

Helmut Kreller:

Arbeit mit Metaphern in der schriftbasierten Online-Beratung

Eine Ratsuchende beendet eine schriftliche Erstanfrage mit dem Satz: „Können Sie mir helfen? Ich bin nur noch *ein Wrack*.“ Ein anderer schreibt, sein Leben sei „eigentlich immer *bilderbuchmäßig* verlaufen“. Wir leben und kommunizieren in Metaphern. Wir fühlen uns von Anfragen *zutiefst getroffen, dringen tief* in Texte *ein* und werden *von Gefühlen überschwemmt*.

Unser ganzes alltägliches Leben ist von Metaphern *durchdrungen*. Lakoff und Johnson gehen soweit, zu sagen unser ganzes Lebenskonzept, die Art, wie wir denken und wahrnehmen und wie wir uns in der Welt bewegen, sei im Kern metaphorisch.¹ Die Nutzung von Metaphern geschieht dabei meist unbewusst. Wir beschreiben damit, wie es uns geht, was wir fühlen, was uns geschehen ist. Damit machen wir unbewusst einen Erfahrungsraum auf, innerhalb dessen wir uns gerade bewegen.

Was ist eine Metapher?

Metaphern werden heute nicht mehr wie früher einfach als ausschmückende oder schnörkelreiche Sprachgebilde verstanden. Darüber, was Metaphern aber stattdessen sind, gibt es widerstreitende Erklärungen²: Während beispielsweise Max Black von jeder operationalisierbaren Definition abrät („Metapher ist bestenfalls ein unscharfer Begriff, und wir müssen uns davor hüten, ihn strengeren Verwendungsregeln zu unterwerfen als in der Praxis tatsächlich zu finden sind“³), bieten Lakoff und Johnson eine explizite und sehr einfache relationale Definition an: „The essence of metaphor is understanding one kind of thing in terms of another“⁴. Wir erklären also eine Sache in den Begriffen einer anderen. Ein Wort oder eine Wortgruppe wird aus seinem eigentlichen Bedeutungszusammenhang in einen anderen übertragen, ohne dass ein direkter Vergleich die Beziehung zwischen Bezeichnendem und Bezeichnetem verdeutlicht.

Das kann unterschiedliche Funktionen erfüllen:

- Bedeutungsübertragung: „Oliver Kahn, der Titan“, „Wiege der Menschheit“
- Füllen einer sprachlichen Lücke (Katachrese): „Tischbein“
- Veranschaulichung eines abstrakten Begriffes durch einen anschaulicheren: „Zahn der Zeit“
- Vermeidung eines negativen oder anstößigen Begriffes: „heimgegangen“ statt „gestorben“
- etc...

Metaphern funktionieren nicht alleine, nicht ohne Zusammenhang.⁵ Wenn man, wie Lakoff und Johnson davon ausgeht, dass Metaphern uneigentliche Rede sind, dann ist diese uneigentliche Rede ohne den Zusammenhang weder verständlich/interpretierbar, noch entwickelt sie überhaupt Bedeutung. Ob ein Wort tatsächlich eine Metapher ist, hängt vom konkreten Zusammenhang ab, davon, ob es in übertragenem Sinn gebraucht wird. Man kann beispielsweise tatsächlich in einem Glashaus sitzen und sollte dann nicht mit Steinen werfen, weil dadurch das Glas zerbrechen könnte. Man kann aber auch metaphorisch *in einem Glashaus sitzen* und sollte dann keine sozial anstößigen *Steine werfen*. Und natürlich könnte man tatsächlich und metaphorisch gleichzeitig im Glashaus sitzen.

Metaphern sind nahe am „Vergleich“ („Oliver Kahn hält wie ein Titan“) und nahe an der „Redewendung“ („Wer im Glashaus sitzt...“).

