

## Methaphorik

Die **Metapher** (griechisch „Übertragung“, von „metà phérein“ - „anderswohin tragen“) ist eine rhetorische Figur, bei der ein Wort nicht in seiner wörtlichen, sondern einer übertragenen Bedeutung gebraucht wird, und zwar so, dass zwischen der wörtlich bezeichneten Sache und der übertragen gemeinten eine Beziehung der Ähnlichkeit besteht.

Grundsätzlich gilt:

- Metaphern sind sehr persönlich und individuell
- Menschen reagieren unbewusst auf Metaphern. Es gibt Geschichten, die einfach wirken, ohne dass das Bewusstsein nachkommt.
- Was spreche ich dabei an? Sei wach! Es kann richtig sein, im Frontloading auf heikle Punkte aufmerksam zu machen. Es kann passend sein, den „dichten Wald“ anzusprechen. Besonders hellhörig gilt es zu sein, wenn Fragen auftauchen.

Welche Aktivität birgt welche starken Bilder in sich?

Es ist wichtig, dass der Leiter solche Aspekte intus hat, damit er je nach Themen die sich zeigen entsprechend und passend Methoden einbringen kann. Geographische Metaphern können sehr intensiv sein.

Im Anschluss schreibe ich eine Auswahl an möglichen Metaphern als kleinen Einblick zusammen – beachte bitte, dass die Arbeit mit Metaphern sehr individuell!

### Trekking - Bild für „Selbständigkeit“

- große Unabhängigkeit = viele Möglichkeiten
- unterwegs sein / weiterziehen können
- geographische Bilder die ein großes Potential in sich bergen (Wald, Schlucht, über Pässe in die Weite,..)
- Themen die sich durch die Aktivität ergeben = Durchhalten
  - **Wegkultur** – ein Weg / Pfad kann auf ganz verschiedene Arten gegangen bzw. empfunden werden.
    - Unterschied erfahren – was nehme ich wahr, ich wenn ich alleine gehe, was sehe ich, wenn ich zu zweit nebeneinander gehe?
    - Hintereinander laufen und Reihenfolge bewusst bestimmen (Zappelphilippe und solche die sonst gerne den Ton angeben, eher hinten einreihen...)
  - an einem **Platz** ankommen, sich einrichten
    - Ankommen an einem neuen Platz kann auch Ankommen in einem neuen Lebensabschnitt, in einer neuen Umgebung sein
    - Auch das Einrichten des Gruppenplatzes kann als „sich neu Einrichten im Leben“, „sich zurechtfinden müssen“, betrachtet werden...
    - Beim Einrichten des Platzes sollten die Ressourcen und Charaktere der Teilnehmer berücksichtigt werden. Jeder kann sich in seinem Bereich

- verwirklichen. (Konstrukteure, Feinschmecker, Philosophen, Träumer,...)
- **Rucksack**
  - Was trägst du alles mit dir? (Sorgen, Gedanken, Nöte)
  - Gibt es etwas, das du nicht mehr brauchst, etwas das du hier lassen möchtest?
- **Wandern im Bach**
  - Sich den besten Weg suchen
  - Vorausschauen, manchmal einen nassen Fuß in Kauf nehmen müssen, um ans Ziel zu gelangen
  - Wandern im Bach = Konzentration, Gleichgewicht, Überblick und Hilfsbereitschaft gegenüber anderen
  - Hilfe – Handreichen – anbieten und annehmen
  - Aus welcher Motivation reicht ein Mensch dem anderen seine Hand?
    - Um sich selbst ins gute Licht zu rücken?
    - Weil es seine Art ist?
    - Damit ihm ein andermal auch die Hand gereicht wird?

### Schneeschuhe

- neue Wege gehen - eine eigene Spur ziehen
- Vorspuren, für
- andere den Weg bereiten
- Durchhalten – ein sichtbares Ziel haben
- Rücksicht auf Mensch und Tier – wegloses Gelände
- Schritt für Schritt – anpassen, eingliedern
- Vorgänger schätzen lernen – folgen können
- Einen Rhythmus finden – orientieren – Vertrauen
- Spuren sehen, Spuren lesen (wo bin ich durchgegangen?)
- Spuren hinterlassen (wer vom Weg abkommt, hinterlässt eine eigene Spur!)

### Iglu

- Körpereinsatz – Teamwork
- Kommunikation – Gruppendynamik
- An Visionen arbeiten – Ausdauer und Geduld
- Kompromisse eingehen – gegenseitig begeistern, stressen (?)
- Elementares Erleben – Wärme/Kälte spüren
- Verschiedene Stärken einsetzen, handeln
- Strukturiertes Arbeiten, Statik, Ästhetik
- Übernachten im Winter – Urangst, Urvertrauen

### Hütten

- Ordnung – Regeln
- Umgang mit Mensch und Material (mein/dein)
- Atmosphäre – Verlockung



- Anpassung, Verzicht, sich zurück nehmen
- Miteinander leben – Respekt
- Ablenkung (männlein, weiblein)

### Höhle

- etwas ablegen
- versenken – loslassen

### Waldleben

- zusammenrücken – zusammenbringen
- Verdichten – fokussieren
- Flexibilität (viele versch. Situationen - viele versch. Lösungen)

### Kanufahren

- Zusammenarbeiten im Team
- Kommando geben bzw. Kommando umsetzen
- Mit Hindernissen (Steinen) muss „umgegangen“ werden (nicht wegschauen oder einfach fixieren)
- Konzentration auf den besten Weg und die Durchfahrt zwischen den Hindernissen = Lösungen finden!

### Seakajak

- Übergang Land – Meer
- Mit den Elementen Arbeiten
- Wasser hat viel mit den Emotionen zu tun (gilt auch fürs Kanufahren!)

### Klettern

- Auf Partner einlassen und anpassen
- Zueinander Vertrauen haben
- Verbundenheit – Einheit
- Bewusste Gewichtsverlagerung, bewusstest Abheben und Auftreten
- Körperspannung, Gleichgewicht, Beweglichkeit
- Genaue Abfolge von Bewegungen

### Bogen

- Zielarbeit
- Ziel entwickeln, Pfeil herstellen
- Pfeil losschicken (evtl. in See versenken,...)

Auch **Filme** sind eine gute Gelegenheit, um metaphorisch arbeiten zu können. Paul Guggenbühl (ein „Waldguru“) arbeitet stark mit Filmen, bei denen sich die Teilnehmer mit der Hauptfigur identifizieren können/sollen. Wenn die Art, wie der Held ein Problem löst, Ähnlichkeiten hat mit der Konfliktsituation eines Zuschauers, so ist die Chance hoch für den entsprechenden Lerneffekt.



Wertvolle Filme, die sich gut für spezifische Themen eignen:

- Girl Tights (starker Film für Mädchen)
- Good will hunting (Was mache ich aus meinen Fähigkeiten)
- Alive (Thema „Überleben“)
- Herr der Fliegen (Thema „Regeln“)
- The white squal (Ocean Academy, klassisch erlebnispädagogisches Projekt – interessante gruppensdynamische Prozesse)
- Rivers Tights (Künstlerfilm)
- Grand Paradiso (Junge im Behindertenheim)

Anmerkung: Für Lesemuffel gibt es auch wertvolle Hörbücher zum Weiterempfehlen, zum Beispiel: Die schwarzen Brüder