

Supervisions-Sitzung Gerlinde Lechler

Berufsausbildung B 4

„Probesitzung“ (Höhenangst, Redeangst, Panik)

Bei dieser Sitzung handelt es sich um eine sog. Probesitzung. Diese ist noch keine Therapie im eigentlichen Sinne, sondern dient der Klientin, sowie der Therapeutin zur Orientierung. Die Therapeutin gewinnt einen Überblick über die Innenwelt der Klientin und deren Wahrnehmungsfähigkeit auf visueller, auditiver, kinestetischer und anderen Ebenen, sowie über das Potential ihrer ungelösten Konflikte und das Ausmaß ihrer Abwehr. Die Klientin selbst kann die Methode kennen lernen, die Zusammenhänge und Hintergründe ihres Konfliktmaterials bewusst wahrnehmen, sowie bereits erste Veränderungen erzielen.

Th.: ...und dich durch diese Landschaft bewegst, taucht so etwas wie eine Treppe auf. Eine Treppe vor deinem inneren Auge. Und diese Treppe führt - nach unten? Oder nach oben? - Zu dir! In das Innerste deiner Seele. Vielleicht wird diese Treppe deutlicher, wenn du dich ihr langsam näherst? Und während du das tust, nimm noch einmal deinen Atem wahr, der tief und ruhig dahin fließt, ein und aus. Und das Wissen, daß du sicher und geschützt in diesem Raum liegst. Und zugleich kannst du dort innen bei dir sein. Und jetzt ist die Treppe ganz nah. Und wenn du die Treppe siehst oder fühlst, dann sage es mir. - Pause - Taucht da eine Treppe auf in dir?

- Pause - Kannst du dir eine vorstellen?

Kl.: Ja. - Pause -

Th.: Was für eine Treppe ist das?

Kl.: Eine Holztreppe.

Th.: Führt sie nach oben oder nach unten?

Kl.: Nach oben.

Th.: Ist sie noch weit entfernt, oder bist du schon davor?

Kl.: Ich bin schon davor.

Th.: Beschreibe mal, wie sie aussieht. - Pause -

Kl.: Das ist so eine richtige alte, abgenutzte Holztreppe mit einem Geländer links und rechts.

Th.: Ja? - Pause - Magst du mal die Stufen hochgehen, oder was möchtest du tun?

- *lange Pause* - Wie ist dir zumute?

Kl.: Rauf.

Th.: Ja, dann probiere es doch mal! Was passiert, wenn du jetzt die Treppe hochgehst? Was siehst du, was hörst du? - Pause - Knarren die Stufen? - *lange Pause* - Wie ist dein Empfinden?

Kl.: Hm, ich weiß nicht. - Pause -

Th.: Was weißt du nicht? - *lange Pause* -

Kl.: Ich empfinde eigentlich gar nichts dabei. Also ich gehe zwar die Treppe jetzt hoch, stelle ich mir jetzt vor.

Th.: Ja?

Kl.: Aber ... - Pause -

Th.: Ändert sich der Blick? Was siehst du?

Kl.: Nichts.

Th.: Siehst du das Ende der Treppe?

Kl.: Nee.

Th.: Geht die Treppe immer geradeaus oder im Bogen?

Kl.: Ganz normal nach oben.

Th.: Wie viele Stufen kannst du sehen, hoch?

Kl.: Hm, vier, fünf.

Th.: Hmhm. Und was ist dann da?

Kl.: Nichts.

Th.: Da ist nichts? Und schau mal übers Geländer! Nach rechts, oder übers Geländer nach links. Was ist denn da?

Kl.: Na, auch nichts.

Th.: Eine Treppe mitten im Nichts, ja? - Pause - Und schau mal zurück, von wo du gekommen bist. - Pause - Kannst du dich umdrehen? Traust du dich das? Guck mal zurück! - Pause - Geht das? - Pause -

Kl.: Ja, ich habe das Gefühl, die Treppe ist irgendwo im Nichts. - lacht verlegen -

Th.: Ja. - lacht auch - Das ist ein sehr interessantes Ding. Ist das angenehm? Oder? Wie fühlst du dich dabei? - Pause -

Kl.: Hm, nicht angenehm, aber auch nicht unangenehm. Also es ist halt so. - lacht verlegen -

Th.: Aha. Kennst du das? - Pause - Was kann man mit so einer Treppe anfangen? Möchtest du was tun? - Pause -

Kl.: Ja, weitergehen.

Th.: Geh! ... geht es nach oben weiter oder nach unten?

Kl.: Nach oben.

Th.: Ja. - Pause - Wieviel Stufen bist du nach oben gelaufen? Wie viele Stufen geht sie noch weiter?

Kl.: Jetzt geht sie weiter.

Th.: Aha. Wie weit geht sie noch?

Kl.: Ich sehe immer nur ein Stückchen.

Th.: Du siehst immer nur ein Stückchen, ja?

Kl.: Wenn ich dann da bin, dann geht sie dann auf einmal weiter.

Th.: Kennst du das aus deinem Leben? - Pause - Dass du immer nur ein Stückchen siehst, und dann geht es weiter? - Pause -

Kl.: Ja, manchmal schon.

Th.: Ja. Beschreibe noch mal, wie sieht die Treppe jetzt aus, das Geländer. Hat sich irgendetwas geändert? Oder geh einfach noch immer weiter. - Pause - Sind das bequeme Stufen? - Pause - Oder ist es schwer für dich, diese Stufen hoch zu gehen?

Kl.: Nee, ganz normal Stufen.

Th.: Ganz normal, ja. Und jetzt gehen wir mal weiter und weiter die Stufen hoch, und schau mal, was da kommt. Ob doch irgendetwas sich ändert. Ist es denn hell oder dunkel auf der Treppe?

Kl.: Da ist es hell.

Th.: Da ist es hell, aha. Guck doch mal, wo die Helligkeit herkommt. Was macht das hell? - Pause - Wovon kommt die Helligkeit? Guck mal, ob du die Quelle der Helligkeit siehst. - Pause - Kannst du das erkennen?

Kl.: Nein.

Th.: Nein! Siehst du eine Begrenzung? Eine Wand? Eine Decke? - Pause - Du siehst nur diese Treppe, ja?

Kl.: Ja, hm.

Th.: Oder? Sieht sie immer noch so aus, wie vorher?

Kl.: Ja.

Th.: Ist die eigentlich sauber gemacht, oder ist sie schmutzig?

Kl.: Nee, die ist sauber.

Th.: Hm, sauber. Was meinst du, hast du eine Idee, wohin diese Treppe führt?

- Pause - Kannst du dir vorstellen, wohin diese Treppe führt? Hast du eine Idee?

- lange Pause -

Kl.: Es wirkt so, als ob sie irgendwie in die Wolken führt, nach oben!

Th.: Ja! Da gab es einmal eine Himmelsleiter, hat der Isaak geträumt, weißt du das? Na guck doch mal, ist da oben eine Wolke?

Kl.: Ja.

Th.: Ja. Kannst du da schon hin? Bis da oben hin klettern, auf deiner Treppe?

- Pause - Hm, bist du schon da?

Kl.: Ja.

Th.: Ja. Nun schau mal, ob du von da einen Blick hast? Nach unten? In die Ferne? Was du nun siehst, von deiner Wolke. Hat sie 'ne Nummer?

Kl.: Nein.

- beide lachen -

Th.: Hm. Was siehst du? - Pause - Kannst du unten den Boden erkennen? Kannst du andere Wolken sehen? Kannst du den Himmel sehen?

Kl.: Hm, den Himmel.

Th.: Den Himmel, aha. Wie sieht der aus?

Kl.: Blau.

Th.: Weit weg?

Kl.: Nö.

Th.: Aha. Du bist ja schon mitten im Himmel, ja?

Kl.: Ja.

Th.: Bist du sehr hoch?

Kl.: Ja.

Th.: Was kannst du als Untergrund erkennen, unter der Wolke? - Pause - Traust du dich runterzuschauen? - Pause -

Kl.: Ich guck immer nicht gern runter, weil ich Höhenangst habe. - *lacht* verlegen -

Th.: Aha. Du bist aber mutig die Treppen hoch gestiegen, ja?

Kl.: Ja, hoch kann ich ja, aber ich darf nicht zurück gucken.

Th.: Was hast du für ein Problem, zurück zu gucken? Was passiert da bei dir?

- Pause - Wie äußert sich diese Höhenangst?

Kl.: - sehr langsam - Da wird mir schwindlig, und die Knie zittern, und fange an zu hyperventilieren, also ... - Pause -

Th.: Aha. Na, da sind wir ja voll ins Thema rein gekommen?

Kl.: Hmhm.

Th.: Hast du Angst, das würde dir hier auch passieren? - Pause -

Kl.: Jetzt in dem Augenblick? Oder?

Th.: Ja, jetzt, wenn du von deiner Wolke runterguckst.

Kl.: Nee, eigentlich nicht. Denn ich weiß ja, daß ich hier liege.

Th.: Ja, gut, dann probier es doch einfach mal. - Pause - Du kannst ja anfangen, von dem Himmel über dir, ganz sacht den Blick so nach der Seite zu wenden. Siehst du ganz in der Ferne den Horizont?

Kl.: Ja.

Th.: Wie sieht der aus? Was ist das für ein Horizont? Wie sieht das aus? - Pause - Sind da Berge? Oder Wolken? Oder Meer? Oder eine Stadt?

Kl.: Hm, Berge.

Th.: Berge! Sind das bewaldete Berge? Oder schneebedeckte? Schau mal! Wie es aussieht. Lass mal ein bißchen Sonne darauf scheinen, damit du es siehst. - Pause -

Kl.: Das sind Berge mit Bäumen drauf.

Th.: Möchtest du mal näher ran? Oder? Was siehst du noch? Schau dich mal um. Du kannst dich auch im Kreis drehen, ganz langsam, auf dieser Wolke? Was siehst du noch? Und wie ist dir dabei zumute? - sehr lange Pause - Was lässt dich schlucken zur Zeit? Sag's mal!

Kl.: Na, eigentlich sehe ich nur ein schönes Licht. Also so schönes Orange. Sieht ganz nett und idyllisch aus! Schöner Ausblick!

Th.: Ja. Und kannst du den Blick weiter nach unten tun? Was siehst du noch? Oder möchtest du den Blick erst mal genießen? Ohne Höhenangst? Dann mache ich die Musik ein bißchen lauter, ja?

Kl.: Ach, braucht nicht.

Th.: Gut. Dann wollen wir mal weiterschauen. - Pause - Wo befindest du dich jetzt? Noch auf deiner Wolke?

Kl.: Ja.

Th.: Du siehst den Horizont? Ganz weit weg? - Pause -

Kl.: Na, so ganz weit ist der auch nicht. Aber man kann es gut erkennen.

Th.: Hmm. Und bist du sehr hoch über dem Horizont? Auf deiner Wolke? Oder ist die sehr niedrig? Bewegt die sich über die Erde? - Pause - Oder was kannst du dir vorstellen, was kannst du erkennen?

Kl.: Die ist nicht sehr hoch, hm.

Th.: Ja, und da hast du noch keine Höhenangst, hm?

Kl.: Nein

Th.: Gut. Dann schau doch mal, über welche Gegend, über was für eine Landschaft, wo du dich bewegst. Was du siehst, was du empfindest. Was da auf dich zukommt, was an dir vorüber gleitet. - Pause -

Kl.: Ja, unter mir ist eine Stadt. Und Häuser, als ob man mit einem Flugzeug über eine Stadt fliegt, wenn man gerade startet.

Th.: Ja! Wie geht es dir dabei? Wenn man so startet mit dem Flugzeug?

Kl.: Gut, habe ich keine Probleme.

Th.: Ja, mit Fliegen überhaupt nicht?

Kl.: Nein.

Th.: Aha. Wann bekommst du denn Höhenangst?

Kl.: Wenn ich auf einer Treppe laufe, wo man unten durchgucken kann. Oder, hm, im Sessellift, wo man in Österreich oder so, die Berge hochfährt.

Th.: Ja.

Kl.: Oder runter, oh! - lacht verlegen -

Th.: Was merkst du da? Warum sagst du „Oh!“?

Kl.: Na, weil ich sehr starke Angstzustände dann habe. - Pause -

Th.: Ja. Wo sitzt diese Angst? Kannst du mir das sagen?

Kl.: Im Hals, und im Magen. - lacht verlegen -

Th.: Ja. - Pause - Merkst du die jetzt auch? - Pause -

Kl.: Nee.

Th.: Willst du sie jetzt mal hoch holen? Die Angst im Hals und im Magen? Und sie mal fragen, warum sie da auftauchen? - Pause - Wenn du damit im Sessellift fährst? Oder eine Treppe läufst, wo du unten durchgucken kannst? - Pause - Du kannst diese Angst mal herholen. Du kannst sie fragen: Angst aus dem Magen und Angst aus dem Hals, warum kommt ihr immer? - Pause - Oder weißt du es?

Kl.: Nein, das weiß ich nicht.

Th.: Möchtest du es wissen?