¹ Lakoff, Johnson (2021), S. 12

² „Metaphern sind, seit sie Aristoteles in seiner „Poetik“ einführte, so etwas wie Übertragungen, bei denen ein Begriff in uneigentlicher Bedeutung verwendet wird, also der Begriff aus einem vertrauten in einen unüblichen Kontext transferiert wird“ (Kleinsteuber, S. 18)

„Metaphern sind unvertraute Verwendungen alter Worte, aber diese Verwendungen sind nur vor dem Hintergrund anderer alter Worte möglich, die weiter in vertrauter Weise gebraucht werden. Eine Sprache, die ‚ganz und gar Metapher‘ wäre, könnte nur eine Sprache ohne Nutzen sein, also keine Sprache, sondern bloß ein Lallen. Denn auch wenn wir dem zustimmen, dass Sprachen keine Medien der Darstellung oder des Ausdrucks sind, bleiben sie doch Medien der Kommunikation Werkzeuge sozialer Interaktion, Weisen, uns an andere Menschen zu binden“ (Rorty 2012: S. 80)

³ Black, S. 59

⁴ Lakoff, Johnson (1980), S. 5

⁵ Schmitt, Schröder, Pfaller, S.5ff

Und natürlich kann man mit Black, Davidson und anderen einwenden, dass, wenn alles metaphorisch ist, auch nichts mehr metaphorisch ist, weil die Unterscheidbarkeit verloren ist. Ich kann nur über ein Auto reden, wenn es auch Nicht-Autos gibt. Eine weitere Vertiefung dieser für das Reden über Metaphern grundlegenden Punkte ist hier aus Platzgründen nicht möglich und bleibt dem*der geneigten Leser*in überlassen (s. weiterführende Literatur!).

Metaphern in der psychosozialen (Online-)Beratung

In der Online-Beratung können Metaphern gewinnbringend eingesetzt werden.

Wenn eine Ratsuchende beispielsweise schreibt, ihr Leben sei *ein langer Weg* gewesen und es sei *immer vorwärts gegangen*, aber jetzt *wisse sie plötzlich nicht mehr weiter* und überlege, *ob es überhaupt noch weitergehe*, dann gestaltet sie damit einen Erfahrungsraum, in dem die Metapher „Weg“ gleich viermal benutzt wird.

In der f2f-Beratung teilen wir nicht nur Raum und Zeit. Wir nehmen einander zusätzlich direkt wahr und kommunizieren verbal und nonverbal. Jede Beratung genügt dabei in ihrer Struktur und ihrem Ablauf den Anforderungen der „kohärenten Strukturierung der Erfahrung“⁶: Es gibt Teilnehmer*innen, Phasen, einen Ablauf, Kausalität und einen Zweck des Zusammenkommens. Durch ein angemessenes Joining und Vertrauensaufbau am Anfang stellen wir darüber hinaus Nähe her. Beispielsweise spiegeln wir die Körperhaltung unseres Gegenübers und zeigen durch Nicken, Blickkontakt und ähnliches unsere Aufmerksamkeit und unser Interesse. Keineswegs würden wir bei der Schilderung der Probleme seitens der Ratsuchenden einfach den Raum verlassen und in einen anderen Raum gehen.

Übertrage ich das auf die schriftbasierte Online-Beratung, dann gilt es hier umso mehr, den von den Ratsuchenden eröffneten schriftlichen Erfahrungsraum zu nutzen und ebenfalls zu betreten. Würde ich beispielsweise bei der Ratsuchenden mit der „Leben ist Weg“-Metapher zusammenfassen („empathisch spiegeln“), dann würde ich nicht schreiben: „Ich lese, Sie mussten sich durchboxen, waren lange erfolgreich und haben nun Sorge, den Kampf am Ende nicht gewinnen zu können“. Es wäre auf den ersten Blick deutlich, dass ich damit in den Erfahrungsraum „Leben ist Kampf“ gegangen und den Erfahrungsraum „Leben ist Weg“ verlassen hätte und somit nicht mehr bei meiner Klientin wäre.

Viel mehr würde sich die Klientin verstanden fühlen, würde ich schreiben: „Ich lese, dass Sie unerwartet in eine Sackgasse geraten sind. Wir können gerne gemeinsam überlegen, wie Ihr Weg weitergehen kann, ob sie umkehren oder neue Pfade einschlagen müssen...“.

