehe hierin einen Vorwurf“) und das kinästhetische System („Ich fühle hierin einen Vorwurf“). Auch bei den Repräsentationssystemen kann ein Wechsel zu einem anderen erfolgen, wenn der Gebrauch des bevorzugten Systems den Klienten beeinträchtigt. Eine andere Möglichkeit besteht darin, über Aktivierung von Erfahrungen, die in vernachlässigten Systemen gespeichert sind, dem Klienten zu einer ganzheitlicheren Erfahrung zu verhelfen. Wirl (1993) schlägt vor, in der Metapher gerade Sinnessysteme anzusprechen, die jenseits der bewussten Erfahrung liegen. Mills und Crowley (1986) gehen sogar so weit zu vermuten, dass gerade ausgeblendete Sinnessysteme mit negativen inneren Prozessen beschäftigt sind, die nicht bewusst sind oder sein dürfen. Deblockieren und Reintegrieren ausgeblendeter Sinnessysteme sowie eine Balance der Systeme erscheint in diesem Kontext sinnvoll. Wirl (1993) schlägt vor, nach einem Pacing des bevorzugten Repräsentationssystems im Laufe der Metapher die vernachlässigten Systeme immer mehr einzubeziehen. Dabei sollte man in der Metapher Ressourcen des Klienten nutzen, bei denen die Erfahrung in möglichst allen Sinnessystemen repräsentiert ist. Eine Veränderung des Problems ergibt sich deshalb, weil „ein ganzer Erlebniskanal, der blockiert war, nun geöffnet ist und mit anderen Sinnessystemen in einer positiven und bereichernden Art verbunden ist“ (Wirl, 1993, S. 77). Gerade in der Hypnose ist ein Verweben der Sinnessysteme während der Induktion gang und gebe. So meint Revenstorff (1990), dass ein Ansprechen aller Sinnesmodalitäten zu einer größeren Lebhaftigkeit und Intensivierung der Vorstellung führt.

5.4 Fallbeispiel

Einem 8jährigen Jungen mit impulsivem kognitiven Stil, sollte inform einer Geschichte ein reflexiver Stil nahegebracht werden. Der Klient gebrauchte vorwiegend das kinästhetische System, auch bei visuellen Vergleichsaufgaben, was dann zu hyperaktivem Verhalten und zu Versagen in vielen Lernsituationen führte. Ziel der Intervention war es, mit der Geschichte in Situationen in denen es sinnvoll erschien, einen Übergang vom kinästhetischen zum visuellen Repräsentationssystem zu suggerieren. Gleichzeitig sollten Anregungen gegeben werden, den Kontakt zum Vater zu intensivieren, welchen der Junge weitgehend ablehnte. Im Verlauf der

Diagnostik hatte Robert seine Familie als Tiere gemalt. Die Handlung der Geschichte fand deshalb im Urwald statt, und die Akteure wurden analog zum Bild Roberts übernommen.

In einem Urwald irgendwo auf der anderen Hälfte der Erde, auf der anderen Seite des großen Ozeans, lebte eine Gruppe von Tieren zusammen. Da war eine große Elefantenkuh, ihr kleiner lebendiger Elefantenjunge, ein winziger gelber Vogel, der den kleinen Elefanten oft ärgerte mit seinem ständigen Gezwitscher, und ein großer Braunbär. Alle diese Tiere lebten nahe eines Wasserfalls unter einem riesigen Baum, der ihnen Schatten und Schutz spendete. Natürlich gab es auch öfters Streit, wenn so verschiedene Tiere auf engem Raum Tag für Tag zusammensteckten. Und während der große Elefant öfters mit dem Bären stritt, so dass die Fetzen flogen, fing der kleine gelbe Vogel immer ein großes Geschrei an. Meistens war es zu so einer Gelegenheit, dass der kleine Elefant nervös und angespannt wurde. Dann wollte er am liebsten nichts von alledem sehen. Dann fing sein Rüssel wie von alleine an zu schlenkern, seine Ohren wackelten und auch sein Schwanz, aber vor allem seine Beine wollten gar nicht mehr stillhalten. Ab und zu konnte er sich nicht mehr bremsen. Dann lief er stundenlang auf und ab und da er die Augen fest verschlossen hatte, um sich den Streit nicht anschauen zu müssen, knallte er öfters gegen Bäume. So hatte er ständig schmerzhaft blaue Flecken.