Kl.: Ja. - Pause -

Th.: Dann hol sie dir mal her. Guck sie dir mal an, wie sie aussehen. Bitte sie mal zu dir. Sprich sie an. Und bitte sie, dass sie mit dir eine Beratung machen. Nur eine kleine heute. Heute ist ja Probesitzung. - Pause - Was meinst du? Wie sieht diese Angst aus im Magen, und wie sieht die Angst im Hals aus? - Pause - Wie kleine schwarze Teufelchen? Oder wie zwei große alte...? Oder wie zwei Lausbuben? Oder wie zwei, ich weiß

nicht. Überleg mal. - Pause - Was kommt dir für ein Einfall? Ruf sie mal. Sprich sie an. Kannst du laut machen. Hier ist alles, alles mit Leben erfüllt. - Pause - Vielleicht haben sie sogar Namen? Oder du kannst ihnen Namen geben? Frag sie mal. Sie müssen es dir sagen. - Pause - Spürst du sie jetzt? Sind sie bei dir? Oder schlafen sie? Oder haben sie sich verkrochen?

Kl.: Sie haben sich verkrochen.

- beide lachen -

Th.: Was meinst du, wo? Hast du ein Versteck für sie? - Pause - Möchtest du ihnen sagen, zum Beispiel, dass du mit ihnen reden möchtest?

Kl.: Hm.

Th.: Sag ihnen doch zum Beispiel, du möchtest mal **ohne Angst im Bauch und im Hals** die Treppen hoch und runter gehen können, mit dem Lift fahren in den Bergen. Und dass du das nur mit ihnen gemeinsam klären kannst. Und dass ihr da noch mal eine Vereinbarung treffen müßt, dass ihr miteinander reden müßt. - Pause - Kannst du das sagen und dir vorstellen? Wäre das eine gute Idee? - sehr lange Pause - Was ist?

Kl.: Hm.

Th.: Sprich ruhig. Du weißt, du kannst alles ablehnen, kannst sagen nein, ich muß los, oder, das hier ist albern.

Kl.: Ja. - lacht -

Th.: Warum findest du es albern? Sag mal.

Kl.: - lachend - Es ist so komisch.

Th.: Ja. Was ist komisch? Deine Angst, mit dem Lift zu fahren? Oder deine Angst...

Kl.: Na, mit der Angst so zu sprechen.

Th.: Mit der Angst zu sprechen, aha. Probier es doch einfach mal!

- Klientin lacht wieder -

Th.: Das ist doch eine Angst, die ist direkt in dir. Und du kannst jedes Teil von dir direkt mit Namen ansprechen, ja? Du kannst deine rechte Hand ansprechen. Du kannst deine Nase ansprechen. Du kannst deine Augen ansprechen. Du kannst sagen: Mein Magen, lieber Magen, warum machst du so ein Theater? Du kannst auch die Angst ansprechen. Warum nicht? - Pause - Aber gut, lassen wir es mal. Gehen wir weiter?

Kl.: Hmh.

Th.: Was siehst du? Wie fühlst du dich?

Kl.: Ich fühle mich gut.

Th.: Ja. Bist du noch auf deiner Wolke?

Kl.: Ja. Ich habe mich noch nicht wegbewegt. - lacht verlegen -

Th.: Und bewegt sich denn die Wolke? Mit dir?

Kl.: Nein.

Th.: Die steht?

Kl.: Ja.

Th.: Eh, das ist aber selten, dass Wolken stehen. Guck mal an, wieso steht die?

- Pause - Ist die irgendwo angemacht? Schau mal! Was hält die Wolke an?

Kl.: Ja, die hängt oben an der Leiter dran.

- beide lachen -

Th.: Die hängt an der Leiter! Und die Leiter?

Kl.: Ja, die steht halt da so, im Raum.

Th.: Aha, die steht da. Steht die denn noch unten auf der Erde?

Kl.: Ja.

Th.: Aha. Und kannst du runter gucken? Traust du dich, so ein Stückchen zu gucken?

Kl.: Ja, hm.

Th.: Warum geht das? Warum kannst du da runter gucken? - Pause - Weil du durch die Treppenstufen nicht durchgucken kannst?

Kl.: Ich sitze da ganz sicher auf meiner Wolke. - lacht -

Th.: Aha. Ja. Was willst du nun machen? Willst du wieder runter steigen? Oder willst du mal gucken, wo es denn weiter geht? So eine Treppe führt doch eigentlich irgendwo hin. Und meistens zu irgendwelchen Türen, Zimmern. Oder? Wo führt deine Treppe hin?

Kl.: Na, die ist da zu Ende. An der Wolke.

Th.: Hey, was könntest du jetzt tun? Was willst du tun? Da sitzen bleiben?

Kl.: Nö.

Th.: Na, frag doch mal die Wolke! Was du machen sollst. Oder frag die Treppe, was du machen sollst. Vielleicht haben die eine Idee? - Pause - Soll mal was auftauchen lassen.

Kl.: Hmhm.

Th.: Und was kommt da? - lange Pause - Magst du dir einen Helfer holen?

Kl.: Ja.

Th.: Was könnte das für jemand sein? - Pause - Was für einen Helfer wünschst du dir in dieser Situation? - Pause - Soll ich dir jemand schicken, der so auf dem Bahnhof rum steht und immer Auskunft gibt?

- beide lachen - Oder was könntest du dir vorstellen? - lange Pause - Verändert sich deine Wolke? Beschreib sie mal, wie sie ist.

Kl.: Die ist ganz zart und duftig, und leuchtet, weil sie von der Sonne angestrahlt wird.

Th.: Hmhm. Frag sie mal, ob sie sich wohl fühlt, da so. So an die Leiter angekettet zu sein? Das ist gar nicht so richtig Wolkenart, ne?

Kl.: Hmhm.

Th.: Frag sie mal, was sie möchte. Oder spür mal nach, warum sie da bei dir ist. Damit du dich wohl fühlst? Ja? - Pause -

Kl.: Na, die soll mich bestimmt irgendwo hin bringen.

Th.: Frag sie mal, wohin. - Pause - Bist du denn schon bereit dazu? Möchtest du dich hin bringen lassen, irgendwo, von ihr?

Kl.: Ja.

Th.: Dann sag es ihr! Du mußt schon reden mit deiner Wolke. - Pause - Frag sie mal: Wohin willst du mich bringen? Oder sag: Ich bin bereit, wenn du möchtest. - Pause - Das kannst du auch so ganz leise machen, wenn du es nicht laut willst. Aber sprich sie an, die Wolke. - Pause - Und dann pass mal auf, was geschieht, und sag es mit dann. - lange Pause - Hmhm? Wie ist dir? Was passiert?

Kl.: Nichts.

Th.: Du hast die Wolke wohl nicht richtig angesprochen? Hast du deinen Wunsch gesagt?

Kl.: Hmhm.

Th.: Möchtest du wegfliegen mit ihr? Oder was möchtest du?

Kl.: Ja, an einen anderen Ort möchte ich.

Th.: Mit der Wolke?

Kl.: Hmhm.

Th.: Sag's ihr mal! - Pause - Also Wolke, die Anke möchte jetzt mit dir an einen anderen Ort. Aber sie traut sich das dir nicht zu sagen. Sie findet das albern.

Kl.: - lacht verlegen dabei -

Th.: Du willst zwar mit der Wolke fliegen, aber sagen kannst du es ihr nicht! Okay. Und nun guck doch mal, Wolke, warum klappt das denn noch nicht? Zeig doch mal der Anke, warum das noch nicht geht. - Pause - Guck mal hin, Anke, vielleicht zeigt sie es dir. Warum könnt ihr beide noch nicht los fliegen?

Kl.: Ja, die ist immer noch an der Leiter fest.

Th.: Hmhm. Und womit ist sie festgemacht?

Kl.: Na, die hängt da so fest. Die ist da nicht festgemacht, sondern... - Pause -

Th.: Schafft sie es nicht alleine, sich zu befreien?

Kl.: Nee.

Th.: Frag sie mal.

Kl.: Nee, schafft sie nicht alleine.

Th.: Aha. Kannst du ihr helfen? Will sie sich helfen lassen? Frag sie mal. - Pause - Hm, was meint die Wolke? - Pause - Hm? Was meint die Wolke?

Kl.: Ja, man könnte sie ganz einfach eigentlich losmachen.

Th.: Ja. Wer soll es machen? Möchte sie es?

Kl.: Ich! Ich... - Pause -

Th.: Möchtest du es?

Kl.: Tja, dazu müßte ich mich an den Rand der Wolke begeben, und dann wird mir schwindlig.

Th.: Ach so. Na, dann sag der Wolke das mal, warum du das nicht kannst. Vielleicht hat die Wolke denn eine Idee? - lange Pause - Vielleicht kann sie Hilfe holen, oder du? - Pause - Was könntest du gebrauchen, um nicht an den Rand rutschen zu müssen? Und trotzdem die Wolke zu befreien? Was meinst du? Gäbe es da was?

Kl.: Na, irgendeinen langen Gegenstand, einen Stock, oder irgend so was.

Th.: Schau, du kannst dir alles wünschen. Das ist sofort da. Was brauchst du?

Kl.: Na, ich brauche jetzt einen langen Stock, um diesen Zipfel da von der Leiter abzumachen.

Th.: Ja. Schau mal, der liegt schon neben dir, du brauchst ihn nur zu nehmen. Probier es mal.

Kl.: Ja, damit geht es.

Th.: Ja, dann mach es. Was passiert nun?

Kl.: Jetzt schwebt die Wolke weg.

Th.: Mit dir?

Kl.: - lachend - Mit mir!

Th.: Toll! Und wohin fliegt ihr? - Pause - Hoch hinauf? Weit?

Kl.: Nee, nicht höher. Die bleibt auf derselben Höhe. Aber in anderer Richtung.

Th.: Und wie ist das für dich? Fühlst du dich sicher und geborgen in der Wolke?

Kl.: Ja.

Th.: Ja. Und was siehst du? Worüber schwebt ihr?

Kl.: Na, auch noch über der Stadt.

Th.: Über die Stadt, hmhm. Und was siehst du alles an der Stadt? Was zeigt die Wolke? Ist sie so ein Reiseführer für dich? Oder bestimmst du, wohin die Reise geht?

Kl.: Nee, die schwebt einfach nur so rum, also ohne, dass ich sage, wo es lang geht.

Th.: Und das ist schön für dich, oder?

Kl.: Na, ich schau erst mal. - lacht verlegen -

Th.: Ja, schau erst mal. - lange Pause - Und dann sagst du mir, was du siehst, wie es dir geht. - Pause - Sind am Himmel noch andere Wolken? Oder gibt es am Himmel nur deine?

Kl.: Da sind auch noch andere.

Th.: Hmhm? - lange Pause - Und jetzt lass eine ganze Zeit vergangen sein, wo du dir alles schön angeguckt hast. Und wo bist du jetzt? Was siehst du? In deiner Wolke?

- Pause - Wie geht es dir?

Kl.: Ich, so langsam würde ich ganz gerne mal wieder da runter kommen.

Th.: Dann sag es deiner Wolke. Soll sie dich irgendwo absetzen? Wieder zur Treppe zurück? Oder wo soll sie dich hinbringen? Sag es ihr mal. Sie macht das! Du musst nur deine Wünsche äußern. - Pause - Oder soll ich es der Wolke sagen? - Pause -

Kl.: Na, die Wolke soll mich ganz sanft zum Boden wieder bringen.

Th.: Ja! Kannst du das ihr direkt sagen? „Bring mich doch bitte ganz sanft zum Boden.“?

Kl.: Ja. Bring mich bitte ganz sanft zum Boden.

Th.: Ja. - Pause - Und passiert das auch?

Kl.: Ja.

Th.: Ja. - Pause - Und wo landest du?

Kl.: Irgendwo auf der Straße.

Th.: Aha. Kennst du diese Straße?

Kl.: Nein.

Th.: Schau mal, was siehst du?

Kl.: Da sind Altbauten, wie im Prenzlauer Berg sieht es da aus.

Th.: Ja. Schon renoviert? Oder noch ganz....

Kl.: Nee, ganz alt.

Th.: Ganz alt, aha. Siehst du Leute? Oder Häuser? Geschäfte?

Kl.: Ja, Häuser, hm.

Th.: Hmhm. Welches Haus ist gleich am nächsten bei dir? Schau es dir mal an. Oder fällt dir eins besonders auf? Beschreibe es mal. Welches zieht dich an mit seinem Blick, seinem Aussehen?

Kl.: Nee, die sehen alle so gleich aus.

Th.: Wie denn?

Kl.: So grau und verkommen.

Th.: Fühlst du dich da wohl?

Kl.: Nee, nicht so unbedingt.

Th.: Was meinst du, warum dich die Wolke gerade da abgesetzt hat? Ist die Wolke schon weg?

Kl.: Ja.

Th.: Was machst du nun?

Kl.: Ich gehe durch die Straßen und gucke, dass ich da weg komme. - lacht -

Th.: Okay, schau einmal, was da kommt alles.

Kl.: Ja, dann kommt ein schöner renovierter Teil von dem Altbaugelände.

Th.: Aha. Wie sieht das aus?

Kl.: Romantisch. - lacht -

Th.: Aha, ja. Möchtest du mal reingehen?

Kl.: Ja.

