

# Supervisions-Sitzung Heidrun Benninghoff

## Berufsausbildung B 8 - 92

### „Der Mönch“ (Berufliche Probleme)

Die 40-jährige Klientin hat massive berufliche Probleme und fühlt sich überlastet und überfordert mit ihren gesamten Lebensbedingungen. Es zeigen sich Hilflosigkeit, Resignation und Perspektivlosigkeit bei gleichzeitiger Orientierungssuche. Schon zu Beginn der Sitzung präsentiert sich als wesentliches Thema ihr Grundgefühl, nicht wahrgenommen zu werden. Als sie in ihrer Innenwelt einem Mönch begegnet, der ihr das Gefühl vermittelt, wichtig zu sein, scheint sie diese Erfahrung zum ersten Mal in ihrem Leben zu machen. Der Mönch geht mit der Klientin als ihr innerer Führer zurück in die Bilder ihrer Kindheit, wo das besagte Grundgefühl v.a. mit ihrem Vater gekoppelt ist. Mit seiner Hilfe gelingt ihr eine erste Konfrontation mit dem Vater welche schließlich dazu führt, dass sie von ihm endlich wahrgenommen und auch ernst genommen wird.

### Einführung:

Die Klientin ist Ende 40, lebt allein, ist geschieden und hat zwei erwachsene Töchter. Sie hat vor zwei, drei Jahren schon ein paar Synergetik Sitzungen bei einer anderen Therapeutin genommen und möchte jetzt weiter an sich arbeiten, da es ihr sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich nicht gut geht.

Die Klientin hat in mehreren Berufen gearbeitet, sich in den Berufen nicht wohl gefühlt. Zurzeit ist sie Lehrerin an einer Realschule und kommt mit den Schülern nicht gut zurecht. Auch im Kollegium fühlt sie sich nicht wohl und würde am liebsten „aussteigen“ oder sich ein neues Betätigungsfeld suchen. Was sie daran hindert, ist die dann nicht mehr vorhandene materielle Sicherheit und eine Perspektivlosigkeit wohin sie sich orientieren könnte. Es gibt Anklagen gegen die Gesellschaft und Ansprüche an die Gesellschaft; im privaten Bereich lebt sie allein. Der Alltag ist Routine, anstrengend und wenig abwechslungsreich durch Überforderung und Erschöpfung, die die schulischen Belastungen bewirken. Das Angenehme, Schöne, Spaß und Freude fehlen.

Sie hat eine ungeklärte Beziehung zu einem Freund.

Beide Töchter haben ebenfalls ihre Probleme, wobei die jüngere tatkräftiger ist und besser zurechtkommt als ihre ältere Schwester. Diese hat keinen Beruf, hat Drogenprobleme und hat sich zum Zeitpunkt der ersten Sitzung der Klientin sehr von allem abgeschottet. Die Klientin leidet stark unter der Problematik ihrer Tochter, will ihr helfen, weiß aber nicht wie. Sie ist verzweifelt, dass ihre Tochter sich nicht helfen lässt.

Die Klientin fühlt sich überlastet und überfordert mit ihren Lebensbedingungen. Es zeigen sich Hilflosigkeit, Resignation, Perspektivlosigkeit bei gleichzeitiger Orientierungssuche. Der Wunsch ist, endlich ein lebenswertes Leben führen zu können.

Die erste Sitzung war als Probesitzung gedacht. Den anfänglichen Verlauf der Sitzung betrachtend schien es mir sinnvoller zu sein, die sich zeigende Thematik weiterlaufen zu lassen.

Ein besonderer Schwerpunkt in dieser Sitzung wird die Selbstwahrnehmung der Klientin und das In-sich-hinein-spüren sein.

Klassische Tiefenentspannung

Klientin auf der Treppe, hält sich mit einer Hand am Geländer fest:

#### Vorbemerkungen:

Die Klientin spricht leise, zaghaft, meist ohne emotionale Bewegung. Sie orientiert sich sehr langsam und vorsichtig.

**K** Ich bin jetzt mitten im Gang, die Wände sind aus Stein, hier ist jetzt einfach nur ein langer Gang.

**Th** Kannst du da Türen sehen in diesem langen Gang?

**K** Ja, auf der echten Seite nacheinander sind so Türen.

**Th** Und was ist auf der linken Seite?

**K** Da ist einfach so eine Steinmauer aus großen Backsteinen.

**Th** Schau dir mal die Türen an, wie viele da sind und wie die aussehen?

**K** Da ist eine große Holztür aus dunklem schweren Holz, eine ganz alte Tür ist das.

**Th** Ist das die Tür, die dich besonders anzieht?

**K** Ja, ich stehe da jetzt vor der Tür und sehe sonst keine.

**Th** Steht da irgendetwas drauf? Was da für ein Thema hinter ist? Was dich da erwartet?

**K** Nein.

**Th** O.k. Wie ist dein Gefühl so vor dieser Tür?

**K** Ich weiß nicht was dahinter ist.

**Th** Bist du bereit die Tür zu öffnen?

**K** Ja.

**Th** Ok. (Tür knarrt)

**K** Die Tür ist jetzt auf, aber ich stehe davor, es ist so dunkel

**Th** Guck einmal, ob da ein Lichtschalter ist!

**K** Nee, aber ist eine Fackel, die hängt so an der Wand.

**Th** Kannst du die anzünden oder ist die schon an?

**K** Ja, die ist jetzt an, da ist ein Feuer, das ist nicht besonders hell.

**Th** Kannst du die Fackel von der Wand abnehmen und dorthin leuchten, wo du hinschauen willst? Oder was ist dein Impuls?

**K** Ja, die lässt sich abnehmen, ich habe jetzt das Gefühl, wenn ich sie in der Hand halte, das ich gesehen werden kann. **Schlüsselsatz**  
**Hier deutet sich bereits an, worum es u.a. geht, nämlich gesehen zu werden.**

**Th** Ach so. Wie wäre das für dich, wenn du gesehen würdest?

**K** Eigentlich ist es ok.

**Th** Wer könnte dich denn da sehen?

**K** Ich habe das Gefühl, da ist jemand im Raum, der sieht mich auch, aber ich kann ihn noch nicht sehen. Es ist, glaub' ich, ein Mann.

**Th** Magst du ihn einmal ansprechen? Spür' einmal in dich hinein, was jetzt dein Impuls ist!

**K** (Pause) Irgendwie sitzt da so ein Mann auf einem alten Stuhl. Er ist wohlwollend. Er scheint zu lächeln, obwohl ich ihn jetzt gar nicht sehe.

**Schlüsselsatz**

**Th** Magst du ihm das einmal sagen!

**K** Ich kann dich gar nicht sehen, aber ich fühle mich wohl in deiner Anwesenheit.

**Th** Reagiert er?

**K** Irgendwie hebt er die Hand, dass ich ruhig näher kommen soll.

**Th** Möchtest du das?

**K** Ja.

**Th** Tu' es mal!

**K** Er sitzt da, ich sehe jetzt so eine Kutte, so eine alte braune Mönchskutte. Es ist ein älterer Mann.

**Th** Spricht er zu dir?

**K** Nein, er sagt gar nichts.

**Th** Wie ist das für dich, dass er nichts sagt und nur so da sitzt?

**K** Er lächelt mich noch immer an.

**Th** Sag's ihm einmal!

**K** Du lächelst mich immer so an.

**Th** Reagiert er?

**K** Er lächelt nur.

**Th** Wie ist das für dich?

**K** Ich fühle mich eigentlich ganz wohl da. Er zeigt jetzt mit der Hand, dass ich mich da hinsetzen soll, da ist noch solch ein Stuhl.

