

## Metaphern in der Gesundheitspraxis (7)

### „Mein Akku ist leer“

Der Satz, äußerlich eine Feststellung, kann leicht als Aufforderung gedeutet werden, nun den Akku zu laden. Es ist dann sinnvoll, zu fragen, ob dies gewünscht ist oder ob es erst einmal darum geht, die Müdigkeit zu akzeptieren usw.

Wenn die Situation es nahelegt, mit der Metapher zu „spielen“ ist ein Einstieg, die **Sachseite wörtlich zu nehmen** und Fragen oder einfach eigene Assoziationen anzubieten, zum Beispiel:

- Der Akku ist ein Gerät zum Speichern elektrische Energie.
- welches Modell ist der Akku, chinesisch oder „made in Germany“ und ist er überhaupt wiederaufladbar ist.
- Wenn er nicht aufladbar ist, zu alt oder durchgeschiert, muss er komplett ausgetauscht werden.
- Ein Akku braucht zwei Pole, sowohl zum Aufnehmen von Energie wie auch zum Abgeben von Energie. Sind diese Pole „sauber“ und nicht verrostet? Oder gab es zwischen den Polen einen Kurzschluss?!
- Akkus werden beim Laden und Benutzen unter Umständen warm. Gibt es eine Kühlung oder aber auch Überhitzungsgefahr?
- Um einen Akku zu laden, braucht es eine Stromquelle, die Energie „geben“ kann. Und es braucht Übertragungskabel oder eine induktive Ladestation.

Vielleicht assoziiert ein Gesprächspart oder -partnerin, eigen Ideen und es entsteht ein besondere **individuelle Akkugeschichte**. Diese gemeinsame Kreativität ist das Ideal des Dialoges.

In der Praxis wird die Frage nach dem, woher neue Energie kommen kann, von der Metapher in den Alltag hinüberführen.

Ebenso wird auch die Frage, wie ein Entladen des Akkus in Zukunft zu verhindern ist, ein Tor zu konkreten Ideen für den Alltag sein.

### Wo im Körper ist der Akku?

Ist eine andere Möglichkeit, die Metapher aufzugreifen. Man kann anbieten, im Herzen, im Bauch, im Kopf oder den Füßen?

Sobald hier eine körperliche Verortung genannt wird, kann das Gespräch diesen Ort genauer erfragen und wie dort der Akku aussieht und was dort geschen kann oder was dort gebraucht wird.

Ein Akku im Herzen ist etwas ganz anderes, als ein Akku im Bauch oder Kopf oder Unterleib usw.

Auch bei diesem Weg, die Metapher aufzugreifen, wird die technische Seite auch aufgegriffen: Wie kann der Akku geladen werden? Was ist kaputt gegangen? Wie kann in Zukunft ein Kurzschluss oder ein zu hoher Verbrauch vermieden werden.

Nebenbei würde ich auch die Frage stellen, wie es sich so als Maschine lebt, die einen Akku hat und mit vollem Akku läuft und dann irgendwann nicht mehr.

Vielleicht ergeben sich **Alternativen zu technischen Bild des Innenlebens**:

Es gibt 'erschöpft sein' - dann ist viel geschöpft worden und etwas ist nicht nachgeflossen aus den inneren Quellen; **ausgepumpt** ist auch ein Bild, das daran erinnert, irgendwohin hat man da etwas gepumpt und nicht auf Nachfließen oder genügend Grundwasser geachtet. Und man ist selten als Ganzes ausgepumpt, sondern - wenn man genauer nachspürt - ist es die Lunge, das Herz, der Bauch oder das Gehirn (spezielle Teile davon) oder eben spezielle Anteile...

**Ich bin ,leer‘**, wäre ein Bild, dass einen Aspekt aus der Metapher ‚der Akku ist leer‘ enthält und dass für sich sehr vielschichtig sein kann:

Leer ist ein Raum, der irgendwie Begrenzungen hat. Sobald es gelingt, den leeren Raum mit Grenzen oder Wänden zu imaginieren, können weitere Einladungen sehr kreativ wirken: Was war in dem Raum und wo ist es hin – führt in die Vergangenheit; Was wird in den Raum kommen, erwartet der Raum etwas? Führt in die Zukunft. Wenn ‚die Leere‘ erwähnt wird oder als Bild auftaucht, ist es zwingend, das damit verbundene Gefühl zu erfragen. Es kann eine existentielle unendlich furchtbare Leere sein oder eine sehr weite Offenheit. Auch hier kann das Konkretisieren der Leere, die dann weniger ein Empfinden wird, wenn man sie beschreiben kann, hilfreich sein.

- Wenn Du andere Beispiele kennengelernt hast und diese erforschen möchtest, bist Du eingeladen auf der Website im Mitgliederbereich in der Rubrik ‚Metapher‘ etwas einzustellen. Mit ziemlicher Sicherheit werde ich mit Freude reagieren!

*Gerhard*