Schaffe ich es auf diese Art, den Erfahrungsraum, den der*die Ratsuchende eröffnet hat, zu betreten, dann befinden wir uns in einem gemeinsamen Sprach- und Verstehensraum. In diesem wird es möglich, gemeinsam innerhalb dieser Metapher neue Bilder und Deutungen der Situation zu entwickeln. Das zu erreichen, ist die Kunst in der schriftbasierten Online-Beratung.

Wie funktioniert der Einsatz von Metaphern in der schriftbasierten Online-Beratung?

Durch die Metapher gestaltet der/die Sprecher*in meist unbewusst einen bestimmten Erfahrungsbereich, in den ich mich mit ihm*ihr begeben kann. Dazu muss ich zunächst einen Ausdruck als Metapher erkennen, z.B.: „Leben als Weg“. „Leben“, als das zu Beschreibende, wird dabei als „Ziel“ angesehen, für das es mehrere Konzepte der Beschreibung („Quellen“) gibt. „Weg“ ist dabei nur eine von vielen möglichen Quellen zur Deutung des Zielbereichs. Für „mein Leben“ (als Zielbereich) sind neben „Leben als Weg“ viel mehr Konzepte (Quellen) möglich: Leben kann auch als „Kampf“ (sich durchboxen, sich angegriffen fühlen, sich durchschlagen, Situationen entschärfen...) oder als „ständiges Auf und Ab“ (auf die Welt kommen, abstürzen, es geht bergauf/bergab, an der Spitze sein, zur Hölle fahren) erlebt werden. Es kann mit Metaphern aus der Architektur (stabiles Leben bauen, Bildung als Fundament, Zukunft verbauen), dem Glücksspiel (Gewinner/Verlierer, Zukunft verspielen) und vielem anderen mehr beschrieben werden.

⁶ Lakoff, Johnson (2021), S. 93-98

Habe ich ein Wort oder eine Wortgruppe als Metapher erkannt und Ziel und Quelle der Metapher bestimmt, geht es darum, zu dieser Metapher gehörige Bilder und Ausdrücke zu sammeln, die ich für eine Antwort verwenden kann.

Für die Metapher des Weges könnten das sein:

- es geht um einen Prozess in eine Richtung (vorwärts/rückwärts)
- es kann gut gehen/schlecht laufen
- es kann in Sackgassen führen, nicht weiter gehen
- es kann schneller oder langsamer gehen (Müßiggang)
- man kann jemand überholen, hinter sich lassen oder nebeneinander hergehen
- es kann ein falscher, steiniger oder sandiger Weg sein
- man kann stecken bleiben oder aus der Bahn geworfen werden
- man kann außer Tritt geraten, vom (rechten) Weg abkommen oder neben der Spur sein
- bis man am Ende des Weges steht...

Aus dieser Sammlung zur Metapher gehörigen Bilder und Ausdrücken konstruiere ich meine Antwort. Dabei werde ich in meiner Antwort immer wieder zwischen Quelle und Ziel abwechseln.

Ein Beispiel

Eine Klientin (60 Jahre alt) schreibt über ihre aussichtslose berufliche Situation. Einst sei sie ein stolzes Schiff gewesen, doch inzwischen sei alles untergegangen und sie selbst nur noch ein Wrack.

Eine mögliche Antwort (zu Zwecken der Verdeutlichung sehr übertrieben – bitte beachten Sie dabei aber den beispielhaften Wechsel zwischen Quelle (= Wrack) und Ziel (= die Person N.N.)) könnte sein:

Liebe N.N., Sie beschreiben sich als Wrack und ich frage Sie: Wie wäre es, N.N., wenn wir zunächst gemeinsam hinabtauchten und das Wrack erkunden würden? Welche Schätze sind damals mit gesunken und lassen sich vielleicht bergen? Was gibt es da alles an Schönem, an Wertvollem, an Kräftigem in Ihnen? Ich spüre aus Ihrer Mail, dieses Wrack hat sich nicht aufgegeben. Was schlummert in diesem Wrack, das wieder leben möchte?