**Th** Möchtest du das?

**K** Ja. Ich habe mich jetzt dahin gesetzt. Ich sitze jetzt links von ihm und er guckt mich an.

**Th** Wie geht es dir da?

**K** Ich fühle mich ganz gut. Ich kann die Fackel jetzt in einen Halter stellen und der ist rechts von mir.

**Th** Tu' das!

**K** Ich kann mich jetzt bequem da in den Stuhl setzen, das ist ein Holzstuhl mit solchen Armlehnen.

**Th** Tu' das einmal! Spür' einmal, was passiert! Wie es dir geht? Ob du irgendeinen Impuls hast etwas zu sagen oder zu tun?

**K** Ich sitze jetzt ganz entspannt in dem Stuhl; der sagt immer noch nichts (der Mönch). Ich gucke jetzt so in den Raum, aber ich sehe nicht viel, es ist relativ dunkel.

**Th** Möchtest du wissen, was da in dem Raum noch ist? Oder möchtest du mit dem Mönch reden?

**K** Ich habe das Gefühl, dass er gar nichts sagen will.

**Th** Sag's ihm!

**K** Möchtest du mir etwas sagen? Er nickt so „nein“ und dabei lächelt er so.

**Th** Möchtest du ihm denn etwas sagen? Oder hast du eine Frage an ihn?

**K** Ich möchte wissen, wer er ist.

**Th** Frag' ihn!

**K** Wer bist du? Er lächelt nur auf meine Frage.

**Th** Sag's ihm!

- K** Du lächelst nur und sagst nichts. Er sagt, du wirst es schon herausfinden.  
**Schlüsselsatz**
- Th** Wie ist diese Antwort für dich?
- K** Ich denke, ich werde es schon herausfinden. Er hat solch eine braune Mönchskutte an mit einer Kordel und solche eine Glatze mit einem Haarkranz; ein bisschen dick ist er.  
**Schlüsselsatz: Hier drückt sich Selbstvertrauen aus.**
- Th** Wie findest du ihn?
- K** Sympathisch.
- Th** Dass er eine Kutte anhat, wie ist das für dich? Kannst du damit etwas anfangen?
- K** Ja, es ist irgend so etwas Religiöses, ja und ich wundere mich gerade. Ich habe damals, als ich das schon einmal gemacht habe (Synergetik-Session), da war ich auch in solche einem dunklen Raum, aber da ist mir Jesus begegnet. Auch so etwas Religiöses. Da war ich total erstaunt. Und jetzt sitzt da schon wieder solch ein Mönch.  
**Klientin hat ein distanziertes Verhältnis zu Religion und Kirche.**
- Th** Sag' ihm das! Sag' ihm einmal, was dir da passiert ist, wie es damals war mit Jesus!
- K** Damals ist mir Jesus begegnet, der hat mich auch ganz lieb angelächelt; aber jetzt, das ist ein ganz anderer Typ, der ist so lustig und der hat auch ein Glas Wein, einen schweren Becher mit Wein. Ein fröhlicher Mönch ist das. Ich habe das Gefühl, er genießt das Dasein da unten.
- Th** Kannst du dein Dasein auch genießen?
- K** Ja, hier unten habe ich das Gefühl, ich fühle mich noch so ein bisschen fremd da.
- Th** Frag' ihn doch einmal, ob er sein Dasein genießt und sag' ihm, wie es dir geht!
- K** Genießt du dein Dasein? Ich fühle mich hier noch ein bisschen fremd, ich weiß nicht, was es hier unten gibt und wie es überhaupt hier unten ist, hier so zu leben. Er lacht und sagt, uns geht es hier ganz gut.  
**Klientin kommt mit ihrem Unbewussten in Kontakt und orientiert sich dort.**
- Th** Was meint er mit uns? Möchtest du das wissen?
- K** Da sitzen jetzt ganz hinten im Raum, da sitzen noch ganz viele solcher Mönche und die lachen irgendwie, weil ich solche Fragen stelle.
- Th** Wie geht es dir damit, dass dort so viele sind und dass die jetzt lachen?
- K** Ich habe das Gefühl, die fühlen sich da ganz wohl.
- Th** Sag' es ihnen direkt!
- K** Ich glaube, ihr fühlt euch da ganz wohl, die lachen und haben Spaß. Aber es ist keine Frau dabei, die haben alle solche Kutten an. Sie sitzen zusammen am Tisch und trinken Wein. Es ist so, als hätten die dort auf mich gewartet.  
**Schlüsselsatz: Im Unbewussten gibt es ein positives Lebensgefühl. Dort haben die Mönche eigene Anteile der Klientin, auf sie gewartet, dort darf sie so sein wie sie ist und wird selbstverständlich und freundlich angenommen. In der Außenwelt ist sie ein nicht gewolltes, abgelehntes Kind, was sich so auswirkt, dass auch die Erwachsene ihren Platz im Leben noch nicht gefunden hat.**
- Th** Sag' ihnen das einmal!
- K** Ich habe das Gefühl, ihr habt hier auf mich gewartet. Jetzt sagt einer, wir wussten, dass du kommst. Und ich frage mich jetzt woher.

**Schlüsselsatz, Ausführungen siehe oben; auch in diesem Satz drückt sich Vertrauen aus**

Th Wie ist das für dich?

K Ich würde ganz gerne wissen, woher die das wissen.

Th Frag' sie!

K Ich würde gerne wissen, woher ihr wusstet, dass ich komme. Die lachen nur.

Th Wie ist das, wenn die nicht antworten?

K Ich denke mir jetzt, die denken vielleicht, ich könnte das eh nicht verstehen.

**Mustersatz**

Th Sag' ihnen, was du denkst!

K Ich glaube, ihr denkt, ich könnte das eh nicht verstehen.

Die lachen und der eine sagt: ‚Kann schon sein.‘

Th Wie geht's dir damit?

K Ich bin unsicher. Ich denke, dass ich es vielleicht wirklich nicht verstehen kann.

Th Spüre deine Unsicherheit! Schau einmal, ob du eine Birgit sehen kannst, die unsicher da steht oder sitzt du da?

**Impuls soll Klientin vom Denken ins Fühlen oder Spüren bringen.**

K Ich sitze da in einem Sessel.

Th Bist du jetzt die unsichere Birgit oder hast du Abstand und kannst die unsichere Birgit da sitzen sehen?

K Ich kann die sehen.

Th Sag' ihr einmal, dass du sie siehst!

K Ich sehe dich da sitzen. Birgit und sehe wie unsicher du bist. Die antwortet, sie sagt: Ja. Ich fühle mich hier auch unsicher, ich bin hier das erste Mal; ich weiß ja gar nicht, wo ich hier bin. Ist hier etwas, was ich machen soll? Es ist alles fremd.

Th Hast du ein Gefühl für sie, wenn du sie da sitzen siehst und hörst, was sie dir erzählt?

