



Leseprobe aus Schmitt und Heidenreich, *Metaphern in Psychotherapie und Beratung*,
ISBN 978-3-621-28569-8

© 2019 Programm PVU Psychologie Verlags Union in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel
<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-621-28569-8>

1 Von lichten Momenten, langen Leitungen und lockeren Schrauben

Üblicherweise werden in einem ersten Kapitel theoretische »Grundlagen« referiert. Wir weichen davon ab. Wir brauchen unsere »Grundlagen« nicht erst zu legen, weil wir in diesen Grundlagen bereits denken – in den kulturell vorgegebenen Metaphern, in denen wir aufgewachsen sind. Dieses erste Kapitel sortiert also die Pflastersteine, auf denen wir laufen, nach ihren Mustern. Diese Muster sind lebensweltlich vorgeprägt, vor-theoretisch vorhanden, um später als (häufig unerkannte) Vorauswahl auch Fühlen und Denken zu steuern. In diesem ersten Kapitel finden Sie daher kaum ein Wort zum Beraten und Therapieren, kein Wort zum »Einsatz« von Metaphern und auch noch nicht zu einem metaphernreflexiven Vorgehen, sondern etwas anderes: Wir beginnen in der Einleitung mit den Metaphern des Psychischen, in denen wir leben und leiden. Es sind die Redewendungen, mit denen wir aufgewachsen sind und die uns so selbstverständlich vorkommen wie dem Fisch das Wasser. Wir wollen das Wasser sichtbar machen, in dem wir gedanklich schwimmen, bevor wir im nächsten Kapitel auf den festen Boden der Metaphertheorie der kognitiven Linguistik treten und überlegen, was das für Beratung und Therapie bedeutet.

1.1 Warum Metaphern?

In der Arbeit mit Menschen in unterschiedlichen Lebenslagen fallen immer wieder Worte auf, die in konzentrierter Form Lebenslagen und ihre Protagonistinnen benennen. Als Beispiel nehmen wir eine Situation aus einer Gesprächsgruppe in einem Gefängnis. In einer Sitzung bemerkte ich (R.S.), dass ein bisheriger Teilnehmer fehlte. Ich erhielt auf meine Frage, ob jemand wüsste, warum er fehle, nach einem kurzen Schweigen die abschätzigste Antwort: Er sei ein »Lampenbauer« gewesen. Alle in dem kahlen Raum hatten verstanden – bis auf mich, den Psychologen: Was ist ein »Lampenbauer«? Es ist, so erfuhr ich später, jemand, der in einem Gefängnis dem Wachpersonal Geheimnisse der Inhaftierten verrät, ihnen sozusagen »ein Licht aufsteckt«, um es mit einer anderen älteren Metapher zu sagen. Der Verdacht, ein Lampenbauer zu sein, reicht aus, um misshandelt zu werden, und auch in diesem Fall hatte die Gefängnisleitung ihren Informanten zu spät in ein anderes Gefängnis verlegt. Das Wort »Lampenbauer« also

- ▶ wirft ein Licht auf den Kosmos der Machtverhältnisse in Gefängnissen,
- ▶ enthält eine Ethik, wie man sich zu verhalten hat,
- ▶ enthält die Beschreibung eines Menschen, noch zu denen zu gehören, die »im Dunkeln stehen« (und von denen schon Brecht im Lied von Mackie Messer singt, dass man sie dort nicht sieht), nun aber ins (öffentliche) Licht wollen,

- greift ein auch uns geläufiges Schema von Dunkel und Hell auf, das wir auf die unterschiedlichsten Verhältnisse metaphorisch übertragen, ob wir nun »dunkle« Vergangenheiten »aufklären« oder resignieren und bei »schwarzen Schafen« tatsächlich nur noch »schwarzsehen«.

Die Untersuchung von Metaphern ist, so legt diese Geschichte nahe, gleichbedeutend mit der Frage nach »natürlichen«, d.h. alltäglichen Klassifikationen, nach individuellen und kollektiven Denkmodellen, nach der Logik der Alltagspsychologie. Mit diesem Buch wollen wir entfalten, was das für Beratung und Therapie heißt.

1.2 Eine Übersicht über die alltäglichen Metaphern des Psychischen

Wie denken wir weit vor jeder Fachlichkeit im Alltag über Psychisches nach? Für die folgende Übersicht über das alltäglich-metaphorische Denken wurden aus möglichst verschiedenen Quellen (Interviews, Alltagsbeobachtungen, Therapiesprachen, Synonymlexika, Zeitungen, wissenschaftliche Veröffentlichungen) metaphorische Formulierungen zum Thema gesammelt. Sie lassen sich in metaphorischen Modellen zusammenfassen. Die oben zitierten Metaphern vom »Lampenbauer« bis zum »schwarzen Schaf« könnten verdichtet werden zu: »Soziale und psychische Integration ist hell, Desintegration dunkel«. Wir nehmen die umgangssprachlichen Benennungen für Krisen und Gefährdungen der Psyche ernst und rekonstruieren von »Ausrasten« bis »Zerrissenheit« die Modelle des Psychischen, die hinter diesen Worten stehen. Es existiert nur eine begrenzte Anzahl sprachlicher Schemata, welche die unzählbaren Möglichkeiten subjektiven krisenhaften Erlebens zu einleuchtenden Mustern bündeln, die gleichzeitig einen Erklärungswert im Sinne einer naiven Psychologie haben. Damit schließen wir an das in der Psychologie selten aufgegriffene Konzept der Alltagspsychologie an. **Alltagspsychologie.** Legewie (2000) hatte unter anderem im Anschluss an Politzer (1978, orig. 1928) eine komplexe Aufgabenstellung für diese Psychologie genannt: Das Ziel der Untersuchungen sei das alltägliche Erleben in seiner Komplexität. Einen besonderen Fokus bilde die Erforschung von Alltagstheorien. Methodisch orientiere sich die Alltagspsychologie an Methoden des Verstehens, die dem alltäglichen Handeln entsprechen (Legewie, 2000). Auch Heider (1958/1977) interessierten die Überlegungen, die Menschen im Alltag benutzen, um Emotionen und Verhalten anderer Menschen vorherzusagen und zu erklären; auch er geht davon aus, dass hinter der Alltagssprache zentrale Konzepte existierten (Heider, 1958). Kelly (1986/1955) hat ähnliche Überlegungen zu einer »Psychologie persönlicher Konstrukte« weiter entwickelt. Es geht in diesen Ansätzen um die uns allen gegebene »naive« oder »intuitive« Psychologie, also um Wissensbestände mit impliziter Argumentationsstruktur. Jüttemann (1992, S. 147) sah darin auch die Möglichkeit einer Neubegründung der Psychologie: »Jede im fachwissenschaftlichen Rahmen mögliche (tatsächliche) Entdeckung hat ihren Ursprung in der vorsprachlichen Alltagspsychologie«. Wir werden diese These hier nicht in ihrem vollen Anspruch verteidigen können, aber wir werden andeuten, dass

