

Inhalt

1	Vorwort	7
2	Metaphern: Definitionen und Formen	11
2.1	Was sind Metaphern?	11
2.2	Metaphernwelten: Themenbereiche bildhafter Sprache	12
2.3	Grundformen sprachlicher Metaphern	14
2.4	Weitere Darstellungsformen von Metaphern	24
3	Prinzipien und Techniken der Arbeit mit Metaphern	27
3.1	Perspektivenwechsel	27
3.2	Reframing	28
3.3	Dissoziation und Assoziation	29
3.4	Externalisierung als Objektivation und Personifikation	30
3.5	Das relevante System	31
3.6	Rekontextualisierung	32
3.7	Internalisierung	33
3.8	Pacing und Leading	34
3.9	Humor und Leichtigkeit	34
3.10	Klientenbezug	35
4	Arbeiten mit einfachen sprachlichen Metaphern	37
4.1	Implizites Verwenden von Metaphern	37
4.2	Explizites Aufgreifen und Ausweiten von Metaphern	38
4.3	Themenbereiche und Metaphernwelten	48
4.4	Energie- und Ruhepole: Tankstellen und Erholunginseln	50
4.5	Sprichwörter, Aphorismen und Zitate	51
4.6	Nervennahrung: Das Sprichwort- und Zitate-Orakel	53
5	Arbeiten mit komplexen Erzählformen	57
5.1	Geschichten und Erzählungen	59
5.2	Märchen	62
5.3	Sagen, Mythen und Legenden	66
5.4	Fabeln	67
5.5	Gleichnisse und Parabeln	70
5.6	Anekdoten	73
5.7	Gedankenexperimente	75
5.8	Dilemmata und Paradoxien	76
5.9	Witze	77
5.10	Entwerfen eigener Geschichten mit Symbolwürfeln	79
6	Arbeiten mit Gedichten und Liedern	83
6.1	Gedichte	83
6.2	Lieder	84

7 Arbeiten mit Bildern	87
7.1 Freies Malen	87
7.2 Bilder von Objektivationen und Personifikationen	88
7.3 Problembild und Lösungsbild	89
7.4 Das Triptychon	92
7.5 Fotocoaching	95
7.6 Positionierungsbilder	97
7.7 Points of you – das Coaching Game	105
7.8 Bilderorakel	108
7.9 Bilderwürfel	112
7.10 Mehrdeutige Bilder	112
7.11 Bilderrätsel und Knobelaufgaben	113
7.12 Cartoons	115
8 Arbeiten mit Skulpturen und Architektur	117
8.1 Figurenaufstellungen	117
8.2 Materialien für Figurenaufstellungen	123
8.3 Aufstellungen mit Bodenankern und Stellvertretern	134
9 Arbeiten mit Bewegungs- und handlungsorientierten Methoden	153
9.1 Psychodrama	153
9.2 Hand- und Fingerpuppen	159
9.3 Musizieren und Tanzen	161
9.4 Rituale	163
9.5 Artefakte, Talismane und Amulette	166
10 Ablaufpläne für die Arbeit mit Metaphern	169
10.1 Der Pfad der Veränderung	169
10.2 Die Heldenreise	176
10.3 Ich schaffs!	215
10.4 Reteaming	223
11 Themenbereiche von Metaphern	227
11.1 Räumliche, materielle und zeitliche Orientierung	227
11.2 Wahrnehmung	230
11.3 Handlung und Bewegung	232
11.4 Physiologische und organische Zustände	233
11.5 Tätigkeiten und Berufe	235
11.6 Literarische und cineastische Themen	242
11.7 Menschen und ihre Eigenschaften	245
11.8 Materielle und immaterielle Werte	246
11.9 Natur und Elemente	248
12 Die Systematik der Metaphern-Datenbank	253
13 Danksagung	260
14 Quellen	261
14.1 Fachliteratur	261
14.2 Geschichtensammlungen und Bilderbücher	263
14.3 Materialien	264