K Ich könnte sie fragen, warum gehst du überhaupt dahin, wenn du unsicher bist und dich überhaupt nicht auskennst?

Kleine Birgit: Ich bin neugierig.

**Schlüsselsätze, das Innere Kind hilft bei der Orientierung**

Th Kannst du sie verstehen?

K Ja.

Th Was kann sie denn tun, um ihre Neugierde zu befriedigen? Oder geht es gar nicht darum, etwas zu tun?

K Sie sitzt da und guckt sich um. Sie kann ja einmal aufstehen und gucken, was sie da sieht.

Th Sag' ihr das einmal!

K Ja, du könntest aufstehen und gucken, ob du noch mehr siehst und findest. Sie schaut fragend den einen Mönch an, ob sie aufstehen darf.

Th Ach so.

K Er lächelt und zeigt so mit der Hand, dass sie das darf.

Sie steht auf, geht langsam und vorsichtig. Die anderen beobachten mich.

**Diese Bemerkung entspricht der Sprechweise, dem Sprechtempo und der Orientierung der Klientin.**

Th Die anderen Mönche?

K Ja, die bieten mir jetzt ein Glas Wein an.

Th Wie alt bist du denn?

K Ich glaube, ich bin jünger als jetzt. Ich weiß nicht, 17 vielleicht.

- Th Möchtest du das Glas Wein?  
 K Ich trinke einen Schluck, es ist Rotwein. Der schmeckt gut. Dann stelle ich das Glas wieder hin. Ein Becher ist das aus Kupfer. Und da stehen jetzt auf einmal viele Tische, alles so schweres Holz und Stühle aus Holz und es scheinen noch mehr Mönche da zu sein.
- Th Aber die anderen Mönche sind auch noch da?  
 K Die sind da, ja. Die sitzen an einem länglichen Tisch.
- Th Der eine Mönch, dem du zuerst begegnet bist, sitzt ja nicht mit denen am Tisch, wenn ich dich richtig verstanden habe. Wo sitzt der?  
 K Der sitzt ein paar Meter davon weg. Der sitzt immer noch so in seinem Sessel. Ich frage mich gerade, warum der da so alleine sitzt?
- Th Frag ihn!  
 K Warum sitzt du da alleine?  
 Er sagt: Ich bin hier der Vorsteher (innerer Führer und Begleiter). Er sagt auch, das hat nichts zu bedeuten, ich sitze auch manchmal bei den anderen.  
 Oder: wegen dir sitze ich hier alleine, sagt er, weil ich dich erwarte.  
**Schlüsselsatz; der Mönch ist hier allein für sie da und erwartet sie, dieser Anteil, selbstverständlich und freudig erwartet zu werden, ist noch abgespalten in ihrem Bewusstsein. Dort wirkt noch die Erfahrung, nicht willkommen zu sein.**
- Th Wie ist das für dich jetzt, dass er dich erwartet?  
 K Das macht mich neugierig.
- Th Sag ihm das!  
 K Ich bin neugierig. Aber was willst du von mir?  
**Mustersatz, Erwartungen werden an sie gerichtet**  
 Der sagt: Du willst etwas von uns.  
**Schlüsselsatz; hier macht die Klientin eine neue Erfahrung, etwas wollen zu dürfen, die sie noch gar nicht mit Inhalt füllen kann. Ggf. hilft ihr die kindliche Neugier weiter.**  
 Ich weiß doch gar nicht, was ich von denen will. Und er lächelt wieder.
- Th Wie ist das für dich, dass er sagt: Du willst etwas von uns?  
 K Ja. Ich finde das komisch, weil ich es selber nicht weiß, was ich da will außer Neugier.
- Th Ist die Ängstlichkeit denn noch da?  
 K Nein, ängstlich bin ich nicht mehr; es scheint auch irgendwie heller zu sein in dem Raum, es kommt irgendwie Tageslicht herein.  
**Schlüsselsätze: ihre Erfahrungen bewirken, dass ihre Ängste in den Hintergrund treten, wodurch es heller wird; das Tageslicht scheint mir eine Verbindung zur äußeren Realität anzudeuten.**
- Th Schau dir doch einmal die neugierige Birgit an, wie die aussieht, was die macht, was die wissen möchte.  
 K Die guckt sich jetzt hier um in dem Raum, die steht zwar noch so auf der Stelle und dreht sich halt.
- Th Darf sie neugierig sein?  
 K Ja.
- Th Dann sag' ihr das einmal!  
 K Du darfst neugierig sein.  
 Da ist so eine hohe Decke und da hängt so ein ganz schwerer Kronleuchter, die Wände sind alle ganz aus Holz.

- Der ist groß, der Raum. Da steht hinten so ein ganz schwerer Schreibtisch aus Holz. Es scheint so ein Studierzimmer zu sein. Da sind ganz viele Bücher in Regalen.
- Th** Was hast du da für einen Impuls, wenn du das Studierzimmer siehst mit den vielen Büchern und dem schweren Schreibtisch?
- K** Ich habe das Gefühl, da sind ganz viele interessante Bücher, dass die das irgendwie studieren.
- Th** Geh' einmal darauf zu. Vielleicht nimmst du einmal irgendein Buch heraus oder guck' einmal, was du möchtest da.
- K** Da sind ganz viele alte Bücher in Ledereinbänden, mit goldener Schrift, teilweise auch verstaubt.
- Th** Lass es alles auf dich wirken, vielleicht liegt ja auch etwas auf dem Schreibtisch. Guck einmal, ob es irgendetwas gibt, das dich anzieht, worauf du zugehen möchtest!
- K** Auf dem Schreibtisch liegt so ganz altes Papier, Papyrus-Papier und da steht ein alter Federkiel mit Tinte und ich möchte da jetzt mit schreiben und ich mache das auch. Das kratzt so auf dem Papier, wenn ich mit der Feder darauf schreibe.
- Th** Kannst du das richtig hören?
- K** Ja, ich kann das hören.  
Es macht Spaß darauf zu schreiben. Aber ich kann nicht mehr sehen, was ich da schreibe, nur so Striche. Und daneben liegt ein Buch, das ist aufgeschlagen und da ist so eine ganz säuberliche Schrift mit so ganz alten Buchstaben, die ich gar nicht lesen kann.
- Th** Möchtest du den wissen, was da steht?
- K** Möchte ich gar nicht wissen. Ich setze mich jetzt an den Schreibtisch und gucke jetzt so und überlege, was ich jetzt noch machen könnte.  
Die vielen Mönche kümmern sich jetzt auch gar nicht mehr um mich, die unterhalten sich.
- Th** Ist das ok für dich?
- K** Nur der eine sitzt da und beobachtet mich ein bisschen.
- Th** Ist das ein angenehmes beobachtet Werden?
- K** Ja. Es ist so als wenn man mich erst einmal so gucken lässt.  
Da ist jetzt so ein Fenster, da gehe ich jetzt einmal hin und gucke da hinaus. Da ist unten so ein großer Hof und da laufen ganz viele Mönche, die gehen spazieren.  
Manche sehen mich auch oben am Fenster, gucken kurz herauf und lächeln und gehen weiter. Es ist so als wenn die wüssten, dass ich da wäre.
- Th** Möchtest du sie etwas fragen?
- K** Die sind so weit weg und da ist ja die Glasscheibe.  
**Die Glasscheibe trennt und schützt die Innenwelt von der Außenwelt, obwohl die Außenwelt auch den geschützten Bereich der Mönche darstellt.**
- Th** Wie geht's dir damit zusehen, da sind diese Mönche und du hast das Gefühl, die wissen, dass du da bist?
- K** Eigentlich geht's mir ganz gut damit. Ich verstehe das zwar noch nicht, aber es ist ok.  
Ich habe das Gefühl, ich kann da sein und die lassen mir einfach Zeit mich auszuprobieren.  
**Ein wichtiger Schlüsselsatz.**
- Th** Ist das wichtig für dich, dass du da sein darfst und deine Zeit bekommst?