Hier erfolgt eine Pacing der Situation Roberts, wie sie sich zum damaligen Zeitpunkt darstellte. Die Protagonisten und ihre Beziehung zueinander werden in der Geschichte in einem eins zu eins Verhältnis homomorph abgebildet. Es erfolgt auch ein Pacing der kinästhetischen Sinnesmodalität, in der Robert seine Umwelt vornehmlich erfährt.

Aber was ihn am meisten störte, war, dass er schon lange nichts mehr neues über den herrlichen Urwald, in dem er lebte, gelernt hatte. So ein junger Elefant muss nämlich einiges darüber lernen, welche Früchte gut schmecken und von welchen einem schlecht wird, welche Tiere gute Spielkameraden sind und vor welchen man sich lieber in acht nehmen sollte. War der Streit endlich beendet, dann fluchte die Mutter meistens über den trotteligen Bären und auch der kleine Elefant fand Bären doof und wollte nichts mit dem Braunbären zu tun haben. Dann schimpfte die Mutter auch meistens noch über den kleinen Elefanten, dass er nicht stillhalten konnte, dass er nicht gehorchen und nichts lernen würde. Irgendwann sagte die große Elefantenkuh, ihr sei das alles zuviel, und nachdem sie eine Weile nachgedacht hatte, nahm sie ihren Sohn und ging zum weisen Uhu, der in einem anderen Teil des schönen Waldes wohnte.

Hier kommt es zum metaphorischen Konflikt. Der Therapeut wird auch in der Geschichte als Protagonist abgebildet (Uhu). Des weiteren erfolgt ein Pacing des Kommunikationstyps der Mutter (Anklägerin).

Der Uhu war dem kleinen Elefanten gleich sympathisch und als er erfuhr, er dürfe den Uhu in nächster Zeit öfters besuchen, freute er sich richtig. Während der Besuche nahm ihn der Uhu oft mit auf Spaziergänge und so lernte der kleine Elefant unbekannte Gegenden kennen und er spürte schon die Neugier in sich, in neue Bereiche des Waldes vorzustoßen, um Sachen kennenzulernen, von denen er bisher höchstens geträumt hatte.

Hier erfolgt der Hinweis, dass eine Veränderung vor sich gehen wird. Neben dem Pacing der therapeutischen Beziehung soll suggeriert werden, dass sich die Veränderung auch unbewusst

(wie im Traum) vollziehen kann.

Auf den ersten Spaziergängen trottete der kleine Elefant so dahin, sprang mal hierhin und mal dorthin. Bald wurde ihm jedoch langweilig und er fing wieder unruhig zu zappeln an. Da sagte der Uhu: „Wenn du anfängst, dich nervös zu fühlen, musst du deine Augen gebrauchen. Das Gefühl der Anspannung verschwindet, wenn du nur anfängst zu sehen, was es hier alles im Wald zu erblicken gibt. Da hielt der Elefant inne in seinen nervösen Bewegungen und sah sich um. Schon erblickte er eine wunderschöne Blüte und lief auf sie zu. Nachdem er das leuchtende Blau der Blume bewundert hatte und aufblickte, sah er dahinter einen See mit rosa Vögeln, die alle auf einem Bein standen. Fasziniert sah er die Form ihres gebogenen Halses und der Uhu sagte ihm, sie hießen Flamingos. In seiner freudigen Erregung hatte der kleine Elefant aber wieder zu zappeln angefangen und seine Enttäuschung war groß als die Vögel alle aufschreckten und wegflogen. „Macht nichts“, sagte der Uhu und lachte, während der kleine Elefant laut ausrief: „Blöde Zappelei, nun habe ich die schönen rosa Vögel vertrieben.“ Und so lernte der kleine Elefant nach und nach, wie man sich im Urwald verhalten muss. Wann es von Vorteil ist, sich ganz langsam und leise anzuschleichen und stillzuhalten, um seltene Tiere zu beobachten und wann es angebracht ist herumzutollen, zu spielen und sich dabei gut drauf zu fühlen.

Hier erfolgt ein Übergang vom kinästhetischen zum visuellen Repräsentationssystem, sowie von einem impulsiven zu einem reflexiven kognitiven Stil. Der Gebrauch des visuellen Systems wird mit positiven, der des kinästhetischen Systems mit negativen Konsequenzen verbunden. Robert kann hier anhand eines Modells lernen.