Th.: Hmhm. Eine Tür oder ein Hof?

Kl.: Eine Tür, die geht zu einem Hof.

Th.: Was ist das für eine Tür?

Kl.: Eine große, schwere, schöne.

Th.: Steht da was dran, an der Tür? Guck mal, ob da was steht.

Kl.: Nee, das ist eine Holztür. Da sind so Eisenbeschläge drauf. So richtig auf alt gemacht. Richtig rustikal.

Th.: Aber es ist nicht wirklich alt? Es ist nur so gemacht?

Kl.: Das weiß ich nicht.

- beide lachen -

Th.: Ah. Guck sie dir mal genau an. - Pause - Ist da irgendwo ein Schild, das du sehen kannst, was das für ein Haus ist? Wohin die Tür führt? Ist das ein Wohnhaus, oder Geschäfte? Was ist hinter der Tür, was meinst du?

Kl.: Na, man kann ja reingucken, die Tür ist ja offen.

Th.: Was siehst du? Geh mal rein?

Kl.: Richt schönen Hinterhof mit ganz viel Grün. Und Balkons. Ganz viele Pflanzen drauf. Oben sind Wohnungen. Und unten, so wie Praxen oder Handwerker. So ein Gewerbehof. Aber eben alles ganz schön. So wie im Süden so gemacht.

Th.: Aha. Und magst du da mal irgendwo reingehen? Oder wieder weggehen? Oder einfach noch bleiben?

Kl.: Na, ich lass das erst mal auf mich wirken. Da ist eine Bank, da kann man sich drauf setzen. Da setze ich mich drauf. Und genieße einfach diesen Ort.

Th.: Musik dazu?

Kl.: Hmhm.

- Musik wird lauter gestellt; lange Pause mit Musik, Klientin hat stark bewegte Mimik -

Th.: Was passiert denn? Was bewegt dich so? Magst du es sagen? - lange Pause -

Kl.: Ja, das ist eigentlich so der Ort, wo ich dann, sag ich mal, wo ich dann arbeiten würde, wo ich dann das Gefühl hätte, dass man irgendwo angekommen ist.

Th.: Ja.

Kl.: Wie das Ziel, oder wie ein Wunschtraum. Als ob man dann wirklich zu Hause ist oder so. - Pause -

Th.: Ja. Mal dir diesen Wunschtraum aus. Denn alles, was wir uns vorstellen, wird sich realisieren. Zum Guten und zum Bösen. - Pause - Siehst du dort deine eigene Arbeitsstelle? Wirst du dort arbeiten?

Kl.: Ich kann, ja, ich kann es mir vorstellen.

Th.: Ja, was wirst du dort tun? Stelle es dir vor. Vielleicht siehst du auch ein Schild? Was steht da drauf? - Pause - Siehst du dich dort?

Kl.: Hmhm. - Pause -

Th.: Hast du auch ein Gewerbe?

Kl.: Ja. Zumindest sieht es so aus. Nicht wie ein Kosmetiksalon, ja, auch mit Kosmetik, aber auch mit irgendwelchen anderen Sachen. Ich kann es nicht genau sehen. - lacht verlegen - -Pause - Dass da im Prinzip Sachen gemacht werden, die für den ganzen Menschen gut sind.

Th.: Ja. Ganzheitskosmetik?

Kl.: Ja.

Th.: Ja. Und kommen Leute zu dir, und sich behandeln....

Kl.: Ja, hm.

Th.: Siehst du noch andere Leute, die behandeln, oder nur du?

Kl.: Auf dem Hof?

Th.: Ja, bist du alleine da? Oder hast du auch noch Leute, die mit dir arbeiten?

Kl.: Nein, da bin ich alleine.

Th.: Hmhm, wie fühlst du dich?

Kl.: Gut.

Th.: Gut?

Kl.: Gut, zufrieden.

Th.: Hast du viel zu tun? - Pause - Hast du das Gefühl, du kannst davon leben?

Kl.: Weiß ich nicht, das kann ich jetzt nicht fühlen.

Th.: Wie fühlst du dich?

Kl.: Es geht.

Th.: Wo ist dein Kind, dein Mann? Wohnt ihr auch da? Oder gehst du nur zum Arbeiten hin?

Kl.: Da gehe ich nur zum Arbeiten hin.

Th.: Aha. Möchtest du da noch eine Weile bleiben? Oder möchtest du noch etwas anderes sehen? - *lange Pause* - Was möchtest du?

Kl.: Am liebsten möchte ich da bleiben.

Th.: Hmhm. - *lange Pause* - Willst du noch lange bleiben?

Kl.: Ja.

Th.: Gehst du in dein Geschäft rein? Bereitest du vor für neue Klienten? Oder was tust du?

Kl.: Ich bin in meinem Geschäft.

Th.: Hmhm. Wie sieht es da aus? Beschreibe mal!

Kl.: Äh, na ja, vielleicht ein schöner Holzfußboden. Die Wände sind in zartem Orangeton.

Th.: Hmhm.

Kl.: Und alle erdigen Farben. Rostrot und schöne Holzmöbel. - *Pause* - Ganz ruhig da drin. - *Pause* -

Th.: Ja, kannst du dir *Zeit* nehmen für deine Leute?

Kl.: Also, wenn man rein kommt, dass da gleich so eine Wohlfühlatmosphäre ist. Ja, wenn man rein kommt, fühlt man sich gleich geborgen.

Th.: Schön. - *Pause* - Hmhm. - *Pause* - Und was tust du noch alles, dass die Leute sich wohl fühlen? - *Pause* - Was kannst du schon erkennen? - *Pause* -

Kl.: Da ist leise Musik an, ganz zarter Duft von Räucherstäbchen liegt in der Luft.

Th.: Ah, schön! - *Pause* - Was noch?

Kl.: Na, da ist vorne so eine kleine Sitzecke, wo dann die Leute erst mal Platz nehmen können, erst mal ankommen können, vielleicht einen Tee trinken oder einen Saft, was sie möchten. Dass sie nicht gleich vom stressigen Alltag in die Behandlung stürzen, sondern dass man sich erst mal mit ihnen unterhalten kann. Was wollen sie? Was will ich? Oder - *lacht* - dass man weiß, was man überhaupt mit der Behandlung erreichen möchte.

Th.: Lass doch mal so jemanden jetzt einfach mal da sein. Schau mal, wer da sitzt. - *Pause* - Sicher mssßt du schon Termine vergeben, dass die Leute nicht zu lange da sitzen müssen? - *Pause* - Wer sitzt jetzt halt mal da? - *Pause* - Ist da schon jemand? - *Pause* - Ein Mann oder eine Frau?

Kl.: Hm, eine Frau.

Th.: Kommen nur Frauen zu dir, oder auch Männer?

Kl.: Na, ich arbeite lieber an Frauen.

Th.: Hmhm, ja. - *Pause* - Ist da jetzt schon eine Frau da und wartet auf dich?

Kl.: Hm, die kommt gerade rein.

Th.: Ja, was ist das für eine? - Pause - Ist das eine neue Kundin oder eine, die du schon kennst? - Pause -

Kl.: Eine neue.

Th.: Aha. Darf ich Mäuschen sein?

- Klientin lächelt zustimmend -

Th.: Was möchte sie? Was bietest du ihr an? - Pause - Wie sieht sie aus? Was hat sie für ein Anliegen?

Kl.: Ja, sie will sich jetzt erst mal erkundigen, was man so alles machen kann.

Th.: Hmhm. - Pause - Hat sie viel Geld?

Kl.: - lacht - Das weiß ich noch nicht.

Th.: Wie sieht sie aus? Sieht sie nach Geld aus, oder nach Bedürftigkeit für deine Behandlung?

Kl.: Na, sie ist gut angezogen, modern, aufgeschlossen wirkt sie.

Th.: Hm. Meinst du, du kannst gut mit ihr arbeiten, ganzheitlich?

Kl.: Doch, ich denke schon.

Th.: Ja, lass deine Phantasie jetzt einfach laufen. Was bietest du ihr an? Was hast du alles in deiner Praxis an Angeboten? - Pause - Alles steht dir offen, alles kann werden und sein. - Pause - Was kann der Frau helfen, was schlägst du vor?

Kl.: Ja, also, sie hat nicht so viel Zeit, so oft zu kommen, und möchte deshalb, wenn sie kommt, richtig verwöhnt werden. Da schlage ich ihr vor, zu Beginn der Behandlung im Dampfbad Platz zu nehmen, dass man sich erst mal lockert und einstimmt auf die Behandlung. Vielleicht könnte man vorher auch eine Ölmassage machen mit ayurvedischen Ölen, um die Giftstoffe im Gewebe zu lösen, und danach ins Dampfbad. Und dann bekommt sie eine schöne Ganzkörpermassage mit ätherischen Ölen, die dann direkt auf sie zusammengemischt sind.

Th.: Von dir?

Kl.: Ja. Und wenn sie dann ganz entspannt eingewickelt in der Decke liegt, gibt es noch eine schöne Gesichtsbehandlung. Die Massage mit Akupressurpunkten. Bio-kosmetik. Ja, also richtig nur für die Kundin. Kein Telefon stört, kein anderer kommt. Wir fühlen uns beide dabei wohl bei der Behandlung. Nicht nur die Kundin, sondern ich, weil ich eben zufrieden bin, mit dem, was ich mache.

Th.: Nun möchte sie aber auch noch die Hände und die Füße behandelt haben. Kannst du das auch noch machen?

Kl.: Die Hände ja, aber die Füße nicht, - lacht verlegen - das habe ich noch nicht gelernt.

Th.: Ja, bis dahin wirst du das doch wohl gelernt haben!

Kl.: - lacht - Muß ich? Ja?

Th.: Ja. Oder du hast jemanden angestellt, der das dann macht, hm? Du machst das Gesicht, und jemand anderes macht die Füße.

Kl.: Hmhm.

Th.: Und noch jemand anders macht die Hände. Kennst du das von indischen Bildern, wo gleich vier, fünf Leute an einem Menschen arbeiten?

Kl.: Hmhm.

Th.: Wunderbar, ja?

Kl.: Ja, das wäre ideal. - Pause -

Th.: Ja, und schau mal, wie sieht die Frau aus danach? - Pause - Die ist richtig aufgeblüht, ne?

Kl.: Hm. Sie sieht trotzdem so ein bisschen müde aus.

Th.: Ja, hm, was meinst du? Warum sieht sie müde aus? Was braucht sie?

Kl.: Weil sie am liebsten danach noch schlafen möchte, so entspannt ist.

Th.: Kannst du ihr das auch noch bieten? - Pause -

Kl.: Hm, sie hat ja keine Zeit mehr.

Th.: Was machst du dann in solchem Fall?

Kl.: Ja, die Kundin sagt, sie hat keine Zeit mehr, die muss dann los. - lacht verlegen -

Th.: Vielleicht kriegt sie noch was Gutes zum Trinken hinterher?

Kl.: Hmhm.

Th.: Einen Vitamin-Cocktail?

Kl.: Hmhm.

Th.: Ist sie noch müde?

Kl.: Damit sie wieder zu sich kommt, machen wir noch ein paar Yoga-Übungen.

Th.: Richtig, wunderbar.

Kl.: Und dann geht sie.

Th.: Aber sie bezahlt doch wohl?

Kl.: Ich hoffe es auch. - lacht verlegen -

Th.: Aber das musst du einfordern. Komm, lass sie nicht gehen, ehe sie gezahlt hat. Zahlt sie mit Scheck oder bar?

Kl.: Bar.

Th.: Oder will sie auf Rechnung bezahlen.

Kl.: Sie zahlt bar.

Th.: Und hast du einen angemessenen Preis? Denn du bietest eine gute Arbeit.

- Pause - Und Trinkgeld gibt sie dir auch? - Pause - Macht sie einen neuen Termin aus?
- Pause -

Kl.: Hm, ne, sie meldet sich wieder.

Th.: Was hast du für ein Gefühl dabei?

Kl.: - lacht verlegen - Hoffentlich kommt sie wieder!

Th.: Was meinst du, warum sie noch keinen Termin ausmachen will?

Kl.: Weil sie immer dann kommt, wenn sie meint, sie braucht es jetzt.

Th.: Aha. Also bist du sicher, sie wird wiederkommen?

Kl.: Ja.

Th.: Ja, gut. Das ist doch ein tolles Gefühl, ne?

Kl.: Hmhm.

Th.: Und bist du auch müde von dieser Arbeit?

Kl.: Nein.

Th.: Du fühlst dich wohl?

Kl.: Hmhm.

Th.: Sehr gut. Und was machst du jetzt? - *Pause* - Kommt noch ein Patient oder noch ein Klient? Oder eine Kundin oder ein Kunde?

Kl.: Jetzt räume ich erst mal auf.

Th.: Ja.

Kl.: Und mache alles wieder frisch. Die gebrauchte Wäsche.

Th.: Hast du selber eine Waschmaschine da, oder gibst du es weg?

Kl.: Nee, das mache ich selber.

Th.: Hmhm. Hast du viele Räume da?

Kl.: Nee, das nehme ich mit nach Hause.

Th.: Wann gehst du nach Hause? - *Pause* -

Kl.: Na, abends.