Ja, dann spüre das einmal: Du darfst da sein.

**Schlüsselsatz: Wie wichtig dieses Gefühl bzw. diese Wahrnehmung „Ich kann dasein“ ist, zeigt sich in den folgenden Sitzungen, in denen klar wird, dass sie keine Daseinberechtigung fühlt (ungewollte Schwangerschaft der Mutter, die als Fehltritt und Verstoßenwerden geahndet wird. Die Mutter gibt die Klientin zu Pflegeeltern in den ersten zwei Lebensjahren, K musste immer lieb und unauffällig sein.**

(Pause)

**K** Da ist auch so ein Gefühl; da könnte mir doch jemand einmal erklären, was das ganze soll. –

Es macht keiner die Anstalten, mir etwas zu erklären.

**Th** Was könntest du denn tun?

**K** Ich habe das Gefühl, wenn ich frage, dann sagt mir keiner etwas.

**Mustersatz**

**Th** Und dann fragst du auch gar nicht, weil du ehe keine Antwort kriegst? Ist das so etwas? Oder wie fühlt sich das für dich an?

**K** Ich habe das Gefühl, ich brauche gar nicht zu fragen.

**Mustersatz**

**Th** Kennst du das irgendwo her?

Kommt dir das bekannt vor?

**K** Irgendwie kommt mir das bekannt vor, aber ich habe jetzt keine konkrete Situation vor Augen. Aber irgendwie kommt es mir bekannt vor.

**Th** Wie ist das für dich zu erwarten, keine Antwort zu bekommen, wenn der Wunsch da ist, es endlich wissen zu wollen und keine Antwort zu kriegen?

**K** Jetzt fallen mir meine Eltern ein. Da habe ich jetzt das Gefühl, als ich klein war, wenn ich da oft Fragen hatte, nicht gefragt habe; ich hätte sowieso keine Antwort gekriegt.

**Wechsel in eine konkrete Situation in der Kindheit, in der es etwas zu klären gibt. Hier achtet die Therapeutin stärker auf direkte Ansprache und Konfrontation; gleichzeitig ist ihr sehr wichtig, dass die Klientin hinspürt und sich wahrnimmt.**

**Th** Bist du jetzt bei deinen Eltern oder sind deine Eltern da, wo die Mönche sind?

**K** Nein, ich bin bei meinen Eltern und irgendwie höre ich von denen – mein Vater sagt das: du bist noch zu klein.

**Th** Wie geht's dir mit der Antwort?

**K** Damit bin ich nicht zufrieden. Ich habe das Gefühl, dass ich nicht zu klein bin.

**Th** Selbst wenn du klein wärest, hat ein kleines Kind auch ein Recht auf eine Antwort.

**K** Ja, klar.

**Th** Sag' ihm, was du denkst!

**K** Ja, sicher. Ich habe trotzdem ein Recht auf eine Antwort, damit ich wenigstens ein bisschen verstehe.

Mein Vater sagt, wenn du älter bist, dann .....?

Meine Mutter lenkt ab.

**Th** Wie macht sie das?

**K** Fängt irgendwie an, etwas anderes zu reden.

**Th** Spür einmal wie es dir damit geht!

**K** Ich spüre, dass das nicht in Ordnung ist, aber irgendwie lässt mich das verstummen.

**Th** Kannst du denn sagen, dass das nicht in Ordnung ist?

**K** Ja, Mutti, kann ich dir das alleine sagen, wenn der Vater nicht dabei ist?



- Ja, da ist so eine Angst, dass der losschimpft.
- Th** Kannst du ihm das sagen?
- K** Ich habe Angst, dass du schimpfst, wenn ich jetzt weiter frage. Er sagt, ich hätte keine Widerworte zu geben.
- Th** Spür' einmal in dich hinein wie es dir damit geht!
- K** Ich spüre jetzt so einen Druck in der Brust.
- Th** Wem kannst du das sagen? Ist da jemand, der dich hören könnte? Oder bist du alleine damit?
- K** Ich sitze in der Küche bei meinen Eltern und ich bin allein damit. Ich habe so ein Gefühl, als wenn ich unwichtig wäre.
- Mustersatz**
- Th** Spür's einmal!
- K** Jetzt kommt wieder das Bild von dem Raum, wo der Mönch ist. Da habe ich das Gefühl, dass ich da wichtig war. Sie haben mich wahrgenommen, haben mich dasein lassen, da war ich wichtig.
- Schlüsselsatz**
- Th** Wem müsstest du das sagen?
- K** Ich möchte einmal etwas sagen. Ich bin noch nie so sehr beachtet worden wie jetzt hier. Bei meinen Eltern spiele ich nur eine kleine und unwichtige Rolle. Ich habe nie die Hauptrolle gespielt zu Hause. Jetzt bin ich auf einmal so wichtig. Deswegen habe ich mich auch so wohl gefühlt da.
- Schlüsselsatz**
- Th** Nimm das einmal wahr, wie das für dich ist und wie wichtig es für jedes Kind ist, die Hauptperson zu spielen, wichtig zu sein, wahrgenommen zu werden.
- K** Jetzt fällt mir auch ein, dass da nur Männer sind, denn normalerweise gerade, wenn da nur Männer waren, war ich total unwichtig.
- Mustersatz**
- Wenn wir zu Besuch waren, haben die geredet. Ich war immer das brave Mädchen und ich wurde gelobt dafür, dass ich so lieb war und so unauffällig.
- Th** Spür einmal da rein wie es der kleinen Birgit geht, die da so brav, so lieb und so unauffällig ist.
- K** Der geht es total schlecht. Jetzt fällt mir auch eine Situation ein, da hatte ich Kommunion, da kamen viele Gäste. Da hatte meine Mutter erst so den Ehrenplatz am Ende des Tisches reserviert für mich. Dann habe ich da gegessen und dann kam meine Oma. Weil das immer ihr Stammpplatz war, musste ich da weggehen und meine Oma bekam den Platz.
- Th** Sei doch jetzt auf dem Platz!
- K** Auf dem Ehrenplatz ?
- Th** Ja, auf dem Ehrenplatz und deine Oma kommt.
- K** Sie guckt mich jetzt an und ich weiß genau, was da kommt. Jetzt sagt meine Mutter zu der Oma, dass sie da sitzen kann und ich woanders sitzen kann.
- Th** Wie ist das für dich?
- K** Protest ist jetzt zwecklos, ich kann mich eh' nicht durchsetzen.
- Mustersatz**
- Th** Das weißt du schon! Die Erfahrung hast du gemacht?
- K** Ich würde mich auch nicht trauen, etwas zu sagen.
- Th** Wer könnte dir helfen?
- Oder möchtest du aufstehen und wieder den Platz freimachen?
- Spür einmal, was geht!
- Vielleicht kann die große Birgit kommen und der kleinen helfen oder

der Mönch ....