Auf einem dieser Spaziergänge trafen sie einen Bären, der da saß und Honig schleckte. Automatisch machte der kleine Elefant die Augen zu und fing an zu zappeln. Doch der Uhu ging ohne zu zögern auf den Bären zu und der kleine Elefant folgte widerwillig. Der Bär brummte freundlich und gab den beiden von dem Honig, der wundervoll aussah und ebenso gut schmeckte. Als der Bär den jungen Elefanten fragte, ob er ihm zeigen soll, wo man überall Honig finden kann, willigte dieser ein und schon bald entwickelte sich eine richtige Freundschaft zwischen den beiden. Der Elefant erkannte, dass sich Bären und Elefanten äußerlich zwar unterscheiden, dass sie aber viele Gemeinsamkeiten haben. So naschen sie beide gerne, toben gern herum und spielen die gleichen Spiele.

Der kleine Elefant hatte viel gelernt auf seinen Spaziergängen mit dem Uhu und der Freundschaft mit dem Bären und auch zu Hause am Wasserfall sah die Welt jetzt ganz anders aus. Wenn die große Elefantenkuh mit dem Braunbären Streit hatte, zog sich der kleine Elefant zurück, streifte durch den Urwald und beobachtete Tiere oder Pflanzen. Irgendwie berührte ihn das nicht mehr so. Nach so einem Streit konnte er dem Braunbären in sein brummiges Gesicht sehen und ihn durch einen Spass oder die Schilderungen einer seiner zahlreichen Erlebnisse wieder aufheitern. Ab und zu gingen sie dann auch gemeinsam baden und inzwischen fand der kleine Elefant Bären super. Die Stimmung unter den Tieren am Wasserfall war jetzt viel besser, der kleine Elefant fühlte sich viel wohler in seiner dicken Haut und sah ab da jedem Tag zuversichtlich entgegen.

In der abschließenden Passage erfolgt ein neuer Entwurf für die Beziehung zum Vater. Auch hier kann Robert anhand eines Modells lernen, dass er positive Konsequenzen aus einer veränderten Einstellung erfährt.

