

PSYCHOLOGIE HEUTE



Jetzt Newsletter abonnieren

und Dossier mit dem Thema „Zwischen 15 und 25“ gratis erhalten



LEBEN

Die Metaphern unseres Lebens

Jeder Mensch hat eine Metapher für sein Leben. Psychologen haben die Entstehung dieser Leitbilder und ihre Bedeutung für die Lebensführung erforscht.

VON EDWARD HOFFMAN



01. JUL 2014

Antworten Sie, ohne zu zögern: Gleicht Ihr Leben einem Krieg oder einer Lotterie? Oder ist es eher ein Schachspiel, bei dem Sie den nächsten Zug gut überlegen müssen? Ähneln es einer langen Reise oder einer nie endenden Schule? Ist es ein allmählich vollendetes Puzzle oder ein ewiges Mysterium? Oder gleicht es einem Tanz, einer Party oder einem langen Tag am Strand?

Das sind nur einige der gängigsten Metaphern, auf die Menschen in allen Kulturen immer wieder zurückgreifen. Genauso beliebt sind solche bildhaften Vergleiche auch für die menschliche Seele oder die Persönlichkeit: Manchmal sehen wir uns als fehleranfällige Computer oder als blühende, reifende und vergehende Pflanzen oder sich auftürmende Bauten. Und wir finden auch immer wieder neue Bilder für

die Liebe: Für einige ähnelt sie einem harmonischen Duett, andere sehen darin ein Joint Venture, ein ewiges Katz-und-Maus-Spiel oder gar eine stürmische Seefahrt.

Psychologen halten es für erwiesen, dass die Wahl einer Metapher unsere Entscheidungen und Handlungen im Leben beeinflusst. Folglich gibt es auch schon eine Therapieform, die sich vor allem auf die zentralen und prägenden Metaphern unseres Lebens konzentriert, um so Veränderungen in zwischenmenschlichen Beziehungen und Partnerschaften bewirken zu können. Die Faszination, die von diesem neu aufkommenden Wissensgebiet ausgeht, ist offenbar groß.

Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

GESELLSCHAFT

Das Spiel mit der Psychose

Immer mehr Computerspiele setzen sich differenziert mit psychischen Störungen auseinander. Was bedeutet das für die öffentliche Wahrnehmung?

BEZIEHUNG

Sich wieder nah sein

Viele Partner entfernen sich im Laufe ihrer Beziehung voneinander. Die emotionsfokussierte Paartherapie zeigt, wie sie wieder zueinander finden.

MEISTGELESEN

1 LEBEN

Habe ich Borderline?

Elinor Greenberg beschreibt die narzisstische und die Borderline-Persönlichkeitsanpassung als Reaktion auf unerfüllte kindliche Grundbedürfnisse.

2 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

3 LEBEN

Ruhe im Kopf

Sorgenschleifen können sich verselbstständigen und großen Einfluss auf unser Leben haben.