**K** Ja, der Mönch ist jetzt auf einmal da und der lacht wieder.

**Th** Kannst du ihm etwas sagen?

**K** Ich guck' den mir fragend an. Ja, und der sagt jetzt zu meinen Eltern und zu meiner Oma, dass es heute mein Ehrentag ist und dass ich da sitzen muss. Ja, und die akzeptieren das. Ja, und jetzt suchen sie einen anderen Platz für meine Oma. Die wissen noch nicht wohin.

**Th** Vielleicht hast du ja eine Idee. Könnte ja sein!

**K** Ja, an der linken Seite von mir sehe ich noch einen freien Platz, aber der nicht direkt neben mir ist.

**Th** Kannst du den Platz einmal vorschlagen, den du siehst?

**K** Ja, ich zeige da mit dem Finger drauf.

**Th** Kannst du auch sprechen?

**K** Nein, sprechen kann ich nicht. Aber meine Oma ist einverstanden, die geht jetzt dahin. Die ist so ganz dick meine Oma, die braucht viel Platz.

**Th** Sitzt sie schon da?

**K** Ja, die sitzt da jetzt.

**Th** Dann spür' einmal wie es für dich ist, wie es dir jetzt geht?

**K** Mir geht es jetzt gut da. Ich freue mich irgendwie, ich bin froh, dass der Mönch da ist.

**Klientin führt mit Hilfe des Mönchs eine Veränderung herbei, die in ihrem Sinne ist, mit der sie sich wohl fühlt. Dies ist eine neue Erfahrung, noch ist sie sprachlos.**

**Th** Sag's ihm!

**K** Ich bin froh, dass du hier bist. Von alleine hätte ich mich nicht durchsetzen können. Ja, und der lächelt mich an und zwinkert mir mit einem Auge zu und er setzt sich gegenüber von meiner Oma auf der rechten Seite.

**Th** Sitzt er denn direkt neben dir?

**K** Da ist auch so ein kleines Stückchen Platz.

**TH** So wie bei der Oma auf der anderen Seite ?

**K** Ja, und trotzdem tut mir das gut, dass er da sitzt.

**Th** Sag's ihm!

**K** Gut, dass du da sitzt, und meine Eltern respektieren ihn auch, die trauen sich nicht, ihm etwas zu sagen.

**Th** Wie ist das für dich?

**K** Das ist gut.

**Th** Hast du jemanden gefunden, der dich unterstützt und der dich wahrnimmt? Ist das wichtig für dich?

**K** Ja.

**Th** Frag' ihn doch einmal, ob er dein Verbündeter ist oder was hast du für eine Frage an ihn?

**K** Ja, das war schon gerade der Gedanke, dass ich mir wünschen würde, dass er mich weiter unterstützt.

**Th** Sag's ihm einmal!

**K** Ich würde mir wünschen, dass du mich auch weiterhin unterstützt und an meiner Seite bist.

**Th** So lange wie du das brauchst, bis du für dich selbst eintreten kannst.

**K** Ich hab' das Gefühl, so einen bräuchte ich heute auch noch.

**Th** Wie reagiert er denn darauf?

**K** Er lächelt wieder.

**Th** Was kannst du denn in dem Lächeln sehen oder spüren?

**K** Ja, als wenn er mir damit sagen wollte, ich bin weiterhin da für dich.

**Th** Spürst du das in deinem Inneren, dass da etwas Verlässliches ist?

**K** Ja. Es ist ein schönes Gefühl, wenn da jemand ist, an den man sich wenden kann. Vor allen Dingen, der auch soviel Einfluss hat

**Th** Der soviel Einfluss hat und der dich wahrnimmt !

**K** Ja, und der muss auch gar nicht soviel reden, der versteht mich sofort.

**Th** Das ist natürlich eine tolle Geschichte, diese Verbindung, die ohne Kommunikation schon da ist, ohne Worte verstanden werden ..... .

**Das Kind braucht das Angenommensein und Wahrgenommenwerden durch die Mutter (Eltern) auch auf der nonverbalen, energetischen Ebene. Hier erfährt die Klientin diesen Aspekt durch den Mönch.**

**K** Und ich fühle mich wohl da. Wir essen jetzt Kuchen.

**Th** Kannst du es jetzt genießen da

**K** Ja.

**Th** Guck' einmal, ob du jetzt auch mehr Beachtung hast am Tisch! Oder ob dir das überhaupt wichtig ist?

**K** Das ist mir gar nicht so wichtig. Der Mönch sitzt da an dieser Seite. Da fühle ich mich wohl. Und ich beobachte meine Oma, die isst so eine fette Buttercremetorte. Und ich möchte mich eigentlich lustig machen über sie.

**Th** Spüre einmal, ob du da Lust zu hast.

**K** Ja, ich hab' jetzt irgendwie das Gefühl, sie wird immer dicker.

**Th** Guck' einmal, ob du der Birgit erlauben kannst, sich lustig zu machen über die Oma, die die fette Buttercremetorte isst !

**K** Ja, ich gucke diesen Mönch an und wir lächeln beide und wir machen uns beide lustig über diese Oma, ohne Worte wieder.

**Th** Ja, der weiß genau, was du meinst und versteht dich auch.

**K** Ja. Komisch, da ist zwar ein großer Tisch und da stehen viele Stühle, aber ich sehe überhaupt keine anderen Gäste. Da sind nur wir drei und meine Mutter springt da rum und bedient. Mein Vater ist auch irgendwo da, aber der ist so vernebelt, den seh' ich gar nicht richtig. So als wenn der gar nicht weiß, was der jetzt da machen soll.

**Th** Magst du ihm das sagen?

**K** Ich hab' das Gefühl, du weißt gar nicht, was du da machen sollst.

**Th** Reagiert dein Vater?

**K** Ja, komisch, der sagt gar nichts, obwohl der sonst immer redet. Der weiß gar nicht so richtig, mit wem er eigentlich reden soll.

**Th** Sag' ihm das einmal!

**K** Ich habe den Eindruck, du weißt gar nicht, mit wem du reden sollst. Ich habe den Eindruck, der will sich auch gar nicht mit dem Mönch unterhalten. Irgendwie scheint der ihn auch zu stören. Und ich hab' jetzt das Gefühl, weil der Mönch zu mir hält.

**Th** Sag' deinem Vater einmal, was du da wahrnimmst!

**K** Ich hab' das Gefühl, es gefällt dir nicht, dass jemand hier zu mir hält.

**Th** Reagiert er?

**K** Mein Vater ist irgendwie ungehalten; der sagt zu meiner Mutter: Wenn Erwachsene sich unterhalten, müssen Kinder sich zurückhalten.

