

In Gesprächen über Krankheiten und Leiden

Die Weisheit der intuitiven Sprache nutzen.

Das Erleben leidvoller Symptome wird im Alltag oft mit Vergleichen und Bildern erzählt. Manchmal beziehen sich die Bilder auf Ursachen, z.B. *Hexenschuss* oder *„mich hat nen Virus erwischt“*; manchmal auf eine Art Wissen, z.B. beim *Bandscheibenvorfall* oder auf die Symptome selbst, z.B. *„Durchfall“* oder *„mich hat es flachgelegt“*; neuerdings werden auch Abkürzungen gerne benutzt: *Ich „habe Rücken“*, ich *„habe Magen Darm“*, *„das ist ne „Depri“* usw.. Bereits diese spontan genutzten Metaphern und Vergleiche geben Hinweise darauf, wie inneres, unbewusstes Wissen die Situation betrachtet.

Im gesundheitspraktischen Gespräch kann es sehr kreativ wirken, mehr Bilder und Vergleiche anzuregen, die vielschichtiger als die Floskeln sind und die vor allem Hinweise auf künftige Möglichkeiten offenbaren.

Die Zauberformel im Gespräch ist: *„das ist wie...“*; oder noch besser in Form von Angeboten regt man Vergleiche an.

Zum Beispiel erzählt ein Klient, er sei erkältet. Dann kann man anbieten: *„Bei mir ist es bei Erkältungen so wie...“* – und kann wahlweise Angebote formulieren, um dann zu fragen, *„wie ist es bei Ihnen...“*

Die folgenden Angebote hat teilweise eine KI zusammengestellt. Ich ergänze die Beispiele mit einigen Stichworten für kreative Fantasie. Im kreativen Aufgreifen der Bilder entstehen manchmal Ideen oder einfach Gefühle für einen irgendwie stimmigen Prozess.

Selbstverständlich muss die Atmosphäre in der Praxis so sein, dass ein Spielen mit den Bildern nicht als Versuch des Abwertens oder Bagatellisierens erlebt wird!

Eine Erkältung ist wie ...

- ... *ein zäher Nebel, der alles langsamer macht.*
 - und in dem Nebel sollte jede Bewegung langsam und vorsichtig sein und Nebel steigt entweder auf, wenn es wärmer wird, wenn die Sonne an Kraft gewinnt oder er sinkt wie Tau nach unten...
- ... *ein Gast, der ungefragt bleibt und sich über Nacht ausbreitet.* –
 - und die Gesetze der Gastfreundschaft verbieten es, jemanden sofort rauszuwerfen, sondern man wird bewirten und vielleicht bringen die Gäste sogar Gastgeschenke mit?
 - Oder, mit der Möglichkeit der Wahl: und man kann wählen, nun entweder die Polizei zu rufen (z.B. schwere Medikamente) oder den Gast zu bewirten, sich darauf einzustellen und dann wird er – vielleicht mit Gastgeschenken – auch gehen
- ... *Watte im Kopf und Blei in den Gliedern* –
 - und bei der Watte kann man sie vielleicht etwas pressen oder anderweitig nutzen? Und das Blei, da wird man vorsichtig erhitzen und irgendwie recyceln

- ... *ein Akku, der nur noch auf Energiesparmodus läuft.*
 - Und da ist klar, da wird man auf Sparmodus leben und bald eine geeignete Ladestation aufsuchen
- ... *Es ist einfach ,alles dicht‘ –*
 - und wenn im normalen Straßenverkehr alles dicht ist, dann muss man die kleinen Nebenwege suchen, manchmal auch zu Fuß gehen und warten, bis sich der Stau von selbst löst.

PraktikerInnen, die heilsame Kreativität gelernt haben, können die Bilder und die Möglichkeiten, die diese enthalten, für Fantasiereisen bei Klangerleben oder Massage verbinden oder mit den KlientenInnen aktive Imaginationen erarbeiten, die diese auch zuhause nutzen können.

Ursachenanalyse mit Metaphern ist auch eine Möglichkeit in der Praxis. Allerdings sollte sie in der Gesundheitspraxis nur den Zweck haben, Hinweise für künftige Lebensgestaltung zu erhalten.

Fragen, die zu hilfreichen Geschichten einladen können zum Beispiel sein:

„Woher kommt der Nebel“, „Was sind das für Gäste? Warum meinen die, sie seien eingeladen?“ „Wer oder was hat die Watte und das Blei besorgt?“ „Was hat so viel Energie verbraucht?“, „Wie ist der Stau entstanden? Durch Engpässe oder durch zu viel Verkehrsaufkommen“

Rückenschmerzen sind wie ...

- ... *ein unsichtbares Gewicht, das ständig zieht –*
 - und bei Gewichten, die ziehen, muss es eine Art Band geben, das man vielleicht lösen kann? Dann würde das Gewicht einfach fallen und der Rücken wäre frei. Für die Zukunft wäre wohl wichtig, zu fragen, woher das Gewicht und das Band kommen?
- ... *ein rostiges Scharnier, das bei jeder Bewegung protestiert.*
 - Und dann ist klar, dass Öl gebraucht wird und in der Zukunft rechtzeitig gut geschmiert und bewegt wird
- ... *Blitze, die in den Rücken einschlagen –*
 - und dieses Gewitter wird ersteinmal abflauen müssen, um dann zu klären, wie es künftig seltener entsteht, das innere Klima beachten‘ und Blitzableiter wären nicht schlecht
- ... *ein gewaltiger Druck als wäre da ein Fluss gestaut –*
 - und da ist spannend zu erfahren, was den freien Fluss so aufstaut? Geröll, Müll, Äste? Und was auch immer, es muss vorsichtig beseitigt werden
- ... *als würde dort jemand mit Krallen die Nerven quetschen –*
 - und da möchte man ja schon dieses Wesen oder diesen Menschen kennenlernen. Wofür das gut sein soll – und bei krallenbewährten Wesen sollte man besonders freundlich aber auch vorsichtig sein....

Meine Kopfschmerzen sind wie ...

- ... *ein Presslufthammer von innen* –
 - und es ist dringend angesagt, den Motor abzustellen und herauszubekommen, wer da so energisch nach etwas bohrt
- ... *ein Gewitter, das im Schädel wie zwischen den Bergen feststeckt* –
 - und da hilft oft ja nichts anderes als warten und in ein Haus gehen. Irgendwann hat sich jedes Gewitter ausgetobt und vielleicht zeigen sich Regenbogen?
- ... *ein Raum, in dem alles zu laut, zu hell, zu viel ist* –
 - und es gibt zwei Möglichkeiten: den raum verlassen oder dafür sorgen, dass Licht gedimmt wird, laute Wesen ruhig werden oder gehen. ...
- ... *ein enger Ring, der sich langsam zuzieht*. –
 - und dann ist klar, dass dieser Ring von jemanden bedient wird. Entweder kann man mit dem oder der freundlich reden oder vielleicht kann auch ein Weg gefunden werden, sich so dünn zu machen, dass der Ring nichts mehr festhalten kann?