

## Metaphern in der Gesundheitspraxis (8)

### „Eine Krankheit ist wie...“

Die folgende Sammlung ist entstanden mit Anregungen einer KI und eigenen Einfällen.

Zu einigen Metaphern füge ich Anregungen bei, die mir aus der Praxis bekannt sind. Die Beispiele können sich auf ‚kleine Krankheiten‘ oder auch auf sehr bedrohliche Ereignisse beziehen.

In der Praxis bestimmt der Kontext darüber wie sorgsam und ernst oder wie locker und humorvoll Du das Gespräch anregst und die Metaphern zu komplexen Geschichten kreativ ausweitest.

### „Ich bin krank“ oder „Ich habe eine Krankheit“

Diese Formulierung wird meistens durch medizinische Begriffe oder Krankheitsbeschreibungen ergänzt. Selbstverständlich kann auch darauf eingegangen werden. Wenn Du die Kraft von Bildern nutzen möchtest, bedarf es eines Übergangs.

Eine Einladung zum Bilden einer Metapher kann sein:

- *„In Dir ist vielleicht so etwas wie...“*  
oder
- *„Diese Krankheit, das ist etwas in Dir, wie...“*

Vermutlich kommen sofort Bilder seitens Deiner GesprächspartnerInnen. Oder Du kannst etwas anbieten, was in Dir spontan auftaucht.

Beispiele für Metaphern bei Krankheiten, ergänzt durch Praxisanregungen oder mögliche Themen:

- Ein Gast, der oder die nicht eingeladen war
- Uralte Bekannte, die man eher vergessen möchte, melden sich
- die immer gemiedene Verwandtschaft steht vor der Tür

Gäste, die vor der Tür stehen und die man nicht hereinlassen möchte, kann man versuchen zu vertrösten; ein aggressives Ausladen oder ein ‚so tun als ob es sie nicht gäbe‘ erweist sich oft als Beginn einer langen unangenehmen Geschichte (siehe die 13. Fee in Dornröschen oder die Göttin der Zwietracht, die nicht zur Feier im Olymp eingeladen wurde und die dann den berühmten Apfel in den Raum wirft, der Beginn eines langen Krieges)

Die Gesetze der Gastfreundschaft gehören äußerlich und innerlich zu den Grundgesetzen.

- „eine unbekannte Pflanze oder fremde Tiere, die im Konflikt mit heimischer Ökologie geraten (etwas nagt, etwas untergräbt, etwas ‚verseucht‘, etwas wuchert, wie Efeu...)“

Geschichten zum Thema ‚Invasive Ökologie‘ sind in der äußeren Realität sehr aktuell und können zu sehr differenzierten Vergleichen führen. Grundlage ist dabei ein metaphorisches Naturweltbild: Der Mensch als Garten oder Naturlandschaft. Man kann sowohl ‚harte‘ Eingriffe (z.B. Operationen) wie auch ‚sanfte‘ ökologische Interventionen (z.B. Kräuter oder bewässern oder Dünger) damit verbinden.

- Ein Fremder, eine Fremde erscheint und es ist ungewiss, was der oder die wollen.

Ein solches Bild fordert auf, mit dem Fremden zu sprechen. Das heißt es bedarf einer Form und Technik, der Kommunikation mit inneren Bildern. In meiner Erfahrung ergeben sich aus solchen Gesprächen fast immer konkrete unmittelbare heilsame Veränderungen

- Etwas ist auf Raub aus, es stiehlt, plündert, will besitzen– heimlich oder auch mit offener Brutalität; etwas sabotiert, etwas terrorisiert

Geschichten mit offener Gewalt sind oft nahe an der üblichen medizinischen Kriegsmetaphorik. Wenn es so erlebt wird, muss es auch in dieser Form durchgelebt werden. Das heißt, Du lässt Dich auf das Begleiten und Helfen in einem Kampf ein. Eventuell sind Formen von Friedensgesprächen möglich. Manchmal gibt es Kampfpausen, in denen über die wirklichen Bedürfnisse und über Kompromisse gesprochen werden kann. Bei Viren oder auch Bakterien (die in Gruppen auftreten) kann manchmal eine Regelung für ein angemessenes Maß gefunden werden.

- Kinder, von deren Geburt man nichts wusste oder die sehr früh „abgegeben“ wurden und die nun erwachsen sind und ihre wahren Eltern (be-) suchen
- Menschen oder auch Tiere, die man (aus Versehen) verletzt hat und die jetzt Entschädigung suchen

Geschichten zu Themen, die einen aus der Vergangenheit einholen, gibt es in Märchen und Mythen recht viele. Zum Beispiel die von ausgesetzten Kindern. Das heißt, wenn eine solche Assoziation bei einer Krankheit erscheinen, geht es psychosomatisch um Themen von Schuld und Scham.

- Ein Bauunternehmen, das einfach anfängt, ohne Baugenehmigung (Thema der inneren Autonomie; Wer hat das Recht und die Macht)
- etwas aus falschem Licht (Thema: Enttäuschung; Irreführung)
- ein Schatten (Thema: Kennenlernen von dem, was bisher im Schatten ist)
- eine Wolke, ein Gewitter (Thema: Prozess und Dynamik von Entladung; Naturprozesse)
- ein Loch im Gewebe eines Teppichs oder eines Mantels oder das ‚schwarze Loch im Kosmos. (Thema: welche natürlichen oder künstlichen Mittel gibt es zur Heilung – oder umgekehrt: etwas muss manchmal zerfallen...)
- eine noch unbekannte Stimme in meinem Körper, die flüstert oder unverständlich brüllt (Thema: so, wie beim Fremden)
- ein Traum, der beschlossen hat, echt zu werden (Thema: Auseinandersetzung mit der Existenz von mindestens zwei Welten in einem)
- ein Haus oder Garten oder eine ganze Welt in mir, zu denen ich keinen Schlüssel habe (Thema: Schlüsselkraft und/oder Beziehung zwischen ‚Ich-Bewusstsein‘ und inneren realen Welten)

- ein Winter, der mitten im Sommer einzieht (Thema: ökologische Katastrophen; ein grundsätzlicher Wandel?)
- ein Tier oder Wesen, das nur überleben will und das mich als Mensch noch nicht kennt (Thema: wie bei Fremden, ein Kennenlernen ist erforderlich)
- ein Lehrer oder eine Lehrerin sehr alter Art, die mit Schmerz unterrichten, die Geduld verlangt“ (Thema: alte Glaubenssätze oder Gewohnheiten)

➤ Wenn Du andere Beispiele kennengelernt hast und diese erforschen möchtest oder Metaphern für bestimmte Themen suchst, bist Du eingeladen auf der Website im Mitgliederbereich in der im Forum in der Rubrik ‚Metapher‘ etwas einzustellen oder per Kontakt ([tiemeyer@dgam.de](mailto:tiemeyer@dgam.de)) die Zusammenarbeit zu suchen.

Mit ziemlicher Sicherheit werde ich mit Freude reagieren!