Th.: Jetzt ist aber noch nicht Abend, ne? - *Pause* - Hast du noch lange zu arbeiten? Kommen noch Kunden? - *Pause* - Oder was hast du jetzt vor? - *lange Pause* -

Kl.: Ja, ich muss noch eine Kundin zurückrufen, weil die auf den Anrufbeantworter gesprochen hat.

Th.: Hmhm.

Kl.: Die sich beraten lassen wollte. - *Pause* -

Th.: Machst du Beratungen umsonst, oder nimmst du dafür Geld?

Kl.: Die Beratungen sind umsonst.

Th.: Hmhm. - *Pause* - Ja. - *lange Pause* - Hmhm. Ist das alles wieder bereit? Kommt noch jemand?

Kl.: Na, eingeschrieben ist keiner.

Th.: Hmhm. - *Pause* -

Kl.: Und ob noch jemand kommt, das weiß ich nicht.

Th.: Wie lange bleibst du noch? Oder machst du dann einfach Schluss?

Kl.: Ne, ich bleibe. Weil, es könnte ja doch noch jemand kommen.

Th.: Ja. - *Pause* - Wie kannst du dir organisieren, dass mehr Leute kommen? Hast du da schon Ideen? Oder kommt das selten vor?

Kl.: Na, ich würde versuchen, mit Leuten, die in der Nähe wohnen oder arbeiten, so Physiotherapeuten oder Ärzte, mit denen in Kontakt zu kommen, sich vorzustellen, dort auch Prospekte auszulegen.

Th.: Ja, klar.

Kl.: Oder mit Apotheken, jemanden, wo dann der Kundenkreis verkehren würde, den ich gerne behandeln möchte.

Th.: Hmhm, was sind das für Kunden, die du gerne behandeln möchtest?

Kl.: Kunden, denen ihre Gesundheit aber auch wichtig ist. - Pause -

Th.: Ja?

Kl.: Die auch... wichtig sind, auch dafür Geld ausgeben, die das aber auch gerne machen, nicht, dass man die dazu zwingen muss. - lacht verlegen -

Th.: - lacht zustimmend - Na, zwingen kann man schon keinen, was für seine Gesundheit zu tun?

Kl.: Ja, viele wollen, dass es ihnen gut geht, aber wollen nichts dafür tun. Wollen in ihrer gewohnten Struktur bleiben.

Th.: Das stimmt, ja. Und was kannst du dafür tun, dass noch mehr Leute davon überzeugt werden, was für sich zu tun? Was meinst du? - Pause - Kannst du mal was machen? - Pause - Kannst du Vorträge halten?

Kl.: Hm.

Th.: Oder einladen dazu, zu Vorträgen?

Kl.: Ja.

Th.: Hast einen schönen Raum dazu? Ich würde auch kommen zum Vortrag.

Kl.: Ja, das müsste man dann in der Praxis machen.

Th.: Zum Beispiel, ja!

Kl.: Dass die hoffentlich zukünftigen Kunden gleich sehen, - lacht - was sie erwartet.

Th.: Ja, eben. - Pause - Du kannst auch einen Artikel vielleicht schreiben?

Kl.: Ja, um erst mal die Leute aufmerksam zu machen auf sich, sie neugierig zu machen vielleicht. - Pause - Hmhm, was mein Problem wäre, zum Beispiel mit Vorträgen, ja, mit ein, zwei Leuten kann ich, sag mal, gut reden, aber wenn mehr kommen, dann, hm. - Pause -

Th.: Was ist dann?

Kl.: Bin ich aufgeregt, und ... - Pause - Weiß nicht, vor mehreren Leuten zu sprechen, ist, ist Horror, finde ich. - lacht verlegen -

Th.: Ach, da haben wir noch ein Problem, ne?

Kl.: Hmhm.

Th.: Ist das so etwas wie Höhenangst?

Kl.: Hmhm.

- beide lachen -

Th.: Höhenangst hast du, wenn du drei, vier Stufen hoch bist. Bei zwei Stufen noch nicht, oder?

Kl.: Nee, da noch nicht.

Th.: Bei zwei Leuten auch nicht?

- Klientin lächelt -

Th.: Ist jeder Mensch mehr, wie eine Stufe mehr?

Kl.: Ja, so ungefähr. - lacht - Hmhm.

Th.: Also, wo sitzt denn diese Angst, diese Aufgeregtheit? - Pause - Oder wo merkst du das dann? Wo du sagst, „dieser Horror“? Wie äußert der sich?

Kl.: Oh, ich habe Herzklopfen und nasse Hände und trockenen Mund.

Th.: Dann musst du was für deine Gesundheit tun.

- beide lachen -

Th.: Was du ja gerade machst. Was meinst du, woher das kommt?

Kl.: Ich weiß nicht, das ist schon immer da.

Th.: Immer?

Kl.: Hmhm.

Th.: Schon, wie du geboren wurdest? Nein!

Kl.: Na ja, so lange, wie ich mich daran erinnern kann. - lacht verlegen -

Th.: Geh doch mal zurück in so eine Situation. Welche fällt dir ein? - Pause - Hast du eine präsent?

Kl.: - lacht verlegen - Oh ja.

Th.: Sag mal!

Kl.: Also das war, glaube ich, das erste, wo ich mich so richtig doll dran erinnern kann. Das war in der Schule. Da war Fahnenappell, und ich musste ein Gedicht aufsagen.

Th.: Geh jetzt einfach mal in die Situation.

Kl.: Na, ich sehe mich, ich fühle mich, genau wie damals.

Th.: Ja?

Kl.: Ach, und ich war so aufgeregt.

Th.: Du bist so aufgeregt. Sei dort in der Situation: Ich bin aufgeregt.

Kl.: Und ich habe vorsichtshalber hinten in meiner Hose meinen Spickzettel, falls ich das Gedicht dann vergesse.

Th.: Ja?

Kl.: Und ja, jetzt sage ich... - Pause -

Th.: Du hast also schon vorbereitet?

Kl.: Hmhm. Da sage ich das Gedicht auf, und vor lauter Aufregung habe ich ein totales Blackout. Aber ich habe alles vergessen.

Th.: Ja?

Kl.: Ach, ich kriege den Zettel aus der Tasche auch nicht raus. - lacht verlegen - und, oh, ist das peinlich! Ich kriege bestimmt einen knallroten Kopf und...

Th.: - unterbricht - Merkst du, dass du einen roten Kopf bekommst?

Kl.: Ja, total.

Th.: Guck dir mal an, was sagen die anderen, die da rings rum stehen?

Kl.: Na, die grinsen und amüsieren sich. - lacht verlegen -

Th.: Aus deiner Klasse?

Kl.: Na, die ganze Schule.

Th.: Die Schule, die ganze Schule!

Kl.: Na ja.

Th.: Welches Gedicht musst du aufsagen, weißt du es noch?

Kl.: Das weiß ich nicht mehr.

Th.: Was machst du jetzt?

Kl.: Na, ich bin weggegangen, - lacht verlegen - weil ich ... - Pause -

Th.: Wohin?

Kl.: Na, da, wo die Klasse steht. Da habe ich mich dann ganz hinten versteckt, dass mich ja keiner sieht. - lacht verlegen - Oh, ich finde das so schrecklich!

Th.: Und das war das erste Mal?

Kl.: Ich glaube ja, hmm.

Th.: Ja?

Kl.: Ich meine, aufgeregt war ich schon immer, wenn ich vor anderen sprechen musste. Aber da war das so, dass ich wirklich nicht mehr denken konnte. - lacht verlegen -

Th.: Ja! Trotzdem du dich vorbereitet hattest mit dem Zettel?

Kl.: Hmhm. Den habe ich ja nicht rausgekriegt aus der Tasche! - lacht verlegen -

Th.: Ja, pass auf. Jetzt machen wir einfach, dass wir noch mal zurückgehen. Du stehst wieder dort. Du sollst das Gedicht aufsagen, und jetzt kannst du aber den Zettel aus der Tasche nehmen. So, was passiert jetzt? Spiel einfach die Situation noch mal durch? Du kriegst den Zettel aus der Tasche raus. Was passiert jetzt? Wie fühlst du dich?

Kl.: Na ja, Gott sei Dank, habe ich den Zettel jetzt vor mir, und jetzt fange ich halt noch mal ganz von vorne an. - Pause -

Th.: Fang an! Fang richtig an! Fühl dich in der Situation! - Pause - Jetzt liest du den vor?

Kl.: Hmhm, ja.

Th.: Und du kannst auch lesen?

Kl.: Ja.

Th.: Und die Buchstaben schwimmen nicht vor deinen Augen? Dir wird nicht schlecht?

Kl.: Nee, ich bin zwar ein bisschen zittrig, aber ich versuche es hinter mich zu bringen. - lacht verlegen -

Th.: Ist das ein langes Gedicht?

Kl.: Nee, so lang ist es nicht.

Th.: Hmhm. - Pause - Ja? - Pause - Und jetzt liest du das Gedicht vor? Oder kannst du dann sogar wieder auswendig weiter sprechen?

Kl.: Nee, ich kann es nur vorlesen.

Th.: Dann lies es vor! Weißt du es noch?

Kl.: Nee. - lacht befreit -

Th.: Was könnte es für eins gewesen sein? So eins über den Frieden? Über die Freundschaft? Über die Jungen Pioniere?

Kl.: So etwas könnte es gewesen sein, bestimmt so etwas! - lacht -

Th.: Wie warst du, wie alt bist du in dieser Situation?

Kl.: Vielleicht sechste Klasse oder so.

Th.: Hmhm. Und jetzt liest du dein Gedicht zu Ende? Und was passiert dann weiter?

Kl.: Also dann bin ich froh, dass ich fertig bin, und dann stelle ich mich dann wieder...
- Pause -

Th.: Und dann stellst du dich wieder?

Kl.: - verlegen lachend - ... nach hinten.

Th.: Hmhm. Aber vergleich mal dein Gefühl mit vorhin.

Kl.: Ich bin nur erleichtert, dass ich es hinter mir habe.

Th.: Aber eine andere Erleichterung, als weggegangen zu sein und nun es gesagt zu haben?

Kl.: Ja. Na ja, da habe ich mich nicht ganz so doll blamiert. Zwar noch blamiert, aber nicht ganz so doll.

Th.: Okay. Und jetzt gehen wir noch einmal zurück, ja? - Pause - Spür erst mal jetzt rein, wie du dich fühlst. Hast du jetzt nasse Hände?

Kl.: Hmhm.

Th.: Ja, gut. Dann machen wir jetzt einen Moment Musik, denn du hast ja was geschafft! Du hast ja den Zettel rausgekriegt. Du hast es vorgelesen, trotz deiner Aufregung, ja?

Kl.: Hmhm.

Th.: Ich gehe derweil mal auf Toilette. Musst du auch mal? Wir können einfach unterbrechen.

- Klientin schüttelt den Kopf -

Th.: Und ich lasse die Musik für dich an, während ich auf Toilette gehe. Und du genießt, dass du tatsächlich das Gedicht vorgelesen hast. Und damit hast du eine Leistung vollbracht. Und sei stolz auf dich! Ja? - Pause - Und wie gucken denn deine Mitschüler? - Pause - Die wissen doch gar nicht, dass du dich blamiert hast. Du konntest doch das Gedicht ablesen, nicht wahr?

Kl.: Na ja. Aber die haben ja gemerkt, dass ich es nicht auswendig gesagt habe.

Th.: War das notwendig?

Kl.: Ja. Eigentlich ja. Es war so gefordert. - *lacht verlegen* -

Th.: Na gut. Aber sie wissen, sonst hast du große Schwierigkeiten, und nun hast du es aber wenigstens vorgelesen. - Pause - Gibt es denn keinen, der dich dafür lobt? Dann tu es mal selber. Okay, ich gehe.

- Musik Pause -

Th.: Wollen wir noch ein drittes Mal?

Kl.: Ja.

Th.: Gut. Wir sind also wieder da. Wie fühlst du dich jetzt dort?

Kl.: - lacht - Ich habe den Zettel schon vorsichtshalber in der Hand.

- beide lachen -

Th.: Gut! So, und was passiert, ehe du das Gedicht aufsagen musst? - Pause - Ist da noch jemand da und sagt was?

Kl.: Na ja, ich glaube, die Direktorin spricht da.

Th.: Na ja, und wie fühlst du dich jetzt?

Kl.: Aufgeregt.

Th.: Ja. Wo merkst du die Aufregung?

Kl.: Im Hals.

Th.: Was passiert mit deinem Hals? Was ist da?

Kl.: Na, als ob der dick wird und heiß.

Th.: Dann mach mal - macht Räuspergeräusche - , räuspere dich mal!

- Klientin räuspert sich -

Th.: Gut! Und du weißt, du hast deinen Zettel da. Aber du weißt auch den Anfang deines Gedichtes auswendig, oder?

Kl.: Ja.

Th.: Ja, und jetzt gibt dir jemand das Zeichen, und du kannst dein Gedicht aufsagen?

Kl.: Hmhm.

Th.: Fang an!