In einem zweiten Schritt könnten wir dann versuchen, das Wrack als Ganzes an die Oberfläche zu holen. Wenn Sie mögen, kommen Sie ans Dock und lassen Sie uns gemeinsam versuchen, dieses Schiff wieder seetüchtig zu machen. Was, meinen Sie, braucht es, bis Sie wieder vergnügt und mit vollen Segeln, als „stolzes Schiff“, das Meer Ihres Lebens bereisen können?

Und natürlich könnte man N.N. auch fragen, weshalb sie sich ausgerechnet mit dieser Metapher beschreibt (Was hat N.N. davon?) und ihr evtl. andere, positivere Bilder (z.B. *eine am Dock liegende, in Ehren alt gewordene Yacht, die aufgrund ihrer großen und erfolgreichen Reisen von vielen besucht und bewundert wird...*) anbieten.

Ein Wort zum Schluss

Es ist deutlich, dass das Teilen eines sprachlichen Horizonts durch den Gebrauch der systematischen Metaphernanalyse in der schriftbasierten Online-Beratung sehr hilfreich ist. Meines Erachtens ist die Arbeit mit Metaphern auch in der videobasierten Online-Beratung und in der ftf-Beratung gewinnbringend, wenn auch noch viel zu wenig gesehen.

Denn auch hier gilt: Wir leben in Metaphern. „Die Metapher erzeugt einen mentalen Raum zwischen Logik und Phantasie, und dort spielen sich zentrale therapeutische Prozesse ab. Metaphern sind die Paradigmen unseres Selbstverständnisses, wer sich immer nur als ‚Opfer‘ oder nur als ‚Versager‘ sieht, muss auch Therapien scheitern lassen.“⁷ Man möchte hinzufügen, dass gerade bei Klient*innen mit negativem Selbstwert/Selbstbild die Arbeit mit Metaphern dazu führen kann, dass das Selbstbild durch das Angebot positiver „magischer Wörter“⁸ und positiver Metaphern erheblich verbessert werden kann.

⁷ Lakoff, Johnson, (2021), S. 9

⁸ Ortheil, S. 56

Verwendete und weiterführende Literatur

- Black Max, Die Metapher, in: Haverkamp Anselm (Hg.), Theorie der Metapher, Darmstadt 1983, S. 55-79
- Davidson Donald, What Metaphors mean, in: Critical Inquiry 5, 1978, S. 31-47
- Junge Matthias (Hg.), Metaphern und Gesellschaft: Die Bedeutung der Orientierung durch Metaphern, Wiesbaden 2011
- Kleinsteuber, Hanns-Josef: Der Information Superhighway: Analyse einer Metapher. In: Kleinsteuber, Hanns-Josef (Hg.): Der „Information Superhighway“. Amerikanische Visionen und Erfahrungen. Opladen 1996, S. 17-47.
- Kruse Jan, Biesel Kay, Schmieder Christian, Metaphernanalyse. Ein rekonstruktiver Ansatz, VS Springer, Wiesbaden 2011
- Lakoff George, Johnson Mark, Metaphors we live by, Chicago 1980
- Lakoff George, Johnson Mark, Leben in Metaphern. Konstruktion und Gebrauch von Sprachbildern, Heidelberg ¹⁰2021
- Lindemann Holger, Die große Metaphern-Schatzkiste, 2 Bände, Göttingen ³2016
- Ohlendorf Vera, Paul Ricoeur: "Die Metapher und das Grundproblem der Hermeneutik" und Donald Davidson: "Was Metaphern bedeuten" - Ein Vergleich zwischen hermeneutischer und semantischer Metapherntheorie, Hausarbeit Uni Leipzig 2005
- Ortheil, Hanns-Josef, Schreiben über mich selbst. Spielformen des autobiografischen Schreibens, Berlin, Duden 2014, Nachdruck 2015
- Rorty, Richard: Kontingenz, Ironie und Solidarität. Frankfurt am Main 2012
- Rorty Richard, Ungewohnte Geräusche. Hesse und Davidson über Metaphern, in: Haverkamp Anselm (Hg.), Die paradoxe Metapher, Frankfurt/M. 1998, S. 107-122
- Schmitt Rudolf, Schröder Julia, Pfaller Larissa, Systematische Metaphernanalyse. Eine Einführung, Wiesbaden 2018