**Mustersatz; Vater spricht die Tochter nicht direkt an, er schaltet wieder die Mutter ein.**

**Th** Ist das seine Antwort auf deine Frage?

**K** Ja.

**Th** Ach so. Er antwortet dir gar nicht. Er spricht nur zu deiner Mutter jetzt.

- K** Ja.
- Th** Wie ist das, wenn er dir gar nicht persönlich antwortet, sondern deiner Mutter dies sagt?
- K** Ja, das ist nicht so doll für mich. Meine Mutter versucht wieder zu schlichten.
- Th** Hörst du was sie sagt?
- K** Ja, sie sagt zu ihm: Das ist doch heute ihr Kommuniontag. Und sie bedient ihn, gibt ihm Kuchen und Kaffee.
- Th** So als wenn sie ihn zufrieden stellen wollte ?
- K** Ja, und der lässt sich jetzt auch zufrieden stellen.
- Th** Und wie geht's dir, der kleinen Birgit, die da sitzt, die vom Papa keine Antwort bekommen hat ..... ? Ist die auch froh, dass der Papa seinen Kuchen hat und zufrieden ist?
- K** Ja, die hätte schon gerne eine Antwort gehabt, aber ..... , ja aber ..... .
- Th** Sag's dem Mönch einmal; setz dich einmal für sie ein.  
**Klientin hat große Angst vor dem Vater, deshalb der Vorschlag, den Mönch mit einzuschalten**  
 Ist das in Ordnung, dass der Papa so mit seiner Kleinen umgeht?
- K** Ich gucke jetzt den Mönch an .... (Pause) und der versucht jetzt, meinen Vater anzusprechen. Irgendwie ist es schwierig .....
- Ja, jetzt kommt meine Mutter und gibt dem Mönch Kaffee. (Pause)
- Th** Tut deine Mutter das jetzt, um den Mönch zu beschwichtigen, damit er deinen Vater nicht anspricht oder um ihm etwas anzubieten, um ihm etwas Gutes zu tun?
- K** Aus Höflichkeit mehr, ja und um diesen Konflikt da wieder zu vertuschen.  
**Muster**
- Th** Nimm das einmal wahr, dass sie den Konflikt vertuschen will; sie gibt ihm schnell einmal einen Kaffee, um ihn vielleicht ein bisschen abzubremsen, damit er nicht sagt, was er meint.
- K** Meiner Mutter ist das auch irgendwie peinlich. Die fühlt sich ja auch nicht wohl. Die hat auch Angst, dass mein Vater wieder losbraust.
- Th** Das ist es, die Angst, dass er losbraust. Deshalb muss sie beschwichtigen und den Mönch ablenken, beschwichtigen, zufrieden stellen.  
 Ist das o.k. so?
- K** Nee, die sitzen jetzt alle ganz ruhig da. Selbst der Mönch ist jetzt ein bisschen irritiert. Der weiß gar nicht, was er sagen soll.
- Th** Sag' ihm einmal, was du da wahrnimmst!
- K** Ich hab' das Gefühl, du weißt jetzt auch nicht mehr, was du sagen willst. Es ist schwierig. Ganz komisch. Meine Mutter setzt sich gar nicht dahin, die springt nur rum und bedient da alle.
- Th** Was möchtest du denn, was sie tun soll?
- K** Ja, dass sie sich auch da hinsetzt. Mama, setzt dich doch hin und rede doch mal mit uns!
- Th** Ja, sag ihr einmal, dass dir das wichtig ist und dass es dein Ehrentag ist.
- K** Ja, das ist mein Ehrentag und dich möchte, dass du dich zu mir setzt.  
 Ja, sie setzt sich jetzt zwischen meiner Oma und mir hin.
- Th** Ist das jetzt für dich richtig?
- K** Ja, aber ich bin jetzt verunsichert, weil ich merke, meinem Vater gefällt das nicht.
- Th** Nimm das einmal wahr, die Mama setzt sich zu dir hin und deinem Vater gefällt das nicht.

**Es gefällt dem Vater nicht, wenn die Mutter mit ihrer Aufmerksamkeit und Zuwendung bei der Tochter ist.**

K Der sitzt jetzt da abseits alleine.

Th Wenn sie sich dir zuwendet, fühlt er sich dann vielleicht alleine gelassen?

K Ja, das behagt ihm nicht. Er will irgendwie, dass sie weiter bedient und auch ihn bedient.

Th Soll sie sich um ihn kümmern und um die Gäste, aber nicht um dich?

K Ja, sie kann mir auch etwas bringen, aber nicht sich da hinsetzen.

Th So in der Weise: nicht für dich da sein, nicht dir die Nähe geben und Aufmerksamkeit.

K Ja. Mein Vater steht jetzt auf und geht raus.

Th Kann er also nicht ertragen, dass deine Mutter bei dir ist?

Ist das so etwas Spür' mal !

K Ja, er findet das unmöglich, dass ich auf einmal so eine wichtige Rolle spiele.

**Muster**

Th Wie ist das für dich, dass er unmöglich findet, dass du wichtig bist?

K Ichühl' mich da nicht wohl, aber ich bin das doch gewohnt.

**Klientin kennt das nicht anders.**

Th Ja, du kennst das schon, du bist das gewohnt.

Und die Große, die die Kleine jetzt so sieht und was der Papa da macht.

**Die Kleine, die so zaghaft, verängstigt und stumm ist, kann sich hier nicht alleine helfen. Hier wird der erwachsene Anteil aufgefordert, die Kleine wahrzunehmen, was auch geschieht. Dadurch kommen beide Anteile in Kontakt. Die Klientin nimmt ihr inneres Kind in seiner Unwichtigkeit und Angst vor dem Vater wahr. Das innere Kind macht die Erfahrung, dass da jemand ist, der es wahrnimmt und fühlt und zeigt, dass dieser Anteil „sauer“ ist. Dadurch entsteht eine innere Verbindung und ein Kennenlernen zwischen der Erwachsenen und dem inneren Kind**

K Ja, die hat Mitleid mit der Kleinen und ist sauer auf ihn, auf den Vater.

Th Wie zeigt sie denn ihr Mitleid mit der Kleinen?

Woran kannst du das sehen?

K Sie guckt die Kleine einfach nur an und überlegt wie sie ihr helfen könnte. Aber das ist schwierig.

Th Was ist schwierig? Ist sie ratlos oder hilflos?

K Eher hilflos, weil keiner, weiß wie man ihn ansprechen kann. Die haben all ein bisschen Angst vor ihm.

Th Ah, die haben alle Angst vor ihm. Der Mönch auch ?

K Nicht Angst, aber der traut sich auch nicht so richtig. Der hat Angst, dass er unhöflich wird.

**Nicht nur der Anteil ‚große Ilse‘ ist hilflos, sondern auch der Anteil ‚Mönch‘ traut sich nicht. Angst vor Aggression ?**

Th Unhöflich darf er nicht sein?

K Doch, doch, das schon. Aber ihm fehlt irgendwie der Ansatzpunkt. Er weiß gar nicht wie er anfangen soll.

Th Wer könnte da helfen?

**Hier hätte die Therapeutin zum Unhöflichsein auffordern können. Wer könnte da helfen? Hier geht es weniger darum ‚wer helfen könnte‘ ein Impuls hätte sein können: Was würde der Mönch den tun, wenn er unhöflich sein würde? Lass den Mönch doch einmal unhöflich sein!**

K Weiß ich gar nicht. Es scheint so fest gefahren.