Literatur

- Abed, F. (1994). Visual puns as interactive illustrations: Their effect on recognition memory. *Metaphor and Symbolic Activity*, 9(1), 45-60.
- Angus, L.E. (1990). Metaphor and the structure of meaning: The counselling client's subjective experience. First International Conference on Counselling Psychology (1988, Porto Portugal). *Cadernos de Consulta Psicologica*, 6, 5-11.
- Angus, L.E. & Rennie, D.L. (1988). Therapist participation in metaphor generation: Collaborative and non-collaborative styles. *Psychotherapy*, 25(4), 552-560.
- Aylwin, S.M. (1981). Types of relationship instantiated in verbal, visual and enactive imagery. *Journal of Mental Imagery*, 5, 67-84.
- Bandler, R. & Grinder, J. (1982). *Kommunikation und Veränderung: Die Struktur der Magie II*. Paderborn: Junfermann.
- Bettelheim, B. (1980). *Kinder brauchen Märchen*. München: dtv.
- Blasko, D.G. & Connine C.M. (1993). Effects of familiarity and aptness on metaphor processing. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 19(2), 295-308.
- Bock, H. (1983). Metaphoric: Bildersprache als therapeutisches Werkzeug? *Psychologische Beiträge*, 25, 94-111.
- Brockhaus, der große (1955). (16. Aufl.) Wiesbaden: F.A. Brockhaus Bd.11, S. 363.
- Edwards, R. & Clevenger, T. (1990). The effects of schematic and affective processes on metaphorical invention. *Journal of Psycholinguistic Research*, 19(2), 91-102.
- Erickson, M.H. (1980). The method employed to formulate a complex story of an experimental neurosis in a hypnotic subject. In: E.L. Rossi (Ed.), *The collected papers of Milton H. Erickson, M.D.*, Vol. III (pp. 336-355). New York: Irvington (dt bei Carl Auer, Heidelberg).
- Erickson, M.H. & Rossi, E.L. (1981). *Hypnotherapie: Aufbau, Beispiele, Forschung*. München: Pfeiffer.
- Fainsilber, L. & Kogan, N. (1984). Does imagery contribute to metaphoric quality? *Journal of Psycholinguistic Research*, 13(5), 383-391.
- Gick, M. & Holyoak, K. (1980). Analogical problem solving. *Cognitive Psychology*, 12, 306-355.
- Gordon, D. (1990). *Therapeutische Metaphern*. Paderborn: Junfermann.
- Golwin, S. (1986). Edelsteine, Kristallpforte zur Seele: Traumreisen und Meditationen mit Edelsteinen. Freiburg i. B.: Bauer.
- Hammond, D.C. (1990). *Handbook of hypnotic suggestions and metaphors*. New York, London: Norton.
- Harris, R.J. (1979). Memory for literary metaphors. *Bulletin of the Psychonomic Society*, 13(4), 246-249.
- Hishitani, S. (1991). Vividness of image and retrieval time. *Perceptual and Motor Skills*, 73, 115-123.
- Holl, C. & Kümmel, M. (1995). *Hypnotherapie bei Kindern: Experimentelle Überprüfung der Wirksamkeit einer therapeutischen Geschichte*. Unveröff. Dipl. Arbeit, Universität Tübingen.
- Holtz, K.-L. (1993). Die vielen Facetten des M.H. Erickson: Entwicklungspsychologische Überlegungen zur Hypnotherapie mit Kinder und Jugendlichen. In S. Mrochen, K.-L. Holtz & B. Trenkle (Hrsg.), *Die Pupille des Bettnässers: Hypnotherapeutische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen* (S. 275-316). Heidelberg: Carl Auer.
- Holyoak, K., Junn, E. & Billman, D. (1984). Development of analogical problem solving skill. *Child Development*, 55, 2042-2055.
- Hülzer, H. (1987). *Die Metapher*. Münster: Modus Publikationen.
- Jimenez, J. (1976). Piaget and Synergetics. In C. Mogdil & S. Mogdil (Eds.), *Piagetian Abstracts 4* (pp. 102-119). Atlantic Highlands, N.J.: Humanities Press.
- Johnson, J.T. & Taylor, S.E. (1981). The effect of metaphor on political attitudes. *Basic and Applied Social Psychology*, 2(4), 305-316.
- Kast V. (1989). *Märchen als Therapie*. München: dtv.
- Katz, A.N. (1989). On choosing the vehicles of metaphors: Referential concreteness, semantic distances, and individual differences. *Journal of Memory and Language*, 28, 486-499.
- Keil, F. (1979). *Semantic and conceptual development*. Cambridge: Harvard University Press.
- Kintsch, W. (1982). *Gedächtnis und Kognition*. Berlin, Heidelberg, N.Y.: Springer.
- Kintsch, W. & van Dijk, T.A. (1975). Comment on se rapelle et on resume des histoires. *Langages*, 40, 98-116.
- Kopp, S. (1971). *Guru: Metaphors from a Psychotherapist*. Palo Alto: Science and Behavior Books.

- Krause, C. (1995). Wirkung von Metaphern im Rahmen indirekter Hypnosetechniken auf Symptome der Prüfungsangst: Eine Audiokassettenstudie. Unveröff. Dipl. Arbeit, Universität Tübingen.
- Lakoff, G. (1993). The contemporary theory of metaphor. In A. Ortony (Ed.), *Metaphor and Thought* (2nd ed., pp. 202-252). Cambridge: University Press.
- Lankton, C.H. & Lankton, S.R. (1991). *Geschichten mit Zauberkraft: Die Arbeit mit Metaphern in der Psychotherapie*. München: Pfeiffer.
- Lankton, S.R. (1985). Klientenspezifische Formulierung therapeutischer Metaphern oder: Für jeden Klienten die richtige Story. *Hypnose und Kognition*, 2(1), 87-93.
- Lankton, S.R. & Lankton, C.H. (1983). *The answer within: a clinical framework of Ericksonian hypnotherapy*. N.Y.: Brunner Mazel.
- Martin, J., Cummings, A.L. & Hallberg, E.T. (1992). Therapist's intentional use of metaphor: Memorability, clinical impact, and possible epistemic/motivational functions. *Journal of Consulting and Counseling Psychology*, 60(1), 143-145.
- Mayer, R.E. (1993). The instructive metaphor: Metaphoric aids to students' understanding of a science. In A. Ortony (Ed.), *Metaphor and Thought* (2nd ed., pp. 561-579). Cambridge: University Press.
- McMullen, R.E. (1989). Use of figurative language in successful and unsuccessful cases of psychotherapy: Three comparisons. *Metaphor and Symbolic Activity*, 203-225.
- Mills, J.C. & Crowley, R.C. (1986). *Therapeutic metaphors for the child and the child within*. New York: Brunner Mazel.
- Ornstein, R. (1978). The split and the whole brain. *Human Nature*, 1, 76-83.
- Paivio, A. (1986). *Mental representation: A dual coding approach*. Oxford: Oxford University Press.
- Paivio, A. & Walsh, M. (1993). Psychological processes in metaphor comprehension and memory. In A. Ortony (Ed.), *Metaphor and Thought* (2nd ed., pp. 307-329). Cambridge: University Press.
- Petrie, H.G. & Oshlag, R.S. (1993). Metaphor and learning. In A. Ortony (Ed.), *Metaphor and Thought* (2nd ed., pp. 579-610). Cambridge: University Press.
- Peseshkian, N. (1979). *Der Kaufmann und der Papagei: Orientalische Geschichten in der Psychotherapie*. Frankfurt a. M.: Fischer.
- Philippe, N. (1990). *Visualisierung: Der kreative Weg zur Persönlichkeitsentfaltung*. München: Ehrenwirth.
- Plutschik, R. (1984). Emotions and Imagery. *Journal of Mental Imagery*, 8(4), 105-112.
- Revenstorf, D. (1990). *Techniken der Hypnose*. In D. Revenstorf (Hrsg.), *Klinische Hypnose* (S. 137-168). Berlin: Springer.
- Revenstorf, D. (1993). *Metaphern in der Hypnotherapie*. Unveröffentlichtes Manuskript.
- Rollins, M. (1989). *On the limits of cognitive science*. New Haven, London: Yale University Press.
- Richardson, J.T. (1988). Vividness and unvividness: Reliability, consistency and validity of subjective imagery ratings. *Journal of Mental Imagery*, 12(3&4), 115-122.
- Rosen, S. (1985). *Die Lehrgeschichten von Milton H. Erickson*. Hamburg: Isko Press.
- Read, S.J., Cesa, I.L., Jones, D.K. & Collins, N.L. (1990). When is the federal budget like a baby? Metaphors in political rhetoric. *Metaphor and Symbolic Activity*, 5(3), 125-149.
- Sonntag, S. (1989). *Aids und seine Metaphern*. München, Wien: Carl Hanser.
- Satir, V. (1989). *Selbstwert und Kommunikation: Familientherapie für Berater und zur Selbsthilfe*. München: Pfeiffer.
- Staats, A.W. & Lohr, J.M. (1979). Images, language, emotions and personality: Social behaviorism's theory. *Journal of Experimental Psychology*, 61, 300-303.
- Sternberg, R.J., Tourangeau, R. & Nigro, G. (1993). Metaphor, induction, and social policy: The convergence of macroscopic and microscopic views. In A. Ortony (Ed.), *Metaphor and Thought* (2nd ed., pp. 277-307). Cambridge: University Press.
- Sticht, T.G. (1993). Educational uses of metaphor. In A. Ortony (Ed.), *Metaphor and Thought* (2nd ed., pp. 621-633). Cambridge: University Press.
- Vosniadu, S. & Ortony, A. (1983). The influence of analogy in children's acquisition of new information from text: An exploratory study. In J. Niles (Ed.), *Searches for meaning in reading language processing, and instruction*. Rochester, New York: National reading conference.
- Walsh, M.E. (1988). *A dual coding interpretation of proverb comprehension*. Unpublished doctoral dissertation, University of Western Ontario.
- Weber, R. (1991). Mehrfach eingebettete Metaphern: Ein Behandlungsbericht. *Hypnose und Kognition*, 8(2), 23-29.

- Winner, E. (1988). The point of words. Cambridge, London: Harvard University Press.
- Wirl, C. (1993). Therapeutische Geschichten und Metaphern: Aufbau und Drei-Ebenen-Kommunikation. In S. Mrochen, K.-L. Holtz & B. Trenkle (Hrsg.), Die Puppe des Bettnässers: Hypnotherapeutische Arbeit mit Kindern und Jugendlichen (S. 60-84). Heidelberg: Carl Auer.
- Wyss, D. (1991). Die tiefenpsychologischen Schulen von den Anfängen bis zur Gegenwart: Entwicklungen, Probleme, Krisen. (6. Aufl.) Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Zeig, J. (1980). A teaching seminar with Milton H. Erickson. New York: Brunner Mazel.