Kl.: - leicht verwirrt - Aber ich weiß das jetzt nicht mehr! - lacht verlegen -

Th.: Dann guck mal schnell auf deinen Zettel! - *Pause* - Hm? So ganz gelassen holst du ihn raus, schlägst auf, guckst drauf, fang an zu reden! Sag irgendein Gedicht, was dir gerade einfällt.

Kl.: Ich kenne keine Gedichte. Ich vergesse die hinterher immer gleich wieder.

- lacht verlegen -

Th.: Aha. Welches hat dir am besten gefallen? - *Pause* - Welche habt ihr gelernt in der Schule?

Kl.: Ach, so viele. Aber ich weiß wirklich kein einziges mehr. Ich habe die sofort immer wieder vergessen, nachdem die Leistungskontrolle war. - lacht verlegen -

Th.: Was meinst du, warum? - *Pause* - War das so anstrengend für dich, die zu lernen?

Kl.: Ja, das war immer Schwerstarbeit, was auswendig zu lernen. Was ich jetzt nicht logisch nachvollziehen kann. Sondern wirklich dieses Auswendiglernen.

Th.: Ja, was zum Beispiel noch, außer Gedichten?

Kl.: Na, Physik. - *Pause* -

Th.: Hmhm?

Kl.: Chemie. - *Pause* -

Th.: Hmhm?

Kl.: Oh Gott!

Th.: Na, brauchst du das nicht für deine Arbeit auch?

Kl.: Na, das Gott sei Dank nicht. Aber Biologie ist mir schon immer leicht gefallen.

Th.: Was ist der Unterschied zwischen Biologie und Physik und Chemie?

Kl.: Na, es hat was mit Lebewesen zu tun, meistens mit Pflanzen, Lebewesen. Das hat mich interessiert. Das andere waren nur chemische Formeln und so.

Th.: Hmhm. Nun kann man alle Prozesse im Menschen auf chemische und physikalische Prozesse zurückführen. - lacht -

Kl.: - lacht auch - Ja, das weiß ich jetzt. Aber damals war das für mich so abstrakt.

- beide lachen -

Th.: Okay. Und wenn du das damals schon gewusst hättest?

Kl.: Da hätte ich mich vielleicht mehr dafür interessiert.

Th.: Ah ja. - Pause - Okay, so ändern sich die Dinge. Könnte es auch mal sein, dass es mal ein Gedicht gibt, was dich sehr anspricht?

Kl.: Ja, das ist es. Ich lese gerne Gedichte. Aber, ich lerne sie nicht auswendig oder so.

Th.: Aha. Und wenn du wüsstest, zum Beispiel, du hast dieses Gedichtbuch nur für einen Tag. Du kannst es dir nicht kopieren, aber da ist ein Gedicht drin, was du gern behalten möchtest. Du sollst es ja nicht vor jemandem vorsprechen, vor der Klasse, aber für dich. Du möchtest es gern behalten, wissen. Könntest du es dann auswendig lernen?

Kl.: Na, ich würde es erst mal aufschreiben.

Th.: Oder so! Gut! - lacht - An die Idee habe ich gar nicht gedacht.

- beide lachen -

Th.: Ja, aber stell dir vor, du hast auch nichts zum Schreiben mit.

Kl.: Na, wenn es mir dann so gut gefällt, dann kann ich es bestimmt auch auswendig lernen.

Th.: Ja.

Kl.: Weil es ja von Herzen kommt. Ich möchte es ja machen.

Th.: Ja, sehr schön. Gut. Also, das ist jetzt ein Gedicht, was du da sprechen musst, was dir aus dem Herzen kommt.

Kl.: Hmhm.

Th.: Und du bist zwar sehr aufgeregt, aber du kannst es. Es entspricht genau dem, was du empfindest. Ja, kannst du dir das vorstellen?

Kl.: Hmhm.

Th.: Und dort stehst du! Und du möchtest auch, dass alle wissen, wie gut dieses Gedicht ist. Weil es genau dem entspricht, was du magst. Und was du als Botschaft weitergeben willst. Dort vor allen. - Pause - Merkst du, dass deine Aufregung sich verändert? - Pause -

Kl.: Hmhm.

Th.: Und du hast auch deinen Zettel da. Und du kannst drauf gucken. Und stell dir vor, du bist jetzt wieder in der Situation, und du musst dieses Gedicht aufsagen. Wie ist das für dich? - Pause -

Kl.: Also wenn es das Gedicht ist, was ich wirklich sehr mag, dann möchte ich halt, dass die anderen es auch mögen.

Th.: Ja.

Kl.: Und dadurch versuche ich, es den anderen auch so rüberzubringen.

Th.: Ja. - Pause - Und jetzt achte mal auf deinen Hals und dein Aufgeregtheit. Ist das alles wie damals? - Pause -

Kl.: Nee, das ist zwar auch aufgeregt, aber anders aufgeregt.

Th.: Ja. Schau, das ist das, was du ändern kannst. Du kannst es mit einem anderen Inhalt besetzen. - Pause - Und wir gehen noch einmal, weil du sagtest, es ist so ähnlich, in eineKuppel? oder wo hast du die Höhenangst gehabt? In einer Gondel?

Kl.: Na ja, da, oder im IMAX-Kino am Potsdamer Platz. Oh!

Th.: Schildere es mal! Sei mal da!

Kl.: Also, wenn man rein kommt, muss man über Stufen und Treppen. Warst du schon da?

Th.: Nein.

Kl.: Solche Brücken, die sehr durchsichtig sind. Man hängt da ziemlich in der Luft, habe ich das Gefühl.

Th.: Ja.

Kl.: Und ehe man dann drin ist, hach! Bin ich dann schon fix und fertig. Dann steht man im Eingangsbereich - Pause -

Th.: Hmhm?

Kl.: Das ist dann so - Pause - nun, man muss ziemlich früh dastehen, um einen guten Platz zu bekommen. Da stehen dann immer Massen von Leuten hinter einem.

- Pause -

Th.: Hmhm?

Kl.: Ein dunkler Raum. Ich habe dann das Gefühl, ich kriege keine Luft.

Th.: Ja.

Kl.: Mir wird schwindlig und schlecht, und... - Pause - ... ach, diese Menschenmassen hinter mir, und dieser Raum - oh Gott, ne! - Pause -

Th.: Und dort kann man nur stehen in diesem Kino?

Kl.: Da kann man, ne, man steht in diesem Vorraum und wartet, bis die Tür aufgeht, dass man reinkommt. Denn man hat keine Platzkarten.

Th.: Ach so.

Kl.: So. Und am besten guckt man von oben. Aber das ist ganz steil, also richtig, oh, also wenn man dann oben steht, geht es ganz steil nach unten. Also da habe ich das Gefühl, ich falle. Also ich, ich würde am liebsten außen sitzen bleiben.

Th.: Ja.

Kl.: Um gar nicht in die Mitte dieser Reihe zu müssen. Weil das für die Füße auch ziemlich schmal ist. Nicht zu schmal, aber ich denke, für mich ist es zu schmal.

Th.: Ja.

Kl.: Wo ich dann stolpere und falle dann runter. - atmet tief ein - Und falle dann halt in die Tiefe.

Th.: Und gibt es da auch keine Sitzplätze?

Kl.: Doch, da gibt es Sitzplätze.

Th.: Aber der Gang ist so schmal?

Kl.: Der Gang ist schmal und auch steil, um da hoch zu kommen. Wie im Raumschiff ist es da drin. Hach, nee! - Pause -

Th.: Wie oft warst du schon da?

Kl.: Zwei Mal - und da - Panikattacken! - lacht verlegen -

Th.: Hmhm.

Kl.: Aber ich gehe halt gerne da hin.

Th.: Warum?

Kl.: Weil es da so toll ist. Die Naturfilme sind halt so schön.

- beide lachen -

Th.: Gibt es die nur dort?

Kl.: Ja, weil, es ist so, als ob man da drin ist.

Th.: Ist es so ein 3-D-Kino?

Kl.: Ja, und ganz große Leinwand. Man denkt, man fliegt dann wirklich, oder taucht, oder weiß ich was. Ich mache zwar mal öfter die Augen zu, weil mir dann schwindlig wird, aber es ist halt ein überwältigendes Ereignis.

Th.: Aha.

Kl.: Ich will es mir auch selber beweisen, dass ich es schaffe.

Th.: Du schaffst es ja auch jedes Mal, oder?

Kl.: Na ja, mit Rescue-Tropfen. - lacht verlegen -

Th.: Die nimmst du vorneweg?

Kl.: Vorneweg und dann, wenn ich sitze.

- beide lachen -

Th.: Wo merkst du denn diese Aufregung?

Kl.: Hmm.

Th.: Was kommt da alles? Schildere es doch mal.

Kl.: Mir wird schwindlig. In letzter Zeit wird mir immer schwindlig.

Th.: Ja. - Pause - Was ist das für ein Schwindel? Beschreib mal!

Kl.: Als ob mir, als ob ich gleich umfalle, als ob mir der Boden wegsackt. Also nicht, kein Drehschwindel, sondern so, hm, gleich, als ob der Boden wegrutscht.

Th.: Also nicht schwindlig, sondern so ein Zusammensacken?

Kl.: Ja.

Th.: Aha. Kennst du das? Bist du schon mal so zusammengesackt?

Kl.: Hmhm, ja.

Th.: Erzähle mal!

Kl.: - lacht verlegen - Pause - Na, da fing eigentlich alles an. Weil - tiefes Ein- und Ausatmen; spricht dann sehr schnell - da war ich in Mazedonien. Da kommt mein Mann her, und wir wollten dort heiraten. Und - Pause -

Th.: Ja?

Kl.: Also, ich hatte, also das ist eine so lange Geschichte ... - Pause -

Th.: Wir haben Zeit.

Kl.: Also ich hatte meine Papiere hier in Deutschland fertig gemacht und, hm, also dort ist es zwar auch schwierig zu heiraten, aber hier ist es noch schwieriger. Deshalb haben wir gesagt, dann machen wir es dort. Na ja, dann kamen wir an dem Wochenende dort an - Pause - und da hat dann der Dolmetscher schon gesagt: „Oh, mit den Papieren wirst du Schwierigkeiten haben.“ Weil, ich war geschieden, hatte aber noch den Namen von meinem geschiedenen Mann, nicht meinen Geburtsnamen.

Th.: Hmhm.

Kl.: - atmet tief ein - Ja, damit sind wir dann zur Polizei, und die haben gesagt: „Nee, nicht identisch, ich bin das nicht, und deshalb kann ich nicht heiraten.“ - lacht verlegen -

Th.: Hoho.

Kl.: Ich sagte: „Wieso? Das ist doch von der deutschen Botschaft, und von allen ist das bestätigt, vom Innenministerium und allen!“ Nein, nicht identisch, neue Gesetze, und die Frau muss darum den Geburtsnamen haben, also auf den Papieren, wie der auch auf der Geburtsurkunde steht. Och! Da haben wir eine Woche lang probiert, alle Hebel in Bewegung gesetzt, und über die Botschaft und alles, aber wir haben keinen Erfolg gehabt. Also die haben uns richtig schikaniert, dort.

Th.: Hm. - Pause -

Kl.: Tja. Und dann, dann musste ich nach der Woche wieder zurückfahren. - Pause - Unverrichteter Dinge. Und wusste eben, ich muss meinen Namen ändern.

Th.: Hmhm.

Kl.: Ja, und auf dem Weg vom Hotel zum Flugplatz - atmet tief ein - da ist mir richtig schlecht geworden. - fängt an zu weinen; Pause - Weil ich eben wusste, ich muss meinen Mann dort lassen, und ich weiß nicht, ob ich ihn, ob ich ihn ... - Pause; ringt um Fassung - wiedersehe. Und ich konnte kaum aus dem Auto aussteigen.

Th.: Ja.

Kl.: Meine Knie haben so gezittert, und ich dachte, ich komme nie in dieses Flugzeug rein.

Th.: Ja. Dein Mann war bei dir?

Kl.: Na, bis zum Flughafen. Er musste ja dann dort bleiben, weil er ja für Deutschland dann keinen Aufenthalt mehr hatte. Der ist ja abgelaufen. - atmet mehrmals tief; Pause - Na, ich konnte nicht mehr laufen, nichts. - Pause - Es war wie ein Kreislaufzusammenbruch, wie ein Schock. - Pause - Weiß nicht. - Pause - Ja, aber wo ich dann im Flugzeug war, ging's dann wieder. Da habe ich dann literweise Cola getrunken, um meinen Zuckerspiegel wieder hoch zu kriegen. Ja, und dann ging es eigentlich los. Dann habe ich das ständig gehabt. Also wenn irgendwelche Probleme waren, oder er rief... - Pause - Das war das Problem, ich konnte nicht mehr richtig arbeiten. Ich habe beim Arbeiten gezittert, musste ständig Kreislauftropfen nehmen.

- Pause - Na, jetzt geht's schon, das ist jetzt über zwei Jahre her. Es ist halt immer noch irgendwie, irgendwas da davon. Und wie gesagt, mit dem Schwindligwerden!

- Pause - Mir ist andauernd so, jetzt auch nicht mehr so oft, aber in manchen Situationen, dass ich dann denke: „Hoffentlich wird dir nicht wieder schwindlig!“ Und bums, schon geht's los. Kriege einen dicken Hals, roten Hals, rote Flecke auf dem Hals, hm. Dann wird mir wie schwarz vor den Augen, und ich habe das Gefühl, der Boden sackt weg. Aber ich habe eigentlich keinen Grund mehr, jetzt. Aber es ist...

- Pause -

Th.: Wieso hast du keinen Grund mehr?

Kl.: Na, weil jetzt ja alles in Ordnung ist. Aber ich habe jetzt immer Angst, dass es wieder passiert, weil es ja doch öfter mal, ein, zwei Mal im Monat oder öfter, dass ich

nicht mehr weiterarbeiten kann. Dass ich so doll zittere, und mir wird schwarz vor Augen. Und hatte es eine Zeitlang auch, so ein Pfeifen in den Ohren.

Th.: Hmhm.

Kl.: Ganz doll. - Pause -

Th.: Hast du das noch?

Kl.: Das ist jetzt weg. Da musste ich dann aufhören, ich konnte die Kundin nicht weiter massieren, ich musste aufhören. Ich musste meine Tropfen nehmen, ha!

Th.: Die Rescue-Tropfen?

Kl.: Die habe ich immer bei mir. Die habe ich in jeder Tasche. Und zwischenzeitlich war es dann so schlimm, da hatte ich von der Ärztin, die nehme ich wirklich nur im allerschlimmsten Notfall, so 'ne, na, solche Beruhigungstropfen, solche chemischen. Aber wirklich nur, wenn ich das Gefühl habe, es geht nicht anders, ich muss jetzt ganz schnell wieder funktionieren, nee. Wenn das jetzt auf Arbeit passiert oder so, weil sich, eben zehn Minuten danach, ist es wieder gut. Aber, wie gesagt, ich nehme sie nur, wenn es nicht mehr anders geht.

Th.: Gehen wir doch mal in so eine Situation, so, wie wo das passiert ist.

Kl.: Hm.

Th.: Was passiert? Kommt das aus heiterem Himmel?

Kl.: Ja. Ja, meine Gedanken. Da kommt irgendein Gedanke.

Th.: Was für ein Gedanke?

Kl.: Zum Beispiel habe ich jetzt nicht mehr so einen Dreh- oder Rollstuhl zum Arbeiten. Also vorher hatte ich einen ganz normalen Stuhl mit Rollen unten dran, und ich konnte nicht mehr darauf sitzen, weil, ich hatte das Gefühl, huh, ich habe kein sicheres Sitzgefühl.

Th.: Ja.

Kl.: Und dass ich dann irgendwie, na ja, wie wegrutsche, oder irgendwie, ich weiß nicht, kein sicheres Gefühl habe.

Th.: Ja.

Kl.: Beim Stuhl ..., der steht ganz stabil. Der dreht sich zwar auch ein bisschen, der steht stabil ohne Rollen. Aber für den Rücken, ist ja eine Katastrophe. Aber ich links und rechts, zum Beispiel wie auf der Leiter, hm, was zum Festhalten.

Th.: Lehne?

Kl.: Lehne, ja. Und wenn ich nur meine Ellenbogen anlehne, aber ich weiß, da ist was, ich hänge jetzt nicht im Raum.

Th.: Ja. Hast du dich damals in Mazedonien so gefühlt? Du hängst im Raum, dir rutscht der Boden unter den Füßen weg?

Kl.: Ja, hm.

Th.: Das hat zwar sich im Außen bei dir geändert. Du bist inzwischen verheiratet?

Kl.: Hmhm.

Th.: Aber für dein Unterbewußtsein hat sich das ganz tief eingegraben.

Kl.: Hmhm.

Th.: Und jetzt müsstest du einfach, aber das schaffen wir heute nicht, einfach noch mal in diese Situation gehen und allmählich, ein, zwei, drei Mal, so wie wir das gemacht

haben mit dem Gedicht, diese Situation ändern. Wir nennen das nun Change of History, Änderung der Geschichte. Einfach, damit dein Unterbewußtsein eine andere Situation speichert. Und so wie du eine Behandlung auf verschiedene Weise machen kannst, mit verschiedenen Kosmetika und Mitteln, abgekürzt oder breit oder ausgedehnt oder sofort anfangen, oder die Leute haben Zeit, sich zu beruhigen, so bringst du einfach in dein Unterbewußtsein, in diese Situation, die ja wirklich gewesen ist, bringst du einfach noch ein andere Variante rein. Und dann kann dein Unterbewußtsein, muss nicht jedesmal dann sozusagen genau an diesem Punkt anfangen, und alles sozusagen: „Oh Gott, ist ja das allerschlimmste, was passiert!“, sondern kann dann sagen: „Na klar, es kann ja auch so sein, es hätte ja auch so ablaufen können, so wie mit dem Gedicht.“

Kl.: Hm.

Th.: Und werden sich deine körperlichen Reaktionen verändern. Wenn du das nicht machst, dann ist das so, als wenn dieser Punkt immer wieder da ist. Wollen wir uns das vornehmen für ein anderes Mal?

Kl.: Hm, ja.

Th.: Ja, sehr schön.

Kl.: Ich habe jetzt in meinen Händen schon wieder so ein Kribbeln, wie von tausend Ameisen.

Th.: Richtig, genau. Die Energie, die da gestaut war, fließt wieder raus. Das ist, solche Massagen mache ich, lass die Energie aus den Fingern rauskribbeln! Das ist, wie wenn Eis taut und die Eistropfen wieder den Fluss zum Fließen bringen. So kribbelt diese Energie.

Kl.: Hmhm.

Th.: Ja, gut. Wie sind wir überhaupt dahin gekommen? Nach Mazedonien? - Pause - Wir hatten gefragt nach einer Reaktion, ach so. Im IMAX-Kino.

Kl.: Hmhm.

Th.: Dass du das Gefühl hast, du verlierst den Boden unter den Füßen.

Kl.: Hm, und wo das eben das erste Mal war.

Th.: Genau, wo das das erste Mal war. Das werden wir mal auflösen. Aber nicht heute. Das schaffen wir heute nicht mehr, das glaube ich nicht. Ja. Was gibt es noch für Situationen? - Pause - Dein Kind ist von deinem ersten Mann? - *Klientin bejaht* -

Th.: Und ihr versteht euch gut, ihr drei? - *Klientin bejaht* -

Th.: Und dadurch konnte dein Mann auch wieder herkommen, ja?

Kl.: Hm.

Th.: Wie hast du das dann geschafft?

Kl.: Ich bin dann gleich, also Sonnabend bin ich zurückgekommen, und an dem Montag bin ich dann gleich zum Standesamt gegangen und bin Gott sei idank an eine ganz nette Beamtin dort gekommen, die hat den Namen sofort geändert. Also damals meine Angst war ja, wer weiß, wie lange sowas dauert, ne?

Th.: Ja.

Kl.: Ja, das hat eine Stunde gedauert. Und dann bin ich von dort aus gleich zur Polizei und habe alle Hebel in Bewegung gesetzt und hatte nächsten Tag meinen Pass mit dem Geburtsnamen drin. Und dann musste ich wieder zu den ganzen Behörden und Innenministerium und so, die ganzen Papiere wieder neu machen auf den anderen Namen, habe auf Arbeit alles gemanagt, dass ich dann für die nächste Woche die Kunden umbestelle, weil, ich musste ja noch mal eine Woche dorthin. Ja, dann bin ich im Prinzip zwei Wochen später dann wieder hingefahren...

Th.: Hast du ein Telegramm geschickt, oder hast du telefoniert mit ihm?

Kl.: Nee, wir haben telefoniert, ein Fax geschickt, ob die Papiere denn diesmal richtig sind, vorsichtshalber, alles abgecheckt. Ja, und dann war mit den Papieren alles in Ordnung. Da hatten wir zwar dann wieder andere Probleme, aber - das hat dann geklappt.

Th.: Und die Heirat hat dann geklappt?

Kl.: Ja, mit verschiedenen Hürden, ja. - *beide lachen* -

Th.: Was kam dann noch? Ist ja eine ganze Odyssee, die du da hast.

Kl.: Ja ja, da hatten wir eine Standesbeamtin...

Th.: In Mazedonien?

Kl.: Hmm, die, ja, das ist da, ist nicht so wie hier. Die haben dort, hmm, na ja, auch alle Möglichkeiten, einen zappeln zu lassen. Die wusste, dass ich nur eine Woche da bin und sagt, ja, wir können dann am Donnerstag oder Freitag mal nachfragen, wann wir den Termin dann bekommen können. Ja, äh, mussten wir sie halt bestechen - *lacht* - dass wir dann in der Woche, die hat dann nur ? Termine frei gehabt, also das, das war nur Schikane, um uns zappeln zu lassen...

Th.: Wollte die vielleicht nicht, dass eine Deutsche deinen Mann heiratet?

Kl.: Ne, ne ne, die wollte nur Geld haben.

Th.: Aha.

- *beide lachen* -

Kl.: Und, na ja, jedenfalls wusste ich, an dem Tag, wo wir - die hat sich immer wieder andere Sachen einfallen lassen - wo wir dort zur Hochzeit erschienen sind, wusste ich noch nicht, ob wir nun wirklich heiraten oder nicht. Und fünf Minuten vorher kam dann der Bürgermeister rein und hat dann das Okay gegeben, weil sie noch auf irgendeinen Anruf gewartet hatten, und dann fing sie mit irgendwas an zu reden. Ich sage zu meinem Mann: „Und was ist jetzt?“ Sagt er: „Na ja, jetzt fangen wir an, wir heiraten jetzt.“ Ach so.
- *beide lachen* -

Kl.: Jedenfalls haben wir dann noch irgendeinen vom Flur dann als Trauzeugen mit reingeholt, oh nein! Der uns das Gesetz vorgelesen hat, der wurde vom Feld geholt - *lacht* - also, es war einmalig, also...

Th.: Waren die Eltern von deinem Mann mit dabei?

Kl.: Nee, so schnell konnten wir die gar nicht dahin kriegen - lacht - das ist auch nicht so, dass auf dem Standesamt da irgendwelche Leute dabei sind. Das ist, ach, das sieht aus wie im Kuhstall dort, also, wie auf einer LPG. Die Standesbeamtin hat eine karierte Kittelschürze angehabt und Hauspuschen...
- beide lachen -

Kl.: Also, es war utopisch, oh je.

Th.: Und dann habt ihr noch kirchlich geheiratet?

Kl.: Nee.

Th.: Aha. Aber das ist jetzt anerkannt, ja?

Kl.: Hmhm, ja ja, wir mussten eine internationale Eheurkunde machen.

Th.: Hmhm, na. Und da hast du kein Selbstbewußtsein? Du hast das alles toll gemanagt.

Kl.: Meine Freundin hat hinterher auch gesagt: „Was hast du eigentlich? Sei doch stolz auf dich, dass du das geschafft hast.“

Th.: Ja, ja. Bist du stolz auf dich?

Kl.: Ja, schon. - Pause -

Th.: Da ist aber ein Aber.

Kl.: - lacht ein bisschen - Ja doch, eigentlich ja.

Th.: Ja. Wo spürst du dieses Stolzsein auf dich?

Kl.: Hm. - lange Pause -

Th.: Wo du deine Aufregung und deine Angst spürst, das weißt du. Aber wo spürst du, dass du stolz auf dich bist? Spür mal rein!

Kl.: - längere Pause - Kann ich gar nicht sagen

Th.: Hm.

Kl.: Ich weiß nur, dass meine Hände jetzt so wie, ah, wie einschlafen, wie taub sind. Das wird immer schlimmer, das geht jetzt richtig hoch bis zum Ellenbogen.

Th.: Hm, hast du das öfter?

Kl.: Nein, eigentlich...

Th.: Kennst du das?

-beide sprechen gleichzeitig -

Kl.: ...weil ich mich in irgendeine Sache reinsteigere und viel rede und - holt tief Luft - ja so, dann habe ich manchmal so das Gefühl, als ob, das ist wie Ameisenkribbeln, als ob das nicht richtig durchblutet ist, oder, ich weiß nicht. Ja, wenn ich in irgendeiner Sache - ja, wenn ich zum Beispiel mit einer Kundin ganz intensiv rede und irgendein Thema, was mich doll berührt und - holt Luft - man redet und redet und redet und - und irgendwann denke ich, was ist denn jetzt los, jetzt sind die Hände so - so taub.

Th.: Wann hast du das das erste Mal gehabt, kannst du dich erinnern?

Kl.: Ja, das war in so einer Behandlung, wo ich im Prinzip mit einer Kundin über ein Thema gesprochen habe...

Th.: Über welches Thema?

Kl.: Hm - Pause - Kann ich mich gar nicht mehr so richtig dran erinnern.

Th.: War das ein Thema, was dich besonders...

Kl.: Ja, was mich berührt, irgendwas war das, wo ...

Th.: In welcher Form berührt?

Kl.: ...wo ich dann so richtig drin stecke, was mich so begeistert oder, oder berührt halt, irgendwas, wo viel von mir drin steckt, also.

Th.: Ja. Was hat das mit deinen Händen zu tun?

Kl.: - längere Pause - Ja, vielleicht ist das wie so eine Stauung oder, ich weiß nicht. Als ob da was raus will aus den Händen.