Th Kannst du wahrnehmen, dass es fest gefahren ist?

**Besserer Impuls: Schau dir das Festgefahrene an! Wie sieht es aus?  
Wie geht es dir damit, dass es so festgefahren ist, was macht das mit dir?**

- K** Ja.
- Th** Vielleicht geht es auch gar nicht um Hilfe an der Stelle, sondern um Wahrnehmung dessen, wie es ist.  
(Pause)
- Th** Wie verhält sich denn die Oma in dem Ganzen? Ist die auch noch da? Ist das die Mutter von deiner Mutter oder .....
- Therapeutin leitet Aufmerksamkeit auf die Oma, um aus dem Festgefahrenen herauszukommen;**  
**Möglicher Impuls nach der Pause hätte sein können: Wo bist du jetzt? Wie geht es dir damit? Um das Festgefahrene weiter zu bearbeiten bzw. der Befindlichkeit der Klientin zu folgen. Auf der anderen Seite scheint die Klientin angsterstart zu sein, sie darf nichts riskieren, deshalb ist sie ausdruckslos, hilflos, stumm.**
- K** Nein, die Mutter von meinem Vater.
- Th** Ah ja, die könnte sich ja mal damit befassen.
- K** Ich hab' das Gefühl, die kriegt gar nicht mit, was da passiert. Das interessiert sie auch nicht so.
- Th** Wie ist das, wenn du den Vater einfach einmal rausgehen lässt?  
Kannst du dann den Mittelpunkt genießen oder geht das nicht?
- K** Nein, das geht nicht. Meine Mutter ist jetzt auch irgendwie bedrückt und hat Angst.
- Th** Sag's ihr mal!
- K** Ich habe das Gefühl, du hast Angst. Meine Mutter seufzt und sagt, der Vater werde sich hinterher noch aufregen.
- Th** Und das könnt ihr nicht riskieren? Alle nicht?
- K** Vielleicht der Mönch, weil der hat am wenigsten Angst.
- Th** Ja.  
(Pause)
- K** Irgendwie hab' ich als Kind den Impuls, mich einfach auch anderswo hinzusetzen.  
**Durch die Wahrnehmung, dass der Mönch am wenigsten Angst hat, wodurch auch die Angst des Kindes sich reduziert, wird ein eigener Handlungsimpuls möglich, den Platz zu wechseln, um die unerträglich angespannte Situation auszubalancieren.**
- Th** Tue das mal! Lass die Kleine ihren Impulsen nachgehen !
- K** Ich gucke gerade, wo ich mich hinsetzen will.
- Th** Ja.
- K** Ich möchte gerne neben dem Mönch sitzen, aber wenn ich mich auf die andere Seite setze, dann sitzt mein Vater neben mir. Und das will ich eigentlich nicht.
- Th** Ist der wieder da?
- K** Ja, der sitzt jetzt wieder da. Ja, da gehe ich jetzt auf die andere Seite und setze mich neben meine Oma auf die andere Seite. Jetzt ist mein Vater etwas weiter weg von mir.
- Th** Und wo ist der Mönch?
- K** Der sitzt mir jetzt so schräg gegenüber.
- Th** Spür' mal, ob du dich wohlfühlst auf dem Platz, wie es dir da geht!

- K** Ich bin da wichtig eigentlich.
- Th** Ja, neben deiner Oma bist du wichtig.
- K** Ja, aber das entspannt die Lage.
- Th** Ah ja. Spür' mal, was dir wichtig ist! Ob du dir wichtig bist oder ob die Entspannung der Lage wichtig ist oder ob beides wichtig ist!
- K** Irgendwie ganz bekannt kommt mir vor, dass ich jetzt da sitzen bleibe, also neben meiner Oma, wo ich unwichtig bin, einfach damit die Lage wieder entspannt ist. Jetzt kann mein Vater sich auch wieder unterhalten und ich fall' gar nicht mehr auf.
- Muster; Klientin nimmt sich ganz zurück und schafft gute Bedingungen für den Vater, um eine für sie erträgliche Situation zu schaffen (Selbstaufgabe!)**
- Th** Und der Mönch ?
- K** Der unterhält sich jetzt gar nicht mit. Der guckt mich an zwischendurch. Aber der sagt jetzt gar nichts. Mein Vater redet jetzt ganz viel.
- Th** Mit wem redet dein Vater?
- K** Mit der Oma, also mit seiner Mutter.
- Th** Ja, und deine Mutter?
- K** Die redet auch mit.
- Th** Ist für sie die Situation jetzt so in Ordnung?
- K** Ja, die ist wieder entspannt jetzt.
- Th** Für deinen Vater ist die Situation in Ordnung, für deine Mutter und für deine Oma auch.
- K** Ja.
- Th** Und für dich ?
- K** Ich finde das nicht toll da, aber es ist für mich besser, weil ja es ist die Spannung raus.
- Muster; Klientin übergeht sich und ihre Bedürfnisse, um unangenehme und unerträgliche Spannungen auszugleichen.**
- Meine Mutter hat keine Angst mehr, mein Vater redet jetzt wie immer. Da ist jetzt kein Druck mehr da. Es ist jetzt so, ich bin nicht mehr Zielscheibe.
- Th** Nicht mehr Zielscheibe, aber auch nicht wichtig.
- K** Nein, nicht wichtig. Aber ich fühl' mich jetzt auch sicherer.
- Der Gewinn ist: mehr Sicherheit und nicht mehr Zielscheibe zu sein, was angsteinflößend, schmerzhaft und verletzend sein könnte.**
- Th** Dann nimm mal wahr, dass du dich darin sicher fühlst; du hast dich als Zielscheibe rausgenommen, du bist unwichtig, aber du fühlst dich sicher.
- K** Ja.
- Th** Guck mal, ob es darum geht, in dieser unwichtigen Position zu bleiben, entspannt, sicher, aber unwichtig oder ob du an der Position was verändern möchtest.
- (Pause)
- K** Da ist schon irgendwo so ein Wunsch da, wichtig zu sein. Aber ich hab' so das Gefühl, ich verschieb' das irgendwie so als Träumerei. Es ist noch nicht real, weil das viel zu anstrengend ist, diese Position dann auch zu halten, wichtig zu sein.
- Th** War es bei dem Mönch denn anstrengend wichtig zu sein?
- K** Nein, das war ganz locker, ganz entspannt.
- Th** Ganz einfach, ganz selbstverständlich?
- K** Ja.
- Th** Wie ist es denn richtig für dich?

**K** Das kommt auf die Umgebung an.

**Th** War's bei dem Mönch richtig?

**K** Ja.

**Th** Und zu Hause?

**K** Da geht das gar nicht.

**Th** Jetzt ist der Mönch ja da, mit am Tisch.  
(Pause)

**K** Ja, aber selbst der ist bedrückt von dieser Situation.

**Th** Sieh das mal, der ist bedrückt. Wie geht es dir damit, wenn er bedrückt ist?

**K** Ja, ich bin enttäuscht, dass du mir auch nicht helfen kannst.

**Th** Reagiert er? Schaust du ihn an dabei, wenn du ihm das sagst?

**K** Mhm, ja, der guckt sich irgendwie um.  
(Pause)

**Th** Wonach guckt er sich denn um?

**K** Der guckt meinen Vater an. Ja, mein Vater weiß jetzt schon, worum es geht. Ja, der reagiert auch.  
Der Mönch hat komischerweise wieder nichts gesagt, der hat nur meinen Vater angesehen.