Shaping therapeutic metaphors

Abstract: Metaphors have always been a vivid tool in communication. Secular or religious values and wordly wisdoms have always been mediated through metaphors that are used in myths, fairy-tales or biblical similes. The use of metaphors in psychotherapy of adults has become popular through the work of M.H. Erickson and storytelling in the therapeutic work with children. Recently the 'solar eclipse', as the metaphor is called by its students became object to empirical research. Philosophical and linguistic theories on metaphors were extended by cognitive approaches. On-line measures delivered new models of metaphor-comprehension and metaphor-processing. Object of the present paper is the translation of basic research results into the language of practitioners to provide clues for the construction of effective therapeutic metaphors. The integration into already existing concepts dealing with the use of metaphors in psychotherapy is a main goal of this work.

Keywords: Metaphors, storytelling, psychotherapy, hypnosis

Clemens Krause, Dipl.-Psych.
Universität Tübingen
Psychologisches Institut
Abt. für klinische und physiologische Psychologie
Gartenstr. 29
72074 Tübingen

Vorwort zur Diskussion um Bert Hellinger

Bernhard Trenkle

Im Folgenden finden Sie drei Artikel zum Ansatz von Bert Hellinger.¹ Wir hatten dieses Thema bewusst in das Konferenzprogramm aufgenommen. Einerseits hielt Bert Hellinger schon 1989 auf dem 1. Europäischen Kongress für Ericksonsche Hypnose und Psychotherapie in Heidelberg einen der Hauptvorträge (Hellinger, 1992). Er war damals noch nicht so bekannt. Andererseits wurden die Konzepte und Vorgehensweisen von Bert Hellinger im psychosozialen Feld heftig und kontrovers diskutiert. Allerdings selten öffentlich. Wir hielten es für wichtig, eine öffentliche Diskussion zu initiieren und zu ermöglichen. Es war jedoch schwieriger als erwartet. Viele angesprochene KollegInnen zögerten, ihre Einwände öffentlich zu äußern. Dasselbe Problem ergab sich dann ein zweites Mal, als wir diese Diskussion in einem Sonderheft oder einem kleinen Buch publizieren und um weitere Beiträge erweitern wollten. Es gab viele Bedenken, viele Einwände und spürbare Ängste, sich dazu zum ersten Mal oder erneut zu äußern. Im Kontrast zu dieser Scheu, sich öffentlich zu äußern, stehen die häufigen Diskussionen im informellen Rahmen. In den Kaffeepausen am Büchertisch des Milton Ericksons Instituts in Rottweil war die bloße Auslage eines Hellinger-Buches des öfteren Anlass für emotionale Diskussionen. Im Herbst 1996 war ich zu einer Probesupervision geladen. Ganz am Ende, nachdem alles zu aller Zufriedenheit gelaufen war, wurde mir die Frage gestellt: "Wie halten Sie es mit Hellinger?" Für das Team sei die Beantwortung der Frage wichtig, um zu entscheiden, ob ich als Supervisor in Frage käme. Wie sich dann schließlich herausstellte, war die korrekte Haltung in diesem Team, gegen Hellinger zu sein. Ich kann mich nicht erinnern, jemals sonst gefragt worden zu sein, ob ich für oder gegen Erickson, Farrelly, Selvini, Verhaltenstherapie, Familientherapie usw. wäre. Also, Hellinger scheint die Gemüter zu bewegen. Nur - warum darf man dieses Thema nicht öffentlich diskutieren? Angenommen, ich äußere meine eigene Haltung: „Ich schätze Bert Hellinger als Kollegen und Menschen und ich habe von ihm immer wieder Denkanstöße bekommen. Ich sehe jedoch einiges kritisch und ich verspüre bei manchen Aspekten seines therapeutischen Arbeitens ein erhebliches Unbehagen.“ Während ich dies schreibe, halluziniere ich, wie mein Kontakt zu einigen meiner Freunde brüchiger wird, die Hellinger außerordentlich schätzen. Wenn mein Freund und Vorstandskollege Gunther Schmidt einen ähnlichen Satz über die Arbeit von Milton Erickson - wie kürzlich geschehen - auf einer Podiumsdiskussion der Jahrestagung der M.E.G. sagt, so erscheint mir weder unsere Freundschaft noch die Zusammenarbeit beeinträchtigt. Selbst wenn ich über Gunther Schmidt oder er über mich öffentlich in einer Podiumsdiskussion diesen Satz sagen würde, so würde dies unse-