die wissenschaftliche Psychologie auf eine versteckte Weise vom alltäglichen Denken profitiert. Vor allem wollen wir zeigen, dass Beratung und Therapie an diese alltäglichen Vorkonzeptualisierungen anschließen müssen, wenn sie ihre Klientinnen und Klienten erreichen wollen.

Unsere unabgeschlossene Sammlung vermerkt über 1.800 gebräuchliche metaphorische Redewendungen zu diesem Thema, die sich in 23 Mustern sortieren lassen, die wir hier vorstellen. Sie sind hier in drei Gruppen gegliedert: (1) Wir gehen von Metaphern der Psyche auf der Basis körperlicher Projektionen aus, diskutieren dann (2) solche Metaphern auf der Grundlage einfacher kultureller Praktiken, bevor wir zu (3) komplexeren Metaphern kommen. Diese Gliederung soll nicht als eine naive Entgegensetzung Natur–Kultur missverstanden werden – wir wissen, dass in den einfachsten Beschreibungen körperlicher Phänomene unsere kulturelle Prägung hineinspielt, und ebenso, dass sich auch abstraktes Denken aus körperlichen Schemata entwickelt hat. Unsere Gliederung ist nicht mehr als eine Schwerpunktsetzung auf einem Kontinuum.

1.2.1 Metaphern der Psyche aus Projektionen des Körpers

Die folgenden metaphorischen Muster des Wegs, des Gleichgewichts, der Höhen und Tiefen, des Lichts und der Temperatur wie das Erleben des Körpers selbst greifen auf einfachste sensorische und Bewegungserfahrungen zurück. Sie werden genutzt als Projektionsflächen für komplexere psychische Phänomene und bilden einen Grundstock der Alltagspsychologie.

Um- und Abwege. Wenn wir unsere Klientinnen und Klienten auf ihrem »Weg« geduldig »begleiten«, sie »da abholen, wo sie stehen«, wie ein »Bergführer« sie bei ihren »Gratwanderungen« vor »Fehlritten« bewahren und sie auch sonst immer wieder ermuntern, »eigene Schritte zu tun« und Veränderungen »in Gang« zu setzen, wenn auch wir privat genügend »Durststrecken« und »Sackgassen« kennen, wenn es auch uns nicht immer gut »geht« – dann scheint der »Lebensweg« doch voller Tücken zu sein.

Psychische Krisen lassen sich folglich dadurch bebildern, dass ein Mensch auf seinem Weg zu schnell ist: Die »Nerven gehen mit ihm durch«, »jemand ist völlig durch den Wind«, ist »fahrig« oder hat einen »Schub«, z. B. eine psychotische Phase. Ein Mensch kann auch zu langsam sein auf seinem Lebensweg: Derjenige ist eventuell »zurückgeblieben« (im kognitiven Sinn) oder »eingeschränkt« in seinen Fähigkeiten, wenn man nicht gar das umgangssprachliche und drastischere »beschränkt« hört. Die Weg-Metapher kann psychische Grenzzustände auch dadurch ausdrücken, dass jemand weder zu schnell noch zu langsam ist, sondern neben diesem Weg existiert: Er ist dann »nicht in der Spur« oder »daneben«, ist vielleicht auch sonst »weggetreten« und »verstiegen«. Scheinbar wissenschaftlicher reden wir von »abweichendem« Verhalten. An diesen Beispielen wird dann deutlich, warum Helfer und Helferinnen davon reden, ihre Klientinnen und Klienten unbedingt »begleiten« zu müssen, wenn diese »nicht weiter kommen«. Das metaphorische Modell hinter diesen Metaphern lässt sich vorläufig so formulieren: »Der Mensch ist Wanderer auf seinem Lebensweg«.

Die Fachsprache nutzt diese Bildlichkeit ebenso: Das »Verzögern, Zurückbleiben« als »Retardierung« ist ein Beispiel für das Verschwinden des Bilds durch Latinisierung; das »Zurückgehen« als »Regression«, das Fortschreiten als »Prozess« und auch die überall zu findende »Aggression« fußen auf dem lat. *cedere, cessi*: gehen. Diese fachsprachlichen Wendungen greifen also ebenso wie die alltäglichen auf die gleichen Bilder zurück. Die oft latinisierten Termini profitieren somit von der Vielfalt und Einprägsamkeit naiver Psychologie. Wie später noch zu zeigen ist, existieren Metaphernfelder für psychische Extremzustände, die nicht in die Fachsprachen aufgenommen wurden, aber als latente Denkmuster noch alltägliches und psychosoziales Handeln beeinflussen.