Th.: Hm, was will da zum Beispiel raus? - längere Pause - Wann fühlen Hände sich wohl, oder wann fühlen sie sich nicht wohl? Frag mal deine Hände, warum? sie so kribbeln!

Kl.: Na, ich habe immer gedacht, dass das dann vom falschen Atmen kommt, dass man dann vielleicht zu viel atmet, und dann solche - Erscheinungen kriegt. - lacht -

Th.: Atmest du zu viel dann?

Kl.: Ja, wenn ich dann rede und zu oft Luft hole, ja, dann habe ich das Gefühl, ich, oder atme nicht richtig, oder irgendwie, und da wird mir auch schwarz vor Augen, manchmal, wenn ich dann - zu doll drin bin, weiß ich nicht, kann ich nicht beschreiben.

Th.: Du hast es wörtlich richtig gesagt: Zu doll drin. Das heißt, du bringst zu viele Dinge rein, aber nicht raus.

Kl.: Hm.

Th.: Der Atem muss reingehen und wieder rausgehen. Wenn du zu viel und zu häufig einatmest, und es kommt nicht genug Atem raus, dann gibt es diese Probleme. Also es muss im Gleichklang sein. - *Pause* - Versuch doch mal ganz auf deinen Atem jetzt zu achten. Leg die Hand auf den Bauch, und eine auf die Brust. Das muss sich beim Einatmen heben und beim Ausatmen senken, wie so eine kleine Woge. Und du kannst ausatmen ruhig mit offenem Mund, lass ihn ausströmen. - *Pause* - Und es darf nie mehr Atem reingehen, als rausgeht, weil nur der ausgeatmete Atem bringt das Kohlendioxyd weg, was die roten Blutkörperchen besetzt hat, und erst dann können sozusagen wieder neue Leute einsteigen, der Sauerstoff. Wenn du aber nicht genug ausatmest, dann bleiben die roten Blutkörperchen von dem Kohlendioxyd besetzt, wie auf so einem Karussell, es steigen nicht genug Leute aus. Da können die Neuen, der Sauerstoff, nicht rein. Und die Alten sind aber verbraucht, und es kommt dann kein Sauerstoff an die Zellen, weil es ja wie im Karussell wieder weitergeht, durch den Körper. Und deshalb immer schön die Leute aussteigen lassen nach jeder Runde. Und dann kannst du wieder Sauerstoff mit reinnehmen zu den Zellen. - *Pause* - Wie ist dir jetzt so beim Atmen?

Kl.: - *Pause* - Ich meine, ich merke es zwar noch, aber ich habe das Gefühl, ja, man wird doch irgendwie dann so ganz ruhig.

Th.: Ja. Das Du einfach in solchen Situationen paar Mal versuchst ruhig auszuatmen. Und dann entsteht auch kein Kloß im Hals, und auch keine Kopfschmerzen und kein Schwindel. Das sind alles Zeichen von Sauerstoffmangel. Und alles verschiedene Zeichen, wo der Körper dir zeigen will: Halt, stop, ausatmen, rauslassen! Zu viele Leute fahren zu lange mit. Das Karussell muss umbesetzt werden, verstehst du?

Kl.: Hm.

Th.: Ja, so! Mal noch ein Stückchen weitergehen? Du bist immer noch in deiner Praxis? Oder? Wo bist du jetzt, wie fühlst du dich? In ... oder in Mazedonien? Versprich doch einfach mal dir jetzt, diese Aufregung, die du hast, dieses Schwindelgefühl, dieses Gefühl, der Boden sackt unter den Füßen weg, dass wir uns damit auch noch mal beschäftigen. Fährst du also gerne Ski?

Kl.: Bin ich noch nie gefahren.

Th.: Oder Schlitten? Als Kind?

Kl.: Hab' ich immer Angst.

Th.: Als Kind schon?

Kl.: Ja.

Th.: Also ist es doch noch viel älter, als bloß mit deiner Hochzeit, dass du den Boden unter den Füßen verlierst.

Kl.: Hm.

Th.: Was war mit Angst im Schlitten?

Kl.: Ich weiß nicht, meine Eltern, die haben mir das nur immer erzählt. Wie ich mich jetzt so daran erinnere, war das ein Riesenberg. Meine Eltern haben gesagt, das war ein kleines Hügelchen. Mein Vater wollte mich dann immer runterschieben, und ich habe gebrüllt wie am Spieß. Genauso, wenn ich auf dem Fahrrad mitfahren sollte. Da hat man mich nicht rauf gekriegt, ich habe gebrüllt.

Th.: Kannst du dich daran erinnern?

Kl.: Ja!

Th.: Was ist das für ein Gefühl? Geh noch mal rein. Was passierte da?

Kl.: Ich hatte immer Angst. Ich weiß vielleicht nicht, wovor, ich weiß nicht. Die wollten mich dann zwingen, dass ich mache, und ich wollte nicht, und da war ich bockig und habe geschrien.

Th.: Wo hast du das gespürt, dass du nicht willst, dass es dir nicht gut geht da?

- Pause - Erinnere dich mal. Wie alt warst du, mit dem Schlitten, mit dem Fahrrad-Mitfahren?

-

Kl.: Also erste Klasse oder noch ein bisschen jünger.

Th.: Hmhm. Gibt es da noch was aus dem Kindergarten oder aus deiner Kinderzeit?

Kl.: Ja, wenn ich auf dem Pferd reiten sollte. Ich wollte so gerne, aber ich habe mich nicht rauf getraut.

Th.: Hmhm. Warum nicht? War zu weit weg von der Erde?

Kl.: Na ja, wahrscheinlich.

Th.: Und als kleines Kind, was hat die Mutti und der Vati dir noch erzählt von dir? Wo hattest du Angst? Wo ist dir mal was passiert? Wie war zum Beispiel deine Geburt?

Kl.: Hm, also da haben sie nichts erzählt. Aber ich war lange im Krankenhaus, ich hatte Hirnhautentzündung, und dann, wurde ich auch so punktiert, an der Wirbelsäule, und sie haben gesagt seitdem hatte ich immer Horror, wenn ich nur weiße Kittel gesehen habe oder irgendwie so Arztgeruch oder irgendwas, da habe ich immer gleich geschrien.

Th.: Ja, wie alt warst du damals?

Kl.: Ein Säugling, also grad geboren.

Th.: Und wieso hast du eine Hirnhautentzündung gekriegt als Säugling?

Kl.: Weiß ich nicht. Das wurde mir nur so gesagt. Und dass ich dann immer, wenn ich in eine Kinderkrippe oder Kindergarten sollte, also vor allem Kinderkrippe, dass ich so ein Theater gemacht habe, Essen verweigert habe und – die Leute – gebrochen habe. Tja, aber wie gesagt, das weiß ich nicht, das wird mir nur erzählt.

Th.: Wo bist du aufgewachsen, wo bist du geboren?

Kl.: Geboren bin ich in M.

Th.: Hmhm. Und wo bist du aufgewachsen?

Kl.: Hm, an verschiedenen Orten. Wir sind öfter mal umgezogen. Also in Potsdam, dann sind wir nach Schwerin gezogen, dann nach n., dann wieder nach M., und in M. sind wir zweimal noch umgezogen.

Th.: Hmhm, was sind deine schönsten Erinnerungen an deine frühe Kindheit? Wo hat es dir am besten gefallen, wo kannst du dich dran erinnern?

Kl.: Na, im Prinzip, wo wir dann, da war ich so erste Klasse - also die Hälfte der ersten Klasse sind wir dann von N. nach M. gezogen, und dann, wo wir dann in der ersten Wohnung gewohnt haben. Also da, ja bis zur achten, neunten Klasse, ja, das war so mit die schönste Zeit.

Th.: Hmhm. Und was ist die schlechteste Erinnerung? Was hat dir gar nicht gefallen in deiner Kindheit?

Kl.: - *Pause* - Hm.

Th.: Was ist heute noch so eine schlimme Erinnerung? Außer diesem Gedichtaufsagen? Und aufs Fahrrad-Sollen?

Kl.: Ach schlimme Erinnerung, kann ich eigentlich nicht so sagen. Ich habe viel Probleme mit meinem Vater immer gehabt, die habe ich jetzt auch noch, und - *lacht* - das ist aber, das ist jetzt nicht so auf eine bestimmte Zeit begrenzt, das zieht sich so eigentlich durch die Zeit. Ich kann jetzt nicht sagen, dass ich schlimme Erinnerungen hatte. Ich habe, wie bei jedem Kind sicherlich, gute und schlechte Zeiten, oder die eine Zeit war schöner oder schlechter.

Th.: Hm, hast du noch Geschwister?

Kl.: Hm, einen Bruder.

Th.: Ist der älter?

Kl.: Ne, der ist sechs Jahre jünger. - *Pause* -

Th.: Ja, machen wir doch mal so, dass jetzt deine Arbeit zu Ende ist, ja? Du hast alles vorbereitet, du hast gesprochen mit den Klienten, und du gehst jetzt nach Hause. Mit was für einem Gefühl gehst du nach Hause? Du hast gute Arbeit getan, hast Geld verdient - freust du dich auf zu Hause?

Kl.: Ja.

Th.: Wie ist das, wenn du jetzt nach Hause kommst? Ihr habt sicher eine schöne Wohnung, muss ja nicht immer da sein, wo ihr jetzt wohnt. Du hast ja auch eine neue Praxis jetzt.

Kl.: Da sind wir aber gerade hergezogen. - *lacht* -

Th.: Na gut, wenn das schön ist, okay.

Kl.: Ja, da ist mein Sohn zu Hause, kriegt er ein Küsschen oder gibt mir ein Küsschen, fragen wir, wie es war, wie der Tag war.

Th.: Möchtest du eigentlich noch ein Kind haben mit deinem jetzigen Mann?

Kl.: Nein, nein.

Th.: Und er möchte auch nicht?

Kl.: Nein. Also, wenn ich jetzt sagen würde, ich will unbedingt eins, würde er auch sagen okay, klar, aber er selber muss auch nicht unbedingt. Er sagt, wir haben ja ein Kind, und er sieht meinen Sohn auch als sein Kind an.

Th.: Tja, dein Mann ist auch schon zu Hause?

Kl.: Ne, der kommt immer später.

Th.: Ja, und was machst du jetzt, mit deinem Sohn?

Kl.: Mache ich ihm Abendbrot und...

Th.: Wie alt ist er dann jetzt, wenn du...

Kl.: Jetzt ist er zehn.

Th.: Ja, und dann?

Kl.: Na, und dann...

Th.: In wieviel Jahren wird das sein, wo du...

Kl.: Ach so.

Th.: In zwei, drei Jahren?

Kl.: Ach, dann später?

Th.: ...aus der Praxis kommst, na klar.

Kl.: Ach so, ich dachte, jetzt.

Th.: Na ja, ein bisschen Zeit musst du dir lassen, ein viertel Jahr mindestens, bis sich was realisiert. Na, was denkst du, in wieviel Jahren? In zwei, drei Jahren könnte das so sein? - Pause - Haben wir versäumt, vorhin zu sagen.

Kl.: Hm. - Pause –

Th.: Maximum, Minimum, sag mal!

Kl.: Ja, ja, in der Zeit müsste eigentlich schon was passiert sein. - lacht –

Th.: Gut, also sagen wir in drei Jahren, ja, oder? In drei bis fünf Jahren?

Kl.: Ja, das ist aber schon eine große Zeitspanne.

Th.: Okay, also in drei Jahren, oder?

Kl.: Ja, sagen wir mal, drei.

Th.: Gut, dann ist dein Sohn schon dreizehn.

Kl.: Hm.

Th.: Hm, wie sieht er da schon aus?

Kl.: Tja, wenn man das wüsste!- beide lachen –

Th.: Gut, aber er lässt sich auch noch ein Küsschen geben?

Kl.: Bestimmt.

Th.: Gut. Und? Was meinst du, hat er schon Abendbrot gemacht für euch? Oder machst du jetzt für euch Abendbrot? Isst du mit ihm zusammen, oder wartet ihr auf den Vater?

Kl.: Hm, meistens esse ich mit ihm alleine, weil - es ist sonst zu spät.

Th.: Ja, ja. - *Pause* -

Kl.: Ja, dann ist er vielleicht schon so weit, dass er auch mal Abendbrot gemacht hat. - lacht -

Th.: Hmhm, gut, toll. Ja. Oder unterhaltet ihr euch noch eine Weile, ja?

Kl.: Ja, das machen wir immer beim Essen, auf jeden Fall.

Th.: Schön.

Kl.: Ja, abends wird erst mal eine Runde gequatscht.

Th.: Hmhm.

Kl.: Später lese ich ihm bestimmt nicht mehr vor, jetzt zur Zeit lesen wir immer abends uns gegenseitig Bücher vor, mal er, mal ich.

Th.: Ja, schön.

Kl.: Ich denke mal, wenn er dann in drei Jahren... - lacht -

Th.: Dann wird er dir was von der Freundin erzählen.

Kl.: Oder auch nicht. - lacht -

Th.: Ja, was wirst du dann tun? Wirst du auf deinen Mann warten? Bis er kommt?

