Metaphern in der Gesundheitspraxis (5)

„Wie geht‘s?“

Selbstverständlich kennen und leben wir diese Frage als nette Floskel. Ich habe sie lange Zeit gemieden, weil sie mir zu offen und zu ‚nichtssagend‘ erschien. Inzwischen verschiebt sich meine Haltung aus mehreren Gründen:

‚Gehen‘ ist eine sehr vielschichtige poetische Metapher:

Gehen – woher oder wohin? Von etwas weg oder zu etwas hin oder ‚über den Fluss, über den Berg oder das Meer in ein gelobtes Land?

Wie wird gegangen? In welchem Tempo, mit welchem Rhythmus, mit welcher Kraft? Macht das Gehen Geräusche? Folgt das Gehen einer Spur? ‚Immer der Nase nach‘?

Und das ‚Es‘ fordert viele Fragen heraus: Ist ***Es*** Dein Körper, Dein Geist, gar die Seele oder der Kontostand? Sind ***Es*** aktuelle Themen, wie das Wetter oder die verbreiteten Müdigkeiten?

Auch wenn die Floskel zunächst vage Hinweise bewirkt, geben diese doch immer auch ‚Stoff‘, um ernstgenommen und gewürdigt zu werden.

Zum Beispiel

- Mir geht es gut – *gut ist noch nicht eine eins, aber besser als befriedigend?* (nach altem Schulnotensystem; neuerlich müsste man ‚punkten‘)
- so lalala – *olala, eine Balance, zwischen diesem und jenem?*
- schlecht – erfordert empathisches Fragen. Von der Metapher her kann ‚schlecht‘ aus dem Bereich der Persönlichkeitsbewertungen kommen, *ein guter oder schlechter Mensch*; ‚schlecht‘ kann sich auf sinnliche Empfindungen beziehen, *nahe an Übelkeit?*
- furchtbar – bewirkt zurecht ‚Furcht‘ und kann zu einem ‚was macht die Furcht‘ anleiten oder gesundheitspraktisch besser zur Frage: ‚*Wo zeigt sich die Furcht in Dir oder ist sie um Dich herum?*

Manchmal, wenn ich frage ‚Wie geht’s?‘, sprudelt eine Welle von Klagen heraus, manchmal kommen nur zögernd Hinweise.

Es macht Sinn, sich diese Formulierungen bei Gelegenheit wörtlich zu notieren. Die unwillkürliche innere Welt hat diese Worte sehr bewusst unbewusst formuliert. Es sind immer Hinweise auf das, was im Inneren der Menschen geschieht.

Zum Beispiel:

Meine Baustellen überfordern mich – die beiden Metaphern können sehr viele Hinweise des Unbewussten erläutern, wenn man Fragen stellt wie z.B.: „*was soll gebaut werden? „was ist im Entstehen oder was wird repariert“ – und/oder: Wer oder was ‚fordert‘ Dich?*

Diese Schmerzen machen mich wahnsinnig – ‚Wahnsinn‘ ist sicherlich sehr ernst zu nehmen – als Metapher kann es auch genauer befragt werden:„*welche Bilder oder Gedanken über ‚Wahn‘ oder wahnsinnig tauchen da auf? (Angebote z.B. , andere verbinden das mit Irrenanstalten oder auch mit körperlichem Zusammenbruch oder ganz alleine da zu sein…“)*

- Hinweis: Metaphern aus der Praxis können im Mitgliederbereich eingestellt werden und mit Sicherheit gibt es zumindest von mir Anregungen für ein Verstehen unbewusster Bedeutungen

Alternative Eröffnungsfragen in der Praxis:

Was wollen Sie?

Was sind Ihre Ziele?

Was soll sich verändern?

Was kann ich für Sie tun?

Wo sind Ihre Probleme?

Welches Anliegen haben Sie?

Diese Formulierungen riskieren alle eine Art Überforderung des Großhirns in unseren GesprächspartnerInnen. Aber das kann durchaus von Vorteil sein, denn wir erhalten stotternde oder auch floskelhafte Reaktionen, die in ihrer Metaphorik viel andeuten.

Ein anderer Stil, den wir in der Gesundheitspraxis bevorzugen, versucht bereits in den ersten Augenblicken dabei zu helfen, Innenerleben zu spüren und zu erzählen.

Einige Beispiele:

- *Was führt Sie heute hierher? Welches Anliegen (welche Wünsche, Fragen, Gedanken, Bilder …) haben sich auf dem Weg hierher gemeldet?*
- *Sind in Ihnen heute (jetzt gerade) eher Gedanken oder eher Gefühle oder auch Bilder aktiv? Oder ist es mehr der Körper, der etwas energisch will?*
- *Was bringen Sie heute mit – (Angebote: im Kopf oder Herzen oder Bauch, in einem Rucksack oder im Schlepptau…)*
- *Was wandelt sich zurzeit in Ihnen? Im körperlichen Spüren, in den Gefühlen, Gedanken oder in den Fantasien und Träumen?*
- *Was in Dir will gehen oder kommen?*

Gerhard Tiemeyer; tiemeyer@dgam.de