Die Höhen und Tiefen des Lebens. Wenn wir uns nicht einfach vor und zurück, sondern in der Vertikalen bewegen, entdecken wir ein anderes Bildfeld. Wir sprechen dann davon, dass »jemand abhebt«, er kann dabei »den Boden unter den Füßen verlieren«, wobei er eventuell »im siebten Himmel« oder »high« ist und den »Kopf in den Wolken« hat. Dagegen stehen Zustände in der Tiefe, die oft mit einer herunterdrückenden Last bebildert werden: Wir können »down« sein, wir kennen »Schwermut« und meinen, etwas nur noch »schwer aushalten« zu können, wir sind »bedrückt« oder »gedrückt«, auch »deprimiert« (lat: herunterdrücken, versenken; davon abgeleitet: *depressus*: niedrig gelegen), sind auch »mit den Nerven runter« oder »heruntergekommen«, wir kennen »Niedergeschlagenheit,« »sind am Boden«, sind »belastet« oder gar »überlastet,« und infolgedessen spätabends in einer Kneipe »abgestürzt« und »versumpft«, was ja auch in der (psychischen und sozialen) Tiefe stattfindet. Psychosoziale Hilfen bestehen entsprechend dieser metaphorisch vermittelten Körperlichkeit darin, jemanden »aufzurichten« und von seiner Last zu befreien – also kann »entlasten«, »erleichtern« und »stützen« bzw. »unterstützen« helfen, um Klienten »aufbauen« zu können.

Die Psyche und das Gleichgewicht. Wenn einem bei so viel Bewegung schwindlig wird, wird oft das Bild der Waage für psychische Stabilität gebraucht: »unausgeglichen« oder »ausgeglichen« sein, »das war ein Balance-Akt«, einen »Ausgleich« brauchen. In latinisierten Formen der »Kompensation« oder des »Kompensierens« ist das originale »pensare: abwägen, ausgleichen« (Kluge, 1989, S. 394) zu finden. Es scheint jedoch, dass wir auch hier eine starke körperliche Komponente dieses Bildes vermuten müssen, die mit dem Bild der Waage nur nach außen verlegt wird: Wir kennen das körperliche »Gleichgewicht« seit dem Moment, in dem wir noch unsicher als Kind zum ersten Mal aufrecht standen. Das ist die körperliche Grundlage, um später in übertragenem Sinn dann vom »inneren Gleichgewicht« zu sprechen oder davon, jemanden »aus dem Gleichgewicht zu bringen«, dass ein Gefühl oder eine Situation »umkippen« oder »auf der Kippe« stehen kann. Dieses Bild der Psyche als Gleichgewicht hat wie viele andere einen bipolaren Charakter, und die Alltagspsychologie konstruiert damit eine eindeutige Zuordnung wie Wertung: Psychische Erkrankung oder Krise wird mit Bildern des Ungleichgewichts metaphorisiert, Gesundheit oder psychotherapeutische Arbeit als Suche nach dem »Gleichgewicht«.

Wer ganz offen ist, kann nicht ganz dicht sein. Manches Erleben psychisch Kranker wird in Lehrbüchern beschrieben als »Auflösen der Ich-Grenzen«: »Die Begrenzung des

Ichs gegenüber anderen Personen, ja gegenüber Sachen und abstrakten Begriffen kann sich verwischen ...« (Bleuler, 1975, S. 409), die Grenzen des bewussten Ichs seien soweit zurückgenommen, dass eigene Gedanken als fremde Stimmen erscheinen. Manche fühlen, dass ihnen die Gedanken von anderen Menschen abgezogen werden oder man ihre eigenen lesen kann, oder sie erleben Einflüsse von außen als Vergiftung oder Bestrahlung. Alle diese Beschreibungen nehmen im Normalzustand der Psyche eine Grenze zwischen Innen und Außen an, die Innenwelt und soziales Draußen trennt; der Mensch erscheint als Behälter, der im Krankheitsfall »nicht dicht« ist. Es ist vielleicht das einfachste Schema. Auch die Alltagssprache kennt viele Formulierungen der sogenannten Behälter-Metaphorik: Mancher hat sich »abgekapselt«, ist »völlig zu« und hat »dicht gemacht«, was auf einer höheren Stilebene »verschlossen« heißt; der gegenteilige Zustand besteht im »offen« sein. Spontanes kommt »aus dem Bauch heraus«, Gefühle werden »herausgelassen«. Man kann vor Wut »platzen«, einen »Ausbruch« haben oder »außer sich« sein – freilich grenzen solche Beschreibungen an das unfreiwillige »nicht dicht sein« an, oder auf einer höheren Stilebene formuliert: Hier ist jemand »schlecht abgegrenzt«. Die Fachsprache deutet in den Formulierungen »endogen« und »exogen« sowie »intro-« bzw. »extravertiert« in ihren griechischen bzw. lateinischen Entlehnungen ebenso die Fortdauer des Behälter-Schemas in der Wissenschaft an.

Licht und Schatten. Bereits einleitend war auf die metaphorische Bedeutung von Helligkeit und Dunkelheit mit dem Beispiel des »Lampenbauers« hingewiesen worden. Wir reden von unserem »geistigen Auge«, wenn wir uns etwas vorstellen, und wir sprechen von einer »Sichtweise«. Die unterschiedlichsten sozialen und psychischen Zustände und Einstellungen finden sich in Komposita mit »-sicht«: »Einsicht«, »Nachsicht«, »Rücksicht«, »Vorsicht«, »Aussicht«, »Absicht«, »Zuversicht«, »Umsicht«, »Übersicht«. Diese visuelle Orientierung greift oft eine naheliegende Dichotomie auf: Licht und Schatten. In der natürlichen Logik der Erfahrung sind Erlebnisse des kognitiven Zugewinns als Helligkeit kodiert: »einleuchten«, ein »lichter Moment«; »Vision«, »mir geht ein Licht auf«, ein »heller Kopf« und ein »Geistesblitz«. Aber nicht nur kognitive Vorgänge bedienen sich dieser Metapher und dieses Gegensatzes: Wenn jemand »strahlt« oder sich »verfinstert«, wenn eine Stimmung sich »aufhellt« oder sich »verdüstert«, bezeichnen diese Metaphern immer auch die emotionale Seite der Person. Folglich ist es dann »einleuchtend«, dass der Gegensatz zum emotionalen und kognitiven Gelingen im falschen Sehen vermutet wird: »Einbildung«, »durch eine rosarote Brille sehen«, »Projektion«, »Verblendung«, »uneinsichtig«, »jemand auf dem Kieker haben« oder »blind vor Liebe sein«. Ähnlich bieten Dunkelheit und Schatten ein Bild für unerwünschte Zustände: »umnachtet« sein, »umnebelt«, »Bewusstseinstrübung«, »Trübsinn«, »trübe Gedanken«, »betrübt«; »hat einen »Black-out«; Y »sieht schwarz«, und Z »hat doch einen Schatten«. Als Fachleute müssen wir in komplementärer Weise manche Situation »klären«, »transparent« machen und »aufdecken«.

Heiße und kühle Köpfe. Lakoff (1987) zeigt in einer imponierend breit angelegten Fallstudie zu »Wut« im Englischen, dass diese Emotion sehr oft mit Hitze in Verbindung gebracht wird. Auch im Deutschen lassen sich dafür und für den hier interessierenden

Bereich extremer psychischer Zustände viele Beispiele finden. Wenn jemand »zu heiß gebadet« worden oder »hirnverbrannt« ist, einen (Sonnen-)»Stich« hat oder »vor Wut kocht«, wenn er beschimpft wird: »der hat doch 'nen Föhn!«, wenn es in ihm »brodelt«, wenn wir jemandem »Feuer«, »Fieber« oder »Glut« attestieren, dann sind wir uns einig, dass es sich dabei um einen hohen psychischen Aktivierungszustand handelt, der in Einzelfällen (»zu heiß gebadet«) offenbar überdosiert war.

Aber auch das entgegengesetzte Ende der Temperaturskala ist mehrdeutig: Einen »kühlen Kopf« bewahren zu können, wird durchaus als angenehm empfunden, während »kaltes« Lächeln, »eisige« Reaktionen und »kühle« Begrüßungen unangenehm wirken – man bekommt dann »kalte Füße« und zieht sich eventuell zurück. Im psychosozialen Bereich ist natürlich der »Burnout« bzw. die Verdeutschung »ich bin völlig ausgebrannt« als Synonym der emotionalen Verausgabung üblich. Trotz dieser Verwendung finden sich keine Beispiele für die Hitze-Metaphorik als psychosozial-professioneller Praktik; es handelt sich hier um eine Bildwelt, die ausschließlich in der Umgangssprache Interaktionen beschreibt und leitet. Allerdings spielt die Temperaturmetaphorik auch in der Geschichte psychiatrischer Be- und Misshandlungsmittel eine Rolle (Dörner, 1984, S. 83, S. 124; Bleuler, 1975, S. 189): Hier wurde die Metaphorik als wörtliche Wahrheit verstanden und die »erhitzten« Gemüter mit kalten Bädern und Untertauchungen »behandelt«.

Der Leib als Bild der Seele. So wenig konkret psychische Extremzustände zu fassen sind, so sehr benötigen sie Bilder aus anderen Bereichen. Schon die eben diskutierte Metaphorik – »Psychische Krisen sind Überhitzungen« – greift auf körperliche Erfahrungen zurück. So liegt es auch nahe, psychische Extreme als organische Erkrankungen zu metaphorisieren. Diese Metaphorik hat eine deutliche institutionelle Ausprägung erfahren: So hat Dörner (1984) darauf hingewiesen, dass die Integration der »Irren« analog zu den körperlich Kranken als »Geisteskranke« in die Medizin ein, historisch gesehen, junges Ereignis ist. Neben dieser institutionell konstitutiven Metaphorik von der »Geisteskrankheit« existiert jedoch eine Vielzahl umgangssprachlicher Metaphern, in denen solche Krisen als Körperkrankheiten gedeutet werden.

Da ist zunächst das Bild: Psychische Krankheit ist eine oft durch einen Schlag herbeigeführte Beschädigung des Körpers, meistens des Kopfs: »hirnamputiert«, »Hirnis«, »hirnrissig«, »einen Hau / Klopfer / Schlag haben«, »behämmert«, »einen Schuss / Lattenschuss / Knall« haben, in der »Klappmühle« sein, »Tollpatsch (Duden: patsch: klatschender Schlag), »betroffen« sein, das »trifft ihn hart«, »angeschlagen« oder schon »zerschlagen« sein, das hat ihn »umgehauen«.

Aber auch die anderen Körperteile können in metaphorischer Absicht gebraucht werden. Die Haut als größtes Sinnesorgan finden wir in Formulierungen wie »das ist ein wunder Punkt«, »das gibt mir einen Stich«, »das verletzt ihn«, »dünnhäutig sein«, »das juckt mich nicht«. »Vulnerabilität« transportiert die fachsprachliche Variante dieser Metaphorik. Allgemeinere Beschreibungen physischer Zustände des Leibs werden umstandslos für die Psyche genommen: »Kränkung«, »stark sein«, »verkräften«, intellektuell »schwach« sein, »Schwachsinn«, es »wurmt« mich, »Laus über die Leber gelaufen«, jemandem »auf den Zahn fühlen«, »der tötet mir den letzten Nerv«. Auch

das Herz dient als Bildquelle für zugespitztes Erleben: »beherzt« sein, ein »weiches« oder »steinernes Herz« haben.

Medizinische Latinismen und Gräzismen transportieren ebenso oft körperliche Bilder in das Seelische: Das lateinische »debil« bedeutet: kraftlos; die »Hysterie« bezog sich auf einen phantasierten körperlichen Zusammenhang mit der Gebärmutter (griech.: hystera); die »Melancholie« verdankt sich humoralpathologischen Vorstellungen der Körpersäfte (griech.: melas: schwarz; cholos: Galle), und »Trauma« (griech.) ist die körperliche »Verletzung«.

Vom Wachsen und Welken, von Mensch und Tier. Wir finden im Bereich der Projektionen einfacher Naturerfahrungen Bilder, die eine größere Unabhängigkeit des also Beschriebenen, aber auch Unbeeinflussbarkeit implizieren: Wenn wir jemanden als »unreif« oder »grün« (insbesondere »hinter den Ohren«) bezeichnen, meinen wir, dass derjenige sein psychisches »Wachstum« noch vor sich hat; vor allem humanistische Therapien nutzen diese organische Metaphorik. Vertrauen »wächst«, wir bedauern, dass jemand keine »Wurzeln« hat, Kinder »gedeihen«. Diese pflanzliche Metaphorik ist für die Beschreibung psychischer Extremzustände nicht sehr ergiebig; anders verhält es sich, wenn wir uns den Tieren als Teil der Natur zuwenden. Unter ihnen sind die Vögel besonders prädestiniert, unübliche psychische Verfassungen zu dokumentieren: »Der hat doch eine Meise!« oder ein »Spatzenhirn«, »bei dem piept es«, das ist ein »komischer Kauz«, ein »schräger Vogel« oder ein »verrücktes Huhn«. Mit diesen Redewendungen sind in unserem Kulturkreis keine therapeutischen Praktiken verbunden wie z. B. das »Begleiten« von »verirrten« Menschen in der Weg-Metaphorik. Eine andere Erfahrung machte der Chefarzt einer psychiatrischen Abteilung, der nach der Rückführung eines an einer Psychose erkrankten Menschen in seine afrikanische Heimat dort den Kontakt zu einheimischen Heilern suchte (pers. Mitteilung Bernd-Michael Becker). Er fand auf dem Hof eines Heilers einen für seine europäischen Begriffe kataton wirkenden Menschen, dem der Professionelle ein Huhn auf den Kopf gesetzt hatte; nach dessen Überzeugung würde das Huhn weg fliegen, wenn der böse Geist in das Huhn übergegangen sei. Die Metapher vom Vogel als Träger psychischer Erkrankung ist hier also, anders als in unserem Sprachgebrauch, nicht mit ausgrenzend-entwertenden Ritualen des Vogel-Zeigens, sondern mit helfenden Praktiken verbunden.

Übrig bleibt ein weites Feld von Tieren, das zur Bezeichnung vielfältiger psychischer Eigenschaften dient: »Schlange« und »Drache«, »Rindvieh« und »Affe«, »Schaf« und »Kamel«, »Ziege«, »Schmetterlinge im Bauch«, »einen Floh im Ohr«, von einer »Tarantel gestochen«, »Krokodilstränen«, jemanden »zur Schnecke machen«, aber auch »seine Fühler ausstrecken« und noch viele mehr. Das Verstehen der psychisch Kranken als wilde Tiere wie ihre Zurschaustellung bezeichnet eine Epoche der Vor-Psychiatrie, in der diese Metaphorik als dingliche Wahrheit begriffen wurde (Dörner, 1984).

Von Mondsüchtigen, windigen Typen und sonnigen Gemütern. Im Wetter und in anderen körperlich direkt erlebbaren Abläufen der Natur finden wir eine metaphorische Projektionsfläche, die als naturgegebenes und von außen nicht beeinflussbares Modell eine große Selbständigkeit und Andersheit des Fremdpsychischen hervorhebt. Jemand

ist »stürmisch«, ein »windiger Typ«, oder gar »durch den Wind«, die Laune ist jemandem »verhagelt« worden: Bei diesen eher unattraktiven Zuständen oder Eigenschaften der Psyche lässt sich kaum eine Intervention denken, ebenso wenig in den Formulierungen, sie habe ein »sonniges Gemüt«. Die aktivste Redewendung, jemand würde »versuchen, gut Wetter zu machen« hat den Makel der möglichen Vergeblichkeit. Angesichts des dominierenden Wetters bleibt als freier Akt der Selbstbestimmung nur die resignative Strategie, »sein Mäntelchen nach dem Wind« zu hängen.

Das Wetter als alleinigen Quellbereich dieser Metaphorik zu begreifen, scheint jedoch etwas eng; es ist sinnvoller, andere Vorgänge der äußeren Natur miteinzubeziehen. Wir finden sie in Formulierungen wie »im zweiten Frühling sein«, dem »Herbst des Lebens« oder dem »Lebensabend«: Der Wechsel der Jahreszeiten und der Tag-Nacht-Rhythmus fügen sich in die Unbeeinflussbarkeit des Natürlichen ein. »Mondsucht« war nicht nur eine Paraphrase des Schlafwandeln, sondern des Irreseins überhaupt; in England hießen die psychisch Kranken »lunatics«, die Behandlungsstätten »lunatic asylums« (Dörner, 1984, S. 27). – Die Metaphern dieser äußeren Naturkräfte lassen sich, so hat es Rauchfleisch (1982) belegt, in der therapeutischen Kommunikation gerade auch mit schwierigen Klienten nutzen, um für die Heftigkeit der Affekte dennoch Wort und Bild in der Sprache zu finden.

1.2.2 Einfache kulturelle Praktiken als Bildquelle

Ein wenig komplexer sind die folgenden metaphorischen Projektionen, die darum auch stärker kulturspezifische Einflüsse zeigen. Die Metaphorik von Band und Faden sucht Verbindungen, die von Kampf und Krieg das Gegenteil. Einfache geometrische Muster (»er ist kleinkariert«) taugen zur Bebilderung der Psyche ebenso wie einige Beschreibungen des Besitzes (»... hat nicht alle Tassen im Schrank«). Zuletzt beschreiben wir die Besessenheit als metaphorisches Modell.

Hirn-Gespinnste. Beginnen wir mit den Metaphern, die wir im offiziellen beruflichen Kontakt *nicht* verwenden: Wir reden nicht davon, das Kollege oder Klient XY ein »Spinner« ist, sich von seinen Eltern nie »abgenabelt« hat, aber sowieso schon immer einen »Webfehler« hatte. Äußerst ärgerlich, dass er sich auch noch bei den kleinsten Anlässen »aufspult«; klarer Fall von »schief gewickelt«. Nein, das sagen wir nicht. Wir bedauern jedoch, dass wir uns immer wieder in einer »Verstrickung« mit ihm finden, wir sehen auch, dass er noch in einer »Abhängigkeit« von seiner Mutter lebt, und wir hoffen, dass er sich in seinem sozialen Kontext besser »einbinden« und »vernetzen« kann als bisher.

Schauen wir uns die Bilder genauer an, sieht man Gemeinsamkeiten. Sowohl »Spinner« wie »Verstrickung« gehören zur gleichen Metapher, haben das gleiche Bild im Hintergrund: Der Mensch in seiner psychosozialen Komplexität erscheint da als Faden, der »schief gewickelt« sein kann, der sich manchmal sogar von selbst unkontrollierbar »aufspult«, sich »entwickelt« oder »verwickelt«. Diese Worte weisen unseren Emotionen, Gedanken und Interaktionen bestimmte Bahnen zu. Diese Metaphorik entwirft einen kognitiven Raum, in der zu nahe Bindungen als »Verstrickung« oder

»Abhängigkeit« figurieren. Das Gegenteil wird als »fehlende Einbindung« benennbar, dann müssen eben Kontakte »geknüpft« werden.

Die Psyche und der Krieg. Zu den einfachen und zugleich kräftigen Bildern des alltäglichen Funktionierens gehören Kampf und Krieg. Untersuchen wir die Verwendung dieser Metaphorik zur Beschreibung der Psyche, so finden wir alle Existenzweisen des Kriegers: »Kämpfer«, »Gewinner« und »Verlierer«; wir sind manchmal »gepanzert« – Anna Freud sprach von »Abwehrmechanismen«, um bestimmte Bewältigungsmuster psychischer Konflikte zu beschreiben (Freud, 2006). Manche haben mit Sorgen oder Ängsten zu »kämpfen«: Diese Metaphorik konzipiert negative Gefühle als etwas, das von außen kommt; sind sie ins Innere gelangt, so hat man »mit sich zu ringen«. Die Grenzen zwischen Innen und Außen, Individuum und Gruppe sind wie alle Grenzen im Krieg Orte gewaltsamer Auseinandersetzung. Das Bild der Psyche in der sozialen Interaktion hat in dieser Metapher die weite Spanne von »etwas heimlich im Schild führen« bis zum Kämpfen »mit offenem Visier«, vom »geladen sein« bis zum »Rohrkriecher« und »Fehlzünder«, von der »angegriffenen« Gesundheit bis zum sozialen »Rückzug«. So wundert es auch nicht, wenn eine Überraschung, welche die Grenzen des Erwartbaren übersteigt, im Licht dieser Metapher »einschlägt wie eine Bombe« und »Betroffenheit« oder »Getroffenheit« zurücklässt.

Psyche und Geometrie. Gleichermaßen abstrakt und doch visuell prägnant sind geometrische Muster, auch in ihrer Übertragung auf die Seele. Wenn ein an einer Manie erkrankter Mensch »über dem Strich« ist, wenn jemand »kariert« redet, ein Dritter »nichts auf die Reihe bekommt«, ein psychisch Kranker einen geschützten »Rahmen« braucht, weil er »strukturlos« ist, dann lässt sich das zugrundeliegende Modell so rekonstruieren: Abweichungen von der »guten« geometrischen Gestalt zeigen Krisen an. Darüber hinaus deutet sich ein Gesundheitsideal von »mittlerer Strukturdichte« der Psyche in den Formulierungen an: Wenn jemand »kleinkariert« ist, nötigt er sich und anderen zu viel Struktur auf, ist jemand »einfach strukturiert«, zeigt sich dies als Gegenpol, als zu niedrige Strukturdichte.

Ein armer Irrer. In einem Kulturkreis, in dem Sein und Haben auf eine tiefe Weise verbunden sind, wundert es nicht, wenn geistige Gesundheit als kostbarer Besitz und Erkrankung als Abwesenheit von materiellen Ressourcen bebildert werden. In letzterem Fall hat man »nicht mehr alle Tassen im Schrank«, ist »von allen guten Geistern verlassen«, hat »nicht mehr alle (Sinne) beisammen« oder den Kopf, den Verstand und vielleicht noch die Nerven »verloren«: Immer fehlt etwas. Wenn jemand »kopflös« ist, zeigt dies eine empfindliche Verminderung der sonst serienmäßigen Ausstattung an; eine andere Reduzierung psychischer Wohlhabenheit trifft den, der stöhnt, dass X ihm den letzten Nerv »raubt«. Auch die ökonomische Auffassung, dies und das habe wieder »Nerven gekostet«, entspringt dem genannten Bild: Psychische Zustände unangenehmer Natur figurieren als Abwesenheit oder Verlust von Besitz. Das Suffix »-los« in »sprachlos«, »geistlos«, »emotionslos«, »humorlos«, »hoffnungslos« und »schamlos« erzeugt das gleiche Bild des Mangels psychischer Substanz.

Diese Metaphorik funktioniert über eine Verdinglichung: Psychische Qualitäten sind etwas Materielles, das man unter anderem auch »besitzen« kann. Auch Adjektive,

die physikalische Qualitäten beschreiben, können zugleich psychische bebildern. Der Mensch kann »hart« oder »weich«, »grob« oder »fein« sein, sich »dünn« oder »breit« machen, einen »festen« Charakter oder ein »steinernes Herz« haben, vor Rührung »zerfließen« und gleichzeitig ein »trockener« Alkoholiker sein, »spitz« auf etwas sein oder »stumpf« vor sich hin leben. Entsprechend dieser Bildlichkeit spiegelt sich die kranke Seele in der Beschädigung des Materials: Seine Gesundheit ist »angeknackt«, man kann am Schicksal »zerbrechen« und »gebrochen« wirken, vielleicht einfach nur »geknickt sein«, was umso gefährlicher scheint, wenn man ein »fragiles« Ich hat. Wir kennen Zustände, wenn wir »gespalten« sind, uns nicht entscheiden können und wissen auch um die Gefahren der »Schizophrenie«: ein Graezismus für das »gespaltene« Bewusstsein – eine Missdeutung, die Bleuler schon befürchtete, als er den Terminus vorschlug (Holzinger et al., 1998).

Krise als Besessenheit. Die Metaphorik, psychische Erkrankung als Besessenheit zu interpretieren, scheint uns historisch und kulturell sehr fern. Diesem ersten Eindruck widersprechen Metaphern, die noch gebräuchlich sind: »Was ist denn in den Gefahren?« Das klingt neutral – aber beantworten wir die rhetorische Frage, kommen nur Formulierungen wie »der Teufel« oder »ein böser Geist« in Frage. Natürlich ist das dann ein Zustand, in dem man »von allen guten Geistern verlassen« sein muss: sozusagen ein Wohnungswechsel der imaginären Besucher. Wir reden davon, dass »sein guter Geist« ihn vor einem Unfall bewahrt habe; Ideen und Meinungen, die wir für weniger zutreffend halten, »geistern« durch das Land. Als gebe es ein Tabu für das Aussprechen, glauben wir nur noch von Dingen oder Situationen, sie seien »verhext«; selten trifft man noch den »bösen Blick« an, der sich meistens in ein »jemanden auf dem Kieker haben« verwandelt hat.

Ebenso diffus ist die Andeutung, »mich überkommt etwas«. Diese Tilgung des handelnden bösen Geistes aus der Sprache und dem Denken scheint vollkommen und erlaubt es uns, die Worte »besprechen« und »Besprechung« neutral zu erleben – dabei waren es Hexen und Zauberer, die Warzen, Amulette und andere Symbole »besprochen« haben. Die universelle Kultur der »Besprechung« von »Problemen« in allen Sparten und Disziplinen partizipiert offenbar an der magischen Wirkung des Rituals der »Besprechung« und ermächtigt uns zu Hexen(meistern).

Für die Praxis der psychiatrischen Versorgung ist relevant ist, dass für große Teile des Islam, aber auch in christlichen Freikirchen ebenso wie den orthodoxeren Zirkeln der beiden großen Konfessionen psychische Erkrankungen von Mitgliedern nach wie vor als Besessenheit interpretiert werden. Die christliche Glossolalie-(Zungenreden-) Bewegung, in der Metaphern der Besessenheit ebenfalls als reale, körperliche Erscheinungen verdinglicht werden, beschreibt bereits Csordas (1990).

1.2.3 Komplexe kulturelle Praktiken als Muster der Psyche

In diesem Abschnitt findet sich das Repertoire kultureller Errungenschaften der westlichen Moderne: die Technik und ein technisches Kommunikationsmodell, aber auch

die Theaterbühne, Kleidung und Schule. Schuld ist ein eigenständiges Modell psychischer Erfahrung, ebenso wie der Hausbau und die Gesellschaft als solche.

Die lockere Schraube und der Psychoklempner. Die Auseinandersetzung des Menschen mit der Umwelt ist seit den ersten Faustkeilen nicht mehr ohne Werkzeug zu denken. So ist zu erwarten, dass die handwerklichen Traditionen der Antike und des Mittelalters wie auch die Erfahrungen der industriellen Revolution und der Automatisierung sich in Bildern der Arbeit und des Werkzeugs ablagern, denen eine übertragene, metaphorische Bedeutung zur Beschreibung körperlicher wie seelischer Zustände zukommt. Natürlich sind die hier gesuchten psychischen Extremzustände in Bildern von beschädigten Werkzeugen oder Maschinen zu finden: Bei Herrn X »rappelt es doch!«, Herr Y »dreht durch« und Frau Z »kommt morgens nicht auf Touren«. Die Uhr als abendländisches Sinnbild eines komplexen Mechanismus liefert viele Bilder dysfunktionaler Maschinerie: »einen Tick haben«, »bei dem tickt es nicht richtig«, »ausrasten«, »ausklinken«, der hat »ne Sperre« und ist »blockiert«, sie ist »verklemmt«, ein »Rädchen im Getriebe« sein.

Das alte Handwerk der »Prägung« von Münzen gibt fach- wie alltagssprachlich ein Muster vor, den Einfluss der Umwelt auf uns eindimensional zu denken. Unsere liebsten Maschinen, die Fortbewegungsmaschinen wie Auto, Flugzeug und Eisenbahn, induzieren weitere passende Bilder: A hat ein »Rad ab«, bei B ist die »Luft raus«, C »hat doch 'ne Panne!«, D ist »fertig auf der Bereifung« – das Alphabet ließe sich durchdeklinieren.

Eine andere, seit mehr als zweihundert Jahren bekannte Technologie hat ihren Einzug in den Bildersaal der Psyche ebenfalls gehalten: die Elektroenergie. Während die Formulierung: »ich war elektrisiert« noch einen hellwachen Zustand anzeigt, ist jemand mit einem »Kurzschluss« dem Übermaß dieser Energie zum Opfer gefallen, ähnlich dem, welchem »eine Sicherung durchgebrannt« ist. Die Unsichtbarkeit der Elektroenergie hat schon ab 1760 dazu eingeladen, sich der ebenso unsichtbaren Psyche durch Elektrisieren zu nähern (Dörner, 1984).

Fast überflüssig zu sagen, dass wir technische Bilder auch im wissenschaftlichen Bereich für Psyche und Soziales nutzen. Wir reden von »Bedarfssteuerung« und psychischen »Mechanismen« und forschen über »Funktionen« des Verhaltens, reden von depressiver »Verarbeitung« und der »Regulation« von Gefühlen.

Lange Leitungen und direkte Drähte. Die Röhren-Metapher ist eine komplexe, aus mehreren einzelnen Bildern zusammengesetzte Metapher. Indem sie Kommunikation beschreibt, weist sie den Beteiligten Haltungen und psychische Qualitäten zu, die es rechtfertigen, sie in diesem Kontext vorzustellen. Sie besteht aus den folgenden Teilen:

- ▶ Gedanken, Gefühle, Bedeutungen sind gegenständliche Objekte.
- ▶ Sprecher und Hörer sind Behälter für diese Gedanken und Gefühle; sprachliche Ausdrücke (Texte, Wörter, Sätze, Bücher) sind ebenfalls Behälter für Gedanken-, Gefühls-, Bedeutungsobjekte.
- ▶ Kommunikation ist das Versenden dieser Behälter.

Dieses Konzept charakterisiert psychische Zustände: »sie bringt kein Wort heraus«, »lässt nichts raus«, »spricht es aus«; etwas »entfährt« jemandem, »rutscht ihm heraus«; »er macht nur leere Worte«, »hat nur hohle Phrasen«; sie »hört etwas heraus« oder »legt etwas hinein, was nicht drin ist«; »ich habe einen Draht zu ihm« und er »hat eine lange Leitung«. Der Wert dieser Metaphorik besteht darin, dass sie Krisen kaum auf die psychische und individuelle Ebene reduziert, sondern sie als Interaktionsproblem bestehen lässt. Diese Metaphorik hat dennoch einen »toten Winkel«: Der Hörer ist in dieser Bildlichkeit nur Empfänger, er entnimmt den Worten nur, was drin ist. Wer das nicht kann, ist »nicht aufnahmefähig« oder hat sich »dicht gemacht«. Diese Metaphorik des Sender-Empfänger-Modells unterschlägt die interpretierende Leistung des Hörers.

Psycho-Hygiene. Norbert Elias (1969) und andere haben den Prozess der Zivilisation auch als Verdrängung des Schmutzes in realem Sinn z. B. in der Körperpflege beschrieben. Die Ausgrenzung gesellschaftlich problematischer Verhaltensweisen und ihre sprachliche wie räumliche Ausgrenzung als »Schmutz« lässt sich auch in der Bildlichkeit der Psyche nachzeichnen: Formulierungen wie »der ist doch nicht mehr ganz sauber im Kopf«, »schmutzige Phantasien haben«, »unreine Gedanken« und »keine weiße Weste haben« zeigen, dass metaphorischer Schmutz psychische, moralische und bürgerliche Qualitäten gleichermaßen bebildert. Die (manchmal ironische) Aufforderung »Bleib sauber!«, die beruhigende Floskel »mit sich im reinen sein« und ältere Formulierungen von der »reinen Jungfer« und ihrer »unbefleckten« Empfängnis zeigen die breite Palette des sprachlichen Waschzwangs. Die Formulierung »Psychohygiene« macht seelische Gesundheit zur Pflicht wie das Zähneputzen. Ähnlich wird therapeutische Arbeit von Psychotherapie-Klientinnen und -Klienten oft als Reinigung erwartet, ähnlich der Buße. Die Metaphern der Sauberkeit und des Behälters (s.o.) überschneiden sich dabei im Modell der Katharsis: Die Psyche kann in dieser Bildlogik durch das »Rauslassen« der »schmutzigen« Gedanken gereinigt werden.

Auf der Bühne des Lebens. Eine spezifischere Metapher als die Körpermetapher für psychische Ausnahmezustände ist das Schauspiel: Jemand »spielt verrückt« oder »macht ein Theater« und »braucht eine Bühne«. Ein sicheres »Auftreten« wird noch angenehm erlebt, während Erlebnisse, dass B wieder »einen Auftritt gehabt« und »eine Show abgezogen« hat, uns zu sehr distanzierten Zuschauern machen können. Überhaupt finden wir, dass X »eine Rolle spielt«, die nicht zu ihm passt; Y »spielt« mit Z »ein übles Spiel«. T »bekam eine Rolle übergestülpt« oder hat »die Rolle übernommen«, irgendetwas zu tun, ist jedoch »Marionette« von X; er sollte »sich die Idee abschminken«, dabei etwas erreichen zu wollen. – Aber auch hier findet sich innerhalb der gleichen Metaphorik die heilende Kur: Nicht nur Moreno im Psychodrama, auch Perls (2002) hat in der von ihm begründeten Gestalttherapie dem Schauspielen psychotherapeutischen Wert zuerkannt; allerdings sind diese Gedanken in der psychiatrischen Behandlung spätestens seit Pinel um 1800 bekannt und praktiziert (Dörner, 1984).

Kleider machen Leute. Blumenberg (1960) hat in seinem Essay über die Metaphern der Philosophiegeschichte darauf hingewiesen, dass zur Beschreibung einer Wahrheit seit der Aufklärung Unverhülltheit als Bild gebraucht wurde: die »nackte Wahrheit«. Ähn-