Kl.: Ja, na ja, man ist ja sowieso in der Wohnung und macht Hausarbeit und was...

Th.: Vielleicht mußt du auch noch einen Vortrag an dem Abend halten?

Kl.: ... ja, was vorbereitet werden muss...

Th.: Hörst du? Vielleicht gehst du an dem Abend weg und hältst einen Vortrag.

Kl.: Das kann auch sein, ja.

Th.: Ja. Inzwischen hast du deine Ängste ja alle überwunden dank Synergetik-Therapie, ja, und sagst dem Sohn: „Also Junge, ich muss jetzt noch mal.“ Wo kannst du den Vortrag halten? An der Volkshochschule, oder bei einem Frauenclub, oder? Wo könnte das noch sein?

Kl.: Ja, oder irgendwo - in einem Seniorenheim könnte man das auch machen...

Th.: In einem Seniorenheim, richtig, genau, ja.

Kl.: Oder in einer Apotheke, ich meine, abends vielleicht nicht mehr dann, aber...

Th.: Doch, machen die auch.

Kl.: Hm.

Th.: Ja, also gehst du noch mal los zu deinem Vortrag. Und was sagt der Sohn? „Ja, Mutter, geh man!“, he?

Kl.: Ja.

Th.: Hm, hast keine Angst, auf die Straße zu gehen abends im Dunkeln?

Kl.: Nein.

Th.: Hmhm, siehst du, das haben andere Frauen.

Kl.: Nein, also das ist, da habe ich überhaupt keine Angst.

Th.: Ja, und jetzt gehen wir also ein Stückchen vor in der Zeit, und da sitzen schon mindestens, na fünf Frauen sitzen schon da. Und da stehen aber noch zehn Stühle. Hmhm. Würdest du auch vor fünf Leuten, Frauen den Vortrag halten?

Kl.: Ja, klar.

Th.: Ja, klar. Aha. Und jetzt kommt aber noch so eine Gruppe an, und die bringen gleich noch zwei Männer mit.

Kl.: Hm. - *lacht* –

Th.: Hm? Macht das was? Und die Männer sagen: „Wir wollen auch mal was für unsere Gesundheit tun. Würden Sie uns auch behandeln?“ Und sie wollen den Vortrag mit anhören. Was sagst du?

Kl.: Na, da bin ich dann ja schon so weit, daß es mir nichts mehr ausmacht. – *lacht* –

Th.: Du bist ja jetzt in dem Moment dort. Macht es dir was aus? - Pause –

Kl.: Hm - so wie ich mich jetzt in der Rolle sehe, nicht.

Th.: Wunderbar! Das heißt, dein Körper kann es schon umsetzen. Ja, und jetzt gehen wir noch ein Stückchen vor, und es ist, da haben sie sogar noch Stühle reinstellen müssen. Es sind mindestens zwanzig Leute da. Macht dir das was aus?

Kl.: Ich denke, schön! Hoffentlich kommt wenigstens die Hälfte als Kunden. - *lacht* -.

Th.: Richtig! - *lacht* - Wunderbar! Wie fühlst du dich?

Kl.: Hm, gut.

Th.: Ja, sehr schön. Und jetzt fängst du an und hältst deine Rede, was du dir vorbereitet hast. Hast natürlich einen Spickzettel, ist klar. Ist ja auch nicht deine erste Rede, und trotzdem. Du hast ja sicher noch ein paar Stichpunkte gemacht, von Fragen, die da vorneweg noch gekommen sind. Jetzt kommen noch welche rein, und die stehen jetzt an den Wänden rings rum. - Klientin *lacht*

Th.: Guck dir das an, du. Das nächste Mal musst du einen größeren Raum nehmen. Und das macht dir Spaß, das alles zu sagen, was dir wichtig ist, ja? Und du merkst auch, wie die Leute aufmerksam zuhören, ein bisschen kritisch, ein bisschen ungläubig. Aber das macht dir nichts aus, oder?

Kl.: Nö.

Th.: Nein, und hinterher kommen Fragen.

Kl.: Ja, das ist schön.

Th.: Ja. Und jetzt guckst du auf die Uhr, und jetzt ist schon über zwei Stunden vergangen. - Holt dein Mann dich ab? Der weiß ja, dass du da bist.

Kl.: Ja.

Th.: Oder wartet er zu Hause?

Kl.: Nein, der holt mich ab.

Th.: Der holt dich ab. Und guck mal, du siehst ihn schon stehen da hinten. Und wie, freut er sich? Guck ihm mal in die Augen.

Kl.: Ja, der freut sich ganz doll.

Th.: Ist er stolz auf dich?

Kl.: Ja.

Th.: Hmhm. Toll! - Und jetzt hast du schon Bestellzettel mitgehabt und hast dein Kärtchen ausgegeben, und hast auch schon Termine gemacht, ja? - *Pause* - Und hast Empfehlungen gegeben. Und wie fühlst du dich jetzt, wenn ihr geht?

Kl.: Stolz!

Th.: Stolz.

Kl.: Daß ich was geschafft habe.

Th.: Ja.

Kl.: Und dass ich es gemacht habe.

Th.: Genau! Ja, sehr schön. Wo gehst du mit deinem Mann noch hin? Geht ihr schnurstracks nach Hause, oder geht ihr noch ein bisschen?

Kl.: Gehen wir noch ein Glas Wein trinken.

Th.: Einen mazedonischen? - *Klientin lacht* –

Th.: Gibt es den hier? Habt ihr eine schöne Gaststätte?

Kl.: - lacht - Es gibt mazedonischen Wein, aber den würde ich hier nicht trinken.

Th.: Nein? Warum nicht?

Kl.: Der schmeckt hier nicht, das ist nur der Süße. - lacht - Den Guten, den gibt es hier leider nicht.

Th.: Da musst du vielleicht noch eine Gaststätte aufmachen.

Kl.: Hmhm, das ist ja sein Traum mal gewesen...- holt Luft –

Th.: Na und, warum macht ihr den nicht?

Kl.: Na, weil er sich noch nicht selbständig machen darf.

Th.: Aber es ist doch in drei Jahren! - beide reden gleichzeitig –

Kl.: Ja, beide selbständig?

Th.: Kann er das nicht anschließen dort?

Kl.: Hmhm.

Th.: Vielleicht wird auch demnächst, du hast vielleicht auf dem Hof gesehen, da wird vielleicht so was ganz Kleines frei? - Pause - Wie wäre das?

Kl.: Ja, das wäre schon fast zuviel des Guten. - lacht –

Th.: Da guckt ihr noch mal hin und guckt, ob es da so eine Idee gibt. So eine wirklich schöne, kleine Gaststätte - verträgt sich auch mit Gesundheit, nicht wahr?

Kl.: Hmhm.

Th.: Hm? Was könnte es zu essen geben, da?

Kl.: - überlegend - Hmm.

Th.: Was ist gesund? Was kannst du empfehlen?

Kl.: Hm, so ein bisschen die leichte mediterrane Küche, hmhm. Vegetarische Gerichte, die ja nicht unbedingt langweilig schmecken müssen. - lacht –

Th.: Wunderbar, ja.

Kl.: Dass man da - was Kleines, Feines hat.

Th.: Ja, da müsst ihr doch mal gucken, ob da nicht in der Nähe so was ist, auf dem Hof, oder nebenan. - Pause - Tja. Und jetzt gehst du, ohne Angst? - Pause - Die Hände sind okay? Oder sind sie noch kribbelig?

Kl.: Nee, die sind okay jetzt.

Th.: Ja.

Kl.: Nur noch ein ganz klein bisschen, aber das ist bestimmt bald weg.

Th.: Hmhm. Was machen die Füße?

Kl.: - zögernd - Hmm, na ja, sind - nicht mehr ganz so eiskalt, aber auch nicht warm.

Th.: Hmhm. - Pause - Jetzt gehen wir noch mal zurück an den Anfang. Da war diese Holzterrasse, diese ganz alte. Kannst du noch mal dahin gehen und sie sehen?

Kl.: Hm.

Th.: Wie sieht sie aus? Ach nein, erst hast du das Tor gesehen, nicht? - Pause - Dieses...

Kl.: Nein, erst war die Terrasse. Das Tor war ja dann, wo ich auf dem Hof war.

Th.: Ach ja, richtig, ja, genau! Zuerst war die Terrasse, richtig, ja. Und wie viel Stufen siehst du? Und was siehst du so am Rand? Hat sie wieder dieses Gelände rechts und links?

Kl.: Ja.

Th.: Und gehst du noch mal ein paar Stufen hoch?

Kl.: Hmhm.

Th.: Wie sieht sie aus, die Terrasse?

Kl.: Normal.

Th.: Was heißt normal? Hat sie sich verändert gegenüber vorher, oder ist sie gleich?

Kl.: - überlegend - Hm, eigentlich ist sie gleich, aber dadurch, dass ich sie jetzt kenne - gehe ich doch schon schneller hoch, - lacht - normal.

Th.: Und du hattest gesagt, dass rechts und links ein Geländer, also führt die sozusagen in der Mitte eines Raumes hoch? Guck doch mal nach rechts, und mal nach links, und nach hinten und nach vorne. Was siehst du da? Wo ist diese Treppe? - Ist die in einem Gebäude drin oder? - Pause - An einem Haus?

Kl.: Nein, am Haus.

Th.: An einem Haus?

Kl.: Von außen.

Th.: Aha. Du siehst also jetzt ein Haus.

Kl.: Hm.

Th.: Was ist das für ein Haus? Wo diese Treppe dran ist?

Kl.: Na, wie so ein Fachwerkhaus.

Th.: Aha, schön.

Th.: Und wie viel Stufen kannst du hochsehen?

Kl.: Hm, na, bis oben.

Th.: Bis oben? Was ist da oben?

Kl.: Eine Tür.

Th.: Eine Tür, na also! Keine Wolke mehr im luftleeren Raum. Geh mal die Treppe hoch zu der Tür. Schau dir mal die Tür an, was steht dran? Wie sieht die Tür aus?

Kl.: Na, eine Holztür. - Pause - Hm, oben steht nichts dran.

Th.: Hm, und ist die Tür offen oder zu?

Kl.: Die ist zu.

Th.: Gibt es da eine Klinke oder einen Knauf? Oder nur ein Schloss mit einem Schlüssel? Kannst du die Tür aufmachen?

Kl.: Ja.

Th.: Möchtest du?

Kl.: Hm, hab ja einen Schlüssel. - lacht –

Th.: Ja, dann schließ doch mal auf! - Pause - Geht sie auf?

Kl.: Ja.

Th.: Ja, und nun?

Kl.: Da ist meine Wohnung drin. - lacht –

Th.: Da ist deine Wohnung? Hei! Bist doch noch mal umgezogen?

Kl.: Hm.

Th.: Ja, schön! Wie sieht es dort aus? Gefällt es dir?

Kl.: Ja.

Th.: Wer ist noch alles da? Für wen ist da noch alles Platz?

Kl.: Na, mein Sohn und mein Mann.

Th.: Ja. - Pause - Und ist das eine schöne Wohnung?

Kl.: Ja.

Th.: Hmhm. Und was ist denn unten drunter, wenn das die Wohnung ist, die eine Treppe hoch ist?

Kl.: Das ist dann der Salon. - lacht-

Th.: Ah ja! - Pause - Und die Gaststätte auch? - Pause –

Kl.: Ja, die ist dann daneben.

Th.: Ja, und schau mal aus dem Fenster raus! Was siehst du da? - Pause –

Kl.: Den Hof.

Th.: Den Hof, ah ja.

Kl.: Und ein kleiner Teich, da plätschert das Wasser so runter.

Th.: Ja. Sehr schön. - Und die Sonne scheint, oder ist es Abend?

Kl.: Nein, die Sonne scheint.

Th.: Hm. Also ist das ein großer Hof, so dass Sonne reinkommt?

Kl.: Na, so sehr groß ist der nicht.

Th.: Hmhm.

Kl.: So ein schöner, gemütlicher Hof, nicht so riesig.

Th.: Wunderbar. Und mit den Nachbarn? Ist okay?

Kl.: Ja, die sind alle ganz nett. Sind alles so, ja, so Handwerker, die so töpfern und, alles so ein bißchen alternative Szene. - lacht –

Th.: Sehr schön. Und du fühlst dich wohl?

Kl.: Ja.

Th.: Dein Mann auch?

Kl.: Hmhm.

Th.: Ja, dann beglückwünsche ich dich! Dann mache ich dir noch mal Musik an. Genieße das, dein Fachwerkhaus.

- Musik wird eingespielt –

-

Th.: Und wir treffen eine Verabredung, wenn du möchtest, dass wir diese alten Dinge, die dich noch belasten, uns noch mal treffen mit denen und sie auflösen.

Kl.: Hmhm.

Th.: Okay. Bleib noch ein Weilchen liegen. Und wenn du nachher Lust hast, kannst du ganz langsam zurückkommen. Dann streckst du dich und reckst dich, ballst die Hände zu Fäusten und streckst sie wieder. So wie die Alexander-Technik, hast du die schon gelernt?

Kl.: Nein, aber beim Autogenen Training.

Th.: Genau. So ungefähr. Okay, und dann kannst du nachher die Binde abmachen, okay.