**Th** Was weiß dein Vater worum es geht?

**K** Der weiß, dass der Mönch möchte, dass ich wieder auf dem anderen Platz sitze.

**Th** Ah, ja.

**K** Mein Vater dreht auf einmal seine Stimmung, es ist ja schließlich mein Ehrentag.

**Th** Aha. Wie ist das für dich, wenn er das sagt?

**K** Irgendwie ist das komisch, weil jetzt auf einmal übertreibt er das total

**Th** Was ist da übertrieben?

**K** Ja, er betont das jetzt so sehr, dass es mein Ehrentag ist und dass ich jetzt da eine besondere Rolle spielen muss und so. Und der lobt mich jetzt auf einmal.

**Th** Ach so.

**K** Ja, und das ist mir schon fast peinlich, weil er es einfach so übertreibt.

**Th** Ist es ehrlich oder macht er es nur, weil der Mönch da ist?

**K** (Pause)  
Das ist schon irgendwie ehrlich, aber trotzdem übertrieben. Es ist nicht so natürlich, sondern so, ich weiß nicht, komisch.

**Th** Traust du dich das zu sagen?

**K** Hm. Mir ist das so ein bisschen peinlich auch. Ja, mein Vater sagt, du brauchst dich nicht zu schämen. Aber irgendwie, ja es ist ganz komisch.

**Th** Schämst du dich?

**K** Ja (zögerlich). Ich fühle mich vor meinem Vater irgendwie so entblößt.

**Th** Ja, sag's ihm mal!

**K** Ich fühle mich entblößt vor dir.

**Th** Was ist das für eine Blöße ?  
(Pause)

**Therapeutin hätte Antwort, Reaktion oder Ausdruck des Vaters abwarten sollen.**

**Th** Schau dir mal die kleine Birgit an, die sich entblößt fühlt vor dem Papa !

**K** Sie ist irgendwie so eingeschüchtert, so verunsichert, die schämt sich.

**Th** Ist das so ein Gefühl, als wenn ihr der Platz nicht zusteht? (Pause) Oder Angst, dass der Papa ihn ihr wieder wegnimmt ?



- K** Nee, jetzt nimmt er ihn mir nicht mehr weg, aber jetzt macht er da zuviel Aufhebens drum. So hab' ich das Gefühl.
- Th** Ist das nicht normal oder natürlich?
- K** Ja, das ist nicht normal, genau. Das ist aufgesetzt, gekünstelt einfach.
- Th** Kannst du deshalb den Platz nicht einnehmen, weil es zu aufgesetzt und gekünstelt ist?

**Die Therapeutin stellt zu viele Fragen, die die Klientin zum Nachdenken bringen. Dialog und Konfrontationen wären hier besser gewesen.**

- K** Doch, ich kann dahin gehen, ich sitz' da jetzt auch.
- Th** Ja, tu' das mal und spür' wie es dir da geht auf dem Platz!
- K** Ja, ich fühle mich noch nicht richtig wohl da. Obwohl die Situation ist jetzt schon anders, aber irgendwie nicht normal, künstlich einfach. Alle spielen eine Rolle, hab' ich das Gefühl.
- Th** Dann sag' denen das mal!
- K** Mir wird ganz warm. (Energie) Mein Vater ist auch ein bisschen ungehalten, weil ich ihn kritisiert habe.
- Th** Hast du ihn kritisiert?
- Besser: Dialog und Konfrontation**
- K** Ja, ich hab' gesagt, dass er übertreibt. Meine Mutter, die überspielt das wieder. Die sagt, ach, das hat sie doch gar nicht so gemeint.
- Th** Hast du es so gemeint?
- K** Ja, doch.
- Th** Dann sag' es der Mama mal !
- K** Ich hab' das aber so gemeint. Ja, und meine Mutter spielt es runter irgendwie.
- Muster**
- Th** Fühlst du dich da ernst genommen, richtig wahrgenommen?
- K** Nein, nicht so richtig. Es ist auch komisch, weil nicht so ein richtiges Gespräch zustande kommt. Ich hab' das Gefühl, ich kann mich auch gar nicht mit denen unterhalten. Es redet auch keiner ernsthaft mit mir.
- Th** Ja, es redet auch keiner ernsthaft mit dir.
- K** Wenn mich jemand anspricht, so meine Oma, die redet mit mir wie mit einem kleinen Kind.
- Th** Sag' s ihr doch mal!
- K** Du redest mit mir so wie mit ,einem kleinen Kind.
- Th** Kannst du auch sagen wie es dir damit geht?
- K** Ich fühle mich unwohl, ich fühle mich klein, ich versteh' doch eigentlich schon mehr, aber es nimmt mich keiner so richtig ernst.
- Muster**
- Th** Guck mal in die Runde .....
- K** (fällt ins Wort) ... außer der Mönch, der versteht mich schon.
- Th** Der ist vielleicht der Einzige.
- K** Der fühlt sich in der Runde auch nicht so richtig wohl.  
(kleine Pause)
- Th** Ist die große Birgit denn noch da und sieht, was sich da abspielt ?
- K** Die war die ganze Zeit nicht da, aber die taucht jetzt auf. Jetzt war so kurz ein Gedanke wie die große Birgit sich mit den Eltern unterhält.  
Es geht jetzt besser. Jetzt wird sie auch ernst genommen. Ah, jetzt wird sie auch vom Vater ganz ernst genommen.

## ***Ende der Kassette***

Beim Einlegen der Folgekassette passiert ein Bedienungsfehler, wodurch die fortgesetzte Aufnahme der Sitzung nicht möglich war.

Es tut der Klientin gut, vom Vater ganz ernst genommen zu werden. Sie sagt es ihrem Vater und fordert ein, auch künftig ernst genommen zu werden. Sie bitte ihn auch die Kleine wahrzunehmen und ernst zunehmen.

Die Klientin freut sich über die Veränderung und führt diese auf die Anwesenheit des Mönches und seine Unterstützung zurück. Sie genießt es, neben dem Mönch zu sitzen und bittet ihn, sie auch weiterhin zu begleiten und zu unterstützen. Der Mönch nickt zustimmend.

Ankerung des stimmigen Schlussbildes.

## **Anmerkungen**

### ***Mustersatz bzw. Muster***

Hier zeigen sich meist auch für die Klientin gut erkennbare Muster und Strukturen, die sich durch soziale Prägungen und persönliche Wahrnehmungen schon in der Kindheit geprägt und durch Wiederholungen manifestiert haben. Sie werden auch als Introjekte bezeichnet, diese sind neuronal verknüpft. Empfindungen, Wahrnehmungen, Verhaltens- und Handlungsweisen werden unbewusst von diesen Introjekten neuronal gesteuert. Sie zeigen sich in den inneren Bildern und Wahrnehmungen des Klienten. Diese gilt es bei der inneren Arbeit sichtbar, erkennbar und fühlbar zu machen und zu verändern.

Die Veränderungsarbeit der inneren Bilder und Gