

Thomas Oberlechner

# Metaphern in der Psychotherapie

**Zusammenfassung:** Dieser Artikel diskutiert die Wichtigkeit von Metaphern in der Personzentrierten Therapie. Die Bedeutung von Metaphern für menschliches Erleben wird in so komplexen Organisationen wie Finanzmärkten deutlich, deren Abstraktion erst durch Metaphern begreifbar wird. In der Psychotherapie symbolisieren Klienten und Therapeuten schwer zu beschreibende Gefühle und Erfahrung durch Metaphern. Der Artikel beschreibt metaphernrelevante Therapieaspekte (zum Beispiel Selbst, Beziehung und Veränderung) und wichtige Funktionen von Metaphern in der Therapie (zum Beispiel Beziehungsaufbau und Symbolisierung von Emotionen). Metaphern hängen mit Therapieverlauf und Therapieerfolg ebenso zusammen wie mit dem zentralen personzentrierten Konzept der Empathie. Darüber hinaus reflektieren Metaphern Vorstellungen über Therapie und das Selbst. Ein personzentrierter Zugang zur Metapher ist auf die persönlichen Bedeutungen und Erfahrungen in den Metaphern der Klienten ausgerichtet.

**Schlüsselwörter:** Psychotherapie, Personzentrierte Therapie, Metapher

**Abstract: Metaphers in psychotherapy.** This article discusses the importance of metaphors in Person-Centred Therapy. The meaning of metaphors for human experience becomes evident in such complex organizations as financial markets, whose abstraction becomes tangible only through metaphors. In psychotherapy, clients and therapists symbolize hard-to-describe feelings and experience through metaphors. The article describes metaphorically relevant aspects of therapy (for example, self, relationship, and change) and important functions of metaphors in therapy (for example, relationship building and the symbolization of emotions). Metaphors are connected to the course and success of therapy as well as to the core person-centered concept of empathy. Furthermore, metaphors reflect concepts about therapy and the self. A person-centred approach to metaphor is directed at the personal meanings and experiences in the clients' metaphors.

**Keywords:** Psychotherapy, Person-Centered Therapy, Metaphor

## Einleitung

Was liegt weiter entfernt von der Personzentrierten Psychotherapie als Finanzmärkte, wo Anteile an Unternehmen oder Devisen gehandelt werden? Auf der einen Seite geht es um die höchstpersönliche Lebenserfahrung des Menschen, auf der anderen um kollektive und abstrakte Settings, mit denen sich Ökonomen beschäftigen, weit weg von unserer Alltagserfahrung. Dieser Artikel baut eine Brücke zwischen diesen scheinbar so verschiedenen Bereichen und vermittelt dabei die Bedeutung von Metaphern für so umfassende Organisationen wie Finanzmärkte, für die Psychotherapie und für das Selbst.

Für Aristoteles ist es „die bei weitem größte Sache, ein Meister der Metapher zu sein“ (Poetik). Was aber sind Metaphern eigentlich? Metaphern schaffen eine Ähnlichkeit zwischen zwei Dingen, die eigentlich verschieden sind. Das Wort „Metapher“ kommt aus dem Griechischen. *Meta* bedeutet dabei „über“ oder „darüber“ und

ist uns aus Begriffen wie Metakommunikation oder Metaphysik bekannt. *Pherein* bedeutet „tragen“ oder „übertragen“. Metaphern übertragen also, sie übertragen Bedeutungen von einem Gegenstand auf einen anderen. Wenn Shakespeares Romeo sagt: „Julia ist die Sonne“, dann weist er auf eine Gemeinsamkeit zwischen Julia und der Sonne hin (Kopp, 1998), zumindest was einige Aspekte Julias und der Sonne betrifft. Metaphern erlauben also „einer Sache einen Namen oder eine Beschreibung zu geben, der (...) zu etwas anderem gehört, aufgrund einer Ähnlichkeit zwischen den beiden“ (Leary, 1990, S. 4).

Der Brückenbau, im Zuge dessen Metaphern Bedeutungen zwischen ungleichen Dingen übertragen, schafft eine Verbindung zwischen zunächst ganz verschiedenen Erfahrungen und Erlebniswelten. Die Möglichkeit einer solchen Verbindung ist in der Psychotherapie von größter Bedeutung. Sie spielt aber auch in ganz anderen Bereichen menschlichen Handelns und Erlebens eine zentrale Rolle.

## Metaphern und Entscheidungen in Finanzmärkten

In meiner wissenschaftlichen Forschung beschäftige ich mich immer wieder mit der Frage, wie Menschen eigentlich Entscheidungen treffen. Ein wichtiger Anwendungsbereich für diese Fragestellung sind Finanzmärkte, weil hier, nach Ansicht vieler Ökonomen, Entscheidungen *rational* getroffen werden (Oberlechner, 2004). In effizienten Märkten bilden die aus solchen Entscheidungen resultierenden Preise, wie zum Beispiel die Wechselkurse im Devisenmarkt, ein objektives Spiegelbild der relevanten wirtschaftlichen Informationen.

Meine Zweifel an diesen Annahmen haben mich in die Handelsräume der führenden Banken der Welt geführt. Ich habe dort mit Devisenhändlern über ihre Erfahrung gesprochen und darüber, wie sie ihre Kaufs- und Verkaufsentscheidungen treffen. Dabei habe ich eine überraschende Beobachtung gemacht: die Schilderungen der Händler sind voller Metaphern (Oberlechner, Sluneko, & Kronberger, 2004). Finanzmärkte selbst sind nämlich abstrakt und letztlich unfassbar. Niemand weiß zum Beispiel, was der Devisenmarkt „wirklich“ ist. Um das Abstrakte des Marktes greifbar zu machen, um die eigene Rolle im Markt zu verstehen und um aktiv im Markt tätig zu werden, verwenden die Händler Metaphern.

Ein Beispiel für eine solche Metapher ist: der Markt ist ein Krieg. Diese Metapher zeigt sich in vielen Aussagen von Händlern, die nicht etwa über den Krieg im Irak sprechen, sondern über ihre tägliche berufliche Erfahrung im Devisenmarkt. Ein Händler erinnert sich: „Ich habe dort Mark/Franken gehandelt, und wir waren, das kann ich sagen, einige Jahre lang waren wir die Nummer eins in der Welt und wir haben Menschen umgebracht. Wir haben wirklich Menschen umgebracht, indem wir sie verängstigt haben.“ Ein anderer Händler beschreibt seine Tätigkeit: „[Es ist] kein Spiel, du gehst hinaus, um zu töten. Spielen ist Unterhaltung für mich (...) Aber [Spielen] ist nicht wie Krieg, du gehst nicht hinaus, um zu töten. Es ist brutaler, es ist mißbräuchlicher als ein Spiel. In den Handelsräumen werden die Menschen brutal.“

Diese Metaphern des Marktes stellen dabei nicht nur eine Art sprachliche Ausschmückung dar, sondern sie sind organisierende Prinzipien, welche die Erfahrung der Händler strukturieren (Shimko, 1994). Wenn der Markt ein Krieg ist, dann ist es zum Beispiel ganz natürlich, „eine Schlacht zwischen den Verkäufern und Käufern“ zu beobachten oder mit Nachrichten „bombardiert“ zu werden. Darüber hinaus steuern diese Metaphern auch das Verhalten der Händler: In einem Markt als Krieg verhalten sich die Teilnehmer anders als im Markt als Maschine oder im Markt als Lebewesen. So hat der Markt als Lebewesen etwa „einen angeborenen Zweifel über die Geldpolitik“, es können Faktoren auftreten, „welche den Markt nervös machen“, oder der Markt kann gänzlich „verrückt werden“. Hier wird der Markt als lebendiger Organismus wahrgenommen, der seinen eigenen Regeln folgt. Der Markt als Lebewesen

denkt selbstständig, interpretiert Umweltereignisse subjektiv und reagiert emotional darauf. Um sein Verhalten vorherzusagen, muss man seine Gedanken lesen. Als Lebewesen tritt der Markt häufig in einer von zwei Erscheinungsformen auf, nämlich als Bestie oder als Geliebte. Als Bestie ist der Markt gewaltig und immer hungrig. So wie ein Drachentöter müssen die Händler dieses gefährliche Tier bekämpfen und mit ihm fertig werden. Beispiele für den Markt als Bestie finden sich etwa in den folgenden Beschreibungen: „Ich würde es wahrscheinlich als Tier beschreiben, mit dem sich niemand jemals anlegen sollte“. „Die Herausforderung ist, es zu meistern (...) und es gibt Tage, an denen du von ihm gebissen wirst“. Hingegen ist die Beziehung mit dem Markt als Geliebte gekennzeichnet durch starke Anziehung und Faszination. Eine intensive emotionale Beziehung verursacht Gefühle starker Erregung und bringt gleichzeitig die Gefahr mit sich, abhängig zu werden. Als Geliebte tritt der Markt etwa in folgenden Beschreibungen in Erscheinung: „Alle Händler, die wirklich Händler sind, haben eine erotische Beziehung zum Markt“. „Diese emotionale Verstrickung kann viel zu tief gehen. (...) Du verheiratest Dich gewissermaßen mit einer Handelsposition, Du kannst sie einfach nicht gehen lassen“.

Dieser phänomenologische und experienzielle Ausflug in die Welt der Ökonomie zeigt, wie Metaphern von so abstrakten und generellen Sachverhalten wie Finanzmärkten zu etwas sehr Persönlichem und Konkretem führen. Verschiedene Leitmetaphern wie „der Markt ist ein Krieg“, „der Markt ist ein Lebewesen“ oder „der Markt ist eine Maschine“ verdeutlichen dabei, wie unterschiedlich die subjektiven Erlebens- und Verstehensweisen von Finanzmärkten sein können. Immer erlauben Metaphern den Beteiligten jedoch, abstrakte und komplexe Systeme zu begreifen und in ihnen aktiv zu handeln und Entscheidungen zu treffen.<sup>1</sup>

## Wichtigkeit und Funktionen von Metaphern in der Psychotherapie

Aristoteles definierte Metaphern auch als „die Macht des Geistes über die Möglichkeit der Dinge“ (Sims, 2003). In wohl keinem Gebiet spielen Metaphern eine so große Rolle wie in der Psychotherapie. Klienten – gleich welcher Therapierichtung – machen umfassenden Gebrauch von Metaphern (McMullen, 1985), und das gleiche gilt für Therapeuten. Die Psychotherapie ist nämlich geradezu ein Paradebeispiel dafür, wie Personen komplexe Bereiche menschlicher Erfahrung zu symbolisieren versuchen. Klienten bemühen sich fast dauernd, für schwer zu beschreibende Gefühle und Erlebnisse Worte zu finden. Metaphern spielen also eine höchst wichtige Vermittlerrolle im Austausch zwischen Klienten und Therapeuten: sie helfen

<sup>1</sup> Beruhend auf diesen Erkenntnissen zieht die Organisationspsychologie Metaphern zum Verstehen von Prozessen in Organisationen heran. So können etwa Führungsstile mit zu Grunde liegendem metaphorischem Denken verbunden werden (Oberlechner & Mayer-Schönberger, 2003).

dabei, dem Therapeuten – und sich selbst – das sagen zu können, was man sagen will (Berlin, Olson, Cano, & Engel, 1991; McMullen, 1996).

Bereits Carl Rogers beschrieb, dass Gefühle häufig in der Form von Metaphern hochkommen (Rogers, 1980a) und wie das Finden der richtigen und präzisen Metapher Klienten dabei hilft, ihre Gefühle voller zu erleben (Rogers, 1986h). Gerade weil Metaphern so viel Bedeutung vermitteln können, und weil sie das sozusagen auf engstem sprachlichem Raum tun, sind sie nicht nur bei Dichtern wie Shakespeare, sondern auch in der Therapie so beliebt. Über Metaphern vermitteln und verstehen wir: nicht nur das, was objektiv passiert, sondern auch die subjektiven und persönlichen Bedeutungen, welche die Ereignisse für uns haben. Metaphern für das Selbst, Metaphern für die Beziehung zwischen dem Selbst und anderen, Metaphern für eigene Veränderung und Wachstum, Metaphern für das Erleben von Situationen (insbesondere von Problemen) und Metaphern für Emotionen und für kognitiv-affektive Prozesse wie etwa Ärger, Angst, oder Stress sind nur einige der Beispiele, die verdeutlichen, wie wichtig Metaphern in der Psychotherapie sind (McMullen, 1996).

In der Psychotherapie wird die Wichtigkeit von Metaphern jedoch erst seit kurzem systematisch diskutiert. Dazu hat einerseits ein umfassenderes Metaphernverständnis und Einsicht in die Allgegenwärtigkeit von Metaphern im Verstehen der Welt beigetragen (Lakoff & Johnson, 1980). Andererseits hat eine narrative und konstruktivistische Sichtweise von Psychotherapie zur Beachtung von Metaphern im Prozess des Erkennens und Schaffens von Wirklichkeit geführt (Carlsen, 1996; Stipsits, 1999). Die Auseinandersetzung verschiedener psychotherapeutischer Traditionen mit Metaphern hat dabei auf unterschiedliche Weise stattgefunden. So wurden etwa die Bedeutung früher Erinnerungen und des Lebensstils in der Individualpsychologie mit der von Metaphern verglichen (Kopp, 1998, 1999). Die Rolle von Metaphern wurde auch in der psychoanalytischen Perspektive (Rubin, 1997; Siegelman, 1990), in kognitiven Therapieformen (Kopp & Craw, 1998) und in der Hypnosetherapie (Barker, 1985) untersucht. Obwohl jedoch gerade der phänomenologische Zugang der Personzentrierten Therapie (Hutterer, 1998) so viel mit Metaphern zu tun hat, fehlt hier bislang ein systematischer Zugang. Rogers' Bedauern, dass wir das kreative Potential des „metaphorischen Verstands“ traurig vernachlässigt haben (1980b), trifft also gewissermaßen immer noch zu.

Die Zuwendung auf Metaphern kann in jeder Form von psychotherapeutischer Beziehung prinzipiell auf zweierlei Ausgangspunkten beruhen. Zum einen können Therapeuten (und Klienten) den Metaphern der Klienten Interesse entgegenbringen und sie zu einem Ausgangspunkt des Verstehens des Klientenerlebens machen. Zum anderen können Metaphern durch Therapeuten eingesetzt werden, wenn sie diese etwa bewusst für eine bestimmte Intervention nützen wollen. Ein personzentriertes Verständnis von Metaphern orientiert sich dabei an den persönlichen Bedeutungen in den

Metaphern von Klienten, nicht an durch Metaphern ausgedrückten Intentionen und Strategien von Therapeuten. Doch auch die Metaphern der Therapeuten können personzentriert sein. Denn dieser Zugang schließt einen strategischen „Einsatz“ therapeutischer Metaphern mit bestimmten Zielen für die Klienten aus, nicht aber ein Auftreten von Metaphern der Therapeuten als spontane und authentische Manifestation von Empathie mit dem Klientenerleben.

In der psychotherapeutischen Beziehung können Metaphern eine Reihe wichtiger Funktionen erfüllen. So können Metaphern Einsicht und Verständnis ausdrücken, neue Zugänge zu Problemen vermitteln oder allgemein die Kommunikation zwischen Klienten und Therapeuten vertiefen. Insbesondere können Metaphern den Prozess der Psychotherapie in folgenden Aspekten unterstützen (Levitt, Korman, & Angus, 2000; Lyddon, Clay, & Sparks, 2001):

1. *Beziehungsaufbau.* Die Empfänglichkeit von Therapeuten für klientengenerierte Metaphern kann ihnen dabei helfen, die einzigartige Erfahrungswelt von Klienten zu verstehen. Darüber hinaus kann sie dabei hilfreich sein, eine gemeinsame Sprache zu entwickeln und dadurch die Therapeut-Klient-Beziehung festigen.

2. *Verstehen und Symbolisierung von Emotionen.* Im therapeutischen Prozess spielt emotionales Erleben und die Erkundung emotionalen Erlebens eine wichtige Rolle. Diese erlaubt Klienten, ihre Erfahrung von sich selbst zu organisieren und Verbindungen zwischen dem Selbst und der Umgebung zu formen (Greenberg, Rice & Elliott, 1996). Metaphern können dabei helfen, das Unbenennbare der Emotion in etwas verbal Fassbares zu übersetzen (Carlsen, 1996). So ergab etwa eine Untersuchung der subjektiven Bedeutung von Depression in hunderten Therapiesitzungen mit verschiedenen Klienten vier Hauptbedeutungen: Depression ist ein *Abstieg*, Depression ist *Dunkelheit*, Depression ist ein *Gewicht* und Depression ist ein *Kidnapper*, der einen gefangen nimmt (McMullen & Conway, 2002). In der Erkundung solchen subjektiven Erlebens erlauben Metaphern, die Gefühle von Klienten zu klären, zu organisieren, zu vertiefen und dabei gelegentlich auch *neue* subjektive Bedeutungen von Erfahrung zu formen.

3. *Deutlichmachen stillschweigender Annahmen.* Metaphern können Klienten wie Therapeuten dabei helfen, implizite und stillschweigende Klientenannahmen und Überzeugungen zu benennen. Solche Annahmen betreffen die eigene Person und auch die Welt, in der man lebt. Ein Klient sagt etwa: „Plötzlich merke ich, wie ich immer ein Schauspieler in einer Tragödie war, der immer gerade das nicht bekommt, was er sich am sehnlichsten wünscht“. Dabei ist es nicht die Rolle der personzentrierten Therapeutin, die Metapher zu interpretieren. Vielmehr geht es um das Anbieten einer Beziehung, in der es ein unbedingtes und akzeptierendes Interesse an der Metapher gibt. Erst dieses Interesse ermöglicht es, angstfrei zu explorieren, was die Metapher für das Erleben des Klienten alles bedeutet.

4. *Ausdruck von und Beschäftigung mit „Widerstand“.* Dies ist natürlich ein Begriff der Psychoanalyse. Personzentriert könnten wir

sagen, die Metapher erlaubt einen freien Umgang mit schwierigen Gefühlen und mit Ambivalenz gegenüber Veränderung und Wachstum. So können Metaphern etwa eine Art sichere Vermittler zwischen Bedrohlichem und Nicht-Bedrohlichem darstellen, die es ermöglichen, dass man über sich selbst spricht während man gerade nicht über sich selbst spricht. Denn Metaphern stellen auch eine Möglichkeit dar, „zu kommunizieren, ohne [sich] selbst zu kompromittieren, ein Weg dazu, gleichzeitig ein Geheimnis zu behalten und es zu offenbaren“ (Caruth & Ekstein, 1966, S. 38).

5. Schließlich ermöglichen Metaphern Klienten und Therapeuten, *neue Bezugssysteme* für das Erleben des Klienten zu finden. So könnte etwa eine Klientin, die sich bislang in der unlösbaren und schmerzlichen „Zwickmühle“ einer ausweglosen Wahl zwischen zwei Partnern erlebt hat, beginnen zu explorieren, wie es sich außerhalb dieser Zwickmühle leben würde. Die Klientin könnte sich dabei plötzlich nicht mehr passiv in der Zwickmühle gefangen erleben, sondern als Wind, der die Räder der Mühle antreibt.

Diese Liste metaphernrelevanter Therapieaspekte lässt erkennen, dass eine der wichtigsten Verbindungen, wenn nicht sogar die wichtigste Verbindung, zwischen Metaphern und Psychotherapie in einem Schlüsselaspekt des Personenzentrierten Ansatzes liegt: in der Empathie. Empathisches Verstehen in der Psychotherapie kann nämlich auch als eine metaphernbezogene Tätigkeit verstanden werden, welche Verständnis nicht nur für verbale Inhalte sondern auch für emotionales Erleben umfasst (Lyddon et al., 2001). In der Empathie spielen Metaphern eine zentrale Rolle: indem wir aufmerksam sind gegenüber den Metaphern unserer Klienten und indem wir diese gemeinsam mit den Klienten verstehen lernen, kommen wir in Berührung mit ihrem persönlichsten und subjektivsten Erleben und ihrer Weltsicht (Sims, 2003). Diese Aufmerksamkeit für Metaphern stärkt die therapeutische Beziehung und das Vertrauen der Klienten, dass ihr Erleben überhaupt verstehbar ist. Nur über Metaphern finden Therapeuten und Klienten letztlich eine gemeinsame Sprache für das Innerste und Allerpersönlichste.

## Metaphern und Therapieverlauf

In der Psychotherapie entwickeln Klienten häufig eine metaphorische Kernvorstellung, welche zu den Hauptthemen der Therapie eine enge Beziehung hat. Ein eindrucksvolles Beispiel einer solchen Vorstellung stammt von einem meiner Klienten. Sein Erleben von Hoffnungslosigkeit, Unfähigkeit, auf den Lauf der Dinge Einfluss zu nehmen, und Erwartung eines unausweichlichen Ausgelöschtwerdens in der Therapie nahm immer wieder Bezug auf Edgar Allen Poes Erzählung „Hinab in den Maelström“. In dieser Erzählung wird ein Seemann in einem stundenlangen Todeskampfs immer näher ins schreckliche Innere eines riesigen Wasserwirbels geschwemmt, ohne auch nur irgendetwas dagegen tun zu können.

Während die Ausarbeitung einer solchen Metapher über den Verlauf der Therapie charakteristisch für Therapieverläufe sein kann (McMullen, 1989), zeigt eine wachsende Anzahl empirischer Belege, dass Metaphern ganz allgemein eine wichtige Rolle im Therapieverlauf und im Erfolg von Psychotherapie spielen.<sup>2</sup> So konnten etwa Metaphern erfolgreich für den Nachweis von inhaltlichen Wendepunkten in der Therapie identifiziert werden (Pollio & Barlow, 1975), und es konnte gezeigt werden, dass Veränderungen in den von Klienten verwendeten Metaphern für ihr Leben und ihre Probleme häufig mit Veränderungen in der Therapie einhergehen (Carlson, 1996; Meichenbaum, 1995).<sup>3</sup>

Es überrascht deshalb wenig, dass Untersuchungen von Metaphern in der Psychotherapie bedeutsame Unterschiede zwischen Therapien mit guten und Therapien mit schlechtem Ergebnis gefunden haben. So zeigte sich zum Beispiel beim Vergleich von zwei Therapien depressiver Klienten, dass in der erfolgreichen Therapie sich die ursprüngliche Metapher des „Belastetseins“ in die Metapher „das Gewicht abladen“ veränderte. In der Therapie mit schlechtem Ergebnis gab es keine solche Veränderung (Levitt et al., 2000). Gleichmaßen gibt es Hinweise darauf, dass es in erfolgreichen Therapieverläufen einen größeren Anteil an gemeinsamen Klienten- und Therapeutenmetaphern gibt. Während hier die Klienten durch Metaphern ihre innere und persönliche Erfahrung ausdrücken, dienen bei Klienten in weniger erfolgreichen Therapieverläufen Metaphern eher zum Ausdruck äußerer Erfahrungen, die keinen Bezug auf die Hauptthemen der Therapie haben (Angus, 1996; McMullen, 1985, 1989).

Aber auch die Metaphern des Therapeuten beeinflussen den Verlauf und den Erfolg von Psychotherapie. So beurteilen Klienten diejenigen Äußerungen von Therapeuten, welche metaphorischen Inhalt haben, ganz allgemein als hilfreicher als andere Äußerungen (Hill & Regan, 1991), und sie beurteilen auch diejenigen Therapiesitzungen als hilfreicher, bei denen sie sich an Metaphern der Therapeuten erinnern konnten. Hingegen müssen sich Klienten in weniger erfolgreichen Therapieverläufen bisweilen aktiv gegen die von Therapeuten eingebrachten Metaphern verwehren (Martin, Cummings, & Hallberg, 1992; McMullen, 1989).

## Schluss: Metaphern im Verständnis von Therapie

Metaphern in der Psychotherapie drücken nicht nur das Erleben und Verstehen persönlicher Erfahrung aus, sie können sich auch auf das zu Grunde liegende Verständnis von Therapie selbst beziehen. Dieser Umstand ist deshalb besonders bedeutsam, weil explizite und implizite metaphorische Vorstellungen von Therapie letztlich

<sup>2</sup> McMullen (1996) gibt eine Übersicht über die empirische Literatur und Anwendungsbereiche der therapeutischen Metaphernforschung.

<sup>3</sup> Die in der Therapie verwendeten Metaphern erfolgreicher Klienten sind insgesamt optimistischer und mehr auf Veränderung hin orientiert (McMullen, 1985).

das konkrete Handeln von Therapeuten beeinflussen, ihre Interventionsideale, und die Art, wie sie Psychotherapieforschung betreiben. So wird etwa zu Recht kritisiert, dass eine unangebrachte implizite Medizinmetapher suggeriert, dass die Ingredienzien der Psychotherapie gleich wie die Bestandteile einer pharmakologischen Behandlung zu verstehen sind. Wenn zum Beispiel ein bestimmter Wirkstoff der Behandlung sich als wirksam herausstellt, führt dies zur Erwartung, dass eine hohe Dosis davon zu einem noch besseren und schnelleren Ergebnis führen wird, und dass dieses Ergebnis bei verschiedenen Personen dasselbe sein wird (Stiles & Shapiro, 1994).<sup>4</sup>

Ein im Psychotherapieverständnis besonders bedeutsame Domäne von Metaphern ist die Konzeption des Selbst. So kam etwa eine Untersuchung der Metaphern, die in der renommierten Zeitschrift „Psychological Review“ zwischen 1894 und 1975 für den menschlichen Geist verwendet wurden, zu einem folgeschweren Ergebnis. Während sich am Anfang der untersuchten Zeitspanne vor allem räumliche Metaphern und Metaphern vom Geist als Lebewesen fanden, so waren gegen Ende mathematische Metaphern vorherrschend (Gentner & Grudin, 1985). Die Weise, wie therapeutische Schulen und Therapeuten das Selbst metaphorisch konstruieren, bestimmt dann ihre Überzeugungen, wie man am besten mit Klienten interagiert: unterschiedliche therapeutische Interventionsformen entspringen verschiedenen zugrunde liegenden Vorstellungen über das Selbst.<sup>5</sup> So wie in Finanzmärkten Metaphern den Händlern ermöglichen, diese komplexen Systeme zu begreifen, ihre eigene Rolle darin zu definieren und Entscheidungen zu treffen, so drücken Metaphern des Selbst aus, in welchen Kategorien Therapeuten denken und handeln.

Der personenzentrierte Zugang zur Metapher in der Psychotherapie erkennt die zentrale Rolle von Metaphern im subjektiven und persönlichen Erleben. Dabei verwechselt dieser Zugang die Metaphern des Personenzentrierten Ansatzes nicht mit der Erfahrung der Klienten. Ganz gleich, welche Metaphern wir für die Therapie verwenden, „the map is not the territory“ (Hoskins & Leseho, 1996). Abseits von kunstfertigen Metaphern von Therapeuten und therapeutischen Schulen liegt der personenzentrierte Zugang zur Metapher in den persönlichen Bedeutungen in den Metaphern der Klienten.

## Literatur

- Angus, L. E. (1996). An intensive analysis of metaphor themes in psychotherapy. In J. Mio & A. Katz (Eds.), *Metaphor: Implications and applications* (pp. 73–84). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Barker, P. (1985). *Using metaphors in psychotherapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Berlin, R. M., Olson, M. E., Cano, C. E., & Engel, S. (1991). Metaphor and psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 45(3), 359–367.
- Carlsen, M. B. (1996). Metaphor, meaning-making, and metamorphosis. In H. Rosen & K. T. Kuehlwein (Eds.), *Constructing realities: Meaning-making perspectives for psychotherapists* (pp. 337–368).
- Caruth, E., & Ekstein, R. (1966). Interpretation within the metaphor: Further considerations. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 5(1), 35–45.
- Gentner, D., & Grudin, J. (1985). The evolution of mental metaphors in psychology: A 90-year retrospective. *American Psychologist*, 40(2), 181–192.
- Greenberg, L. S., Rice, L. N. & Elliott, R. K. (1996). *Facilitating emotional change: The moment-by-moment process*. New York: Guilford Press.
- Hill, C. E., & Regan, A. M. (1991). The use of metaphors in one case of brief psychotherapy. *Journal of Integrative and Eclectic Psychotherapy*, 10, 56–67.
- Hoskins, M., & Leseho, J. (1996). Changing metaphors of the self: Implications for counseling. *Journal of Counseling & Development*, 74, 243.
- Hutterer, R. (1998). *Das Paradigma der humanistischen Psychologie: Entwicklung, Ideengeschichte und Produktivität*. Wien: Springer.
- Kopp, R. R. (1998). Early recollections in Adlerian and Metaphor Therapy. *Journal of Individual Psychology*, 54(4), 480–486.
- Kopp, R. R. (1999). Metaphoric expressions of lifestyle: Exploring and transforming client-generated metaphors. *Journal of Individual Psychology*, 55, 466.
- Kopp, R. R., & Craw, M. J. (1998). Metaphoric language, metaphoric cognition, and cognitive therapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 35, 306–311.
- Lakoff, G. & Johnson, M. (1980). *Metaphors we live by*. Chicago: University of Chicago Press.
- Leary, D. E. (1990). *Metaphors in the history of psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Levitt, H., Korman, Y., & Angus, L. (2000). A metaphor analysis in treatments of depression: Metaphor as a marker of change. *Counselling Psychology Quarterly*, 13, 23–35.
- Lyddon, W. J., Clay, A. L. & Sparks, C. L. (2001). Metaphor and change in counseling. *Journal of Counseling & Development*, 79, 269.
- Martin, J., Cummings, A. L., & Hallberg, E. T. (1992). Therapists' intentional use of metaphor: Memorability, clinical impact, and possible epistemic/motivational functions. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60, 143–145.
- McMullen, L. M. (1985). Methods for studying the use of novel figurative language in psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 22(3), 610–619.
- McMullen, L. M. (1989). Use of figurative language in successful and unsuccessful cases of psychotherapy: Three comparisons. *Metaphor & Symbol*, 4, 203.
- McMullen, L. M. (1996). Studying the use of figurative language in psychotherapy: The search for researchable questions. *Metaphor & Symbol*, 11, 241.

4 Aber auch explizite und bewusste Metaphern werden zur Charakterisierung des Therapieprozesses verwendet. So könnte etwa die Gleichstellung von Psychotherapie mit Tanz bedeuten, dass die Partner wiederholt bestimmte Positionen einnehmen, dass sie sich gegenseitig zu bestimmten Bewegungsreaktionen veranlassen, und gegenseitig darauf antworten (Pistole, 2003).

5 Wie sich verschiedene Konzeptionen des Selbst auf die Interventionen der Therapeuten niederschlagen beschreiben Hoskins und Leseho (1996).

- McMullen, L. M., & Conway, J. B. (2002). Conventional metaphors for depression. In S. R. Fussell (Ed.), *Verbal communication of emotions: Interdisciplinary perspectives*. (pp. 167–181): Lawrence Erlbaum Associates.
- Meichenbaum, D. (1995). Changing conceptions of cognitive behavior modification: Retrospect and prospect. In M. J. Mahoney (Ed.), *Cognitive and constructive psychotherapies: Theory, research, and practice* (pp. 20–26). New York: Springer.
- Oberlechner, T. (2004). *Psychology of the foreign exchange market*. Chichester: Wiley.
- Oberlechner, T. & Mayer-Schönberger, V. (2003). Through their own words: Towards a new understanding of leadership through metaphors. *Harvard University, John F. Kennedy School of Government, Center for Public Leadership Working Papers*.
- Oberlechner, T., Sluneko, T., & Kronberger, N. (2004). Surfing the money tides: Understanding the foreign exchange market through metaphors. *British Journal of Social Psychology*, 43(1), 133–156.
- Pistole, M. C. (2003). Dance as a metaphor: Complexities and extensions in psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 40, 232–241.
- Pollio, H. R. & Barlow, J. M. (1975). A behavioural analysis of figurative language in psychotherapy: One session in a single case-study. *Language & Speech*, 18(3), 236–254.
- Rogers, C. (1980a). Client-centered psychotherapy. In H. I. Kaplan, B. J. Sadock & A. M. Freedman (Eds.), *Comprehensive textbook of psychiatry* (Vol. III, pp. 2153–2168). Baltimore: Williams & Wilkins.
- Rogers, C. (1980b). *A way of being*. New York: Houghton Mifflin.
- Rogers, C. (1986h). A client-centered/person-centered approach to therapy. In I. L. Kutash & A. Wolf (Eds.), *Psychotherapist's casebook: Theory and technique in the practice of modern times* (pp. 197–208). San Francisco: Jossey Bass.
- Rubin, S. S. (1997). Self and Object in the Postmodern World. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 34, 1–10.
- Shimko, K. L. (1994). Metaphors and foreign policy decision making. *Political Psychology*, 4(15), 655–671.
- Siegelman, E. Y. (1990). *Metaphor and meaning in psychotherapy*. New York, London: Guilford Press.
- Sims, P. A. (2003). Working with metaphor. *American Journal of Psychotherapy*, 57, 528–536.
- Stiles, W. B. & Shapiro, D. A. (1994). Disabuse of the drug metaphor: Psychotherapy process-outcome correlations. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62, 942–948.
- Stipsits, R. (1999). *Gegenlicht: Studien zum Werk von Carl R. Rogers (1902–1987)*. Wien: WUV Universitätsverlag.

## Autor

Thomas Oberlechner  
Lehrender an der Webster University und Ausbildner bei der Vereinigung Rogerianische Psychotherapie

## Korrespondenzadresse

Dr. Thomas Oberlechner  
Webster University, Department of Psychology,  
Berchtoldgasse 1, A-1220 Wien,  
Tel.: +43 (1) 269 9293, Fax: +43 (1) 269 9293-13,  
E-Mail oberlechner@webster.ac.at.  
Vereinigung Rogerianische Psychotherapie, A-1091 Wien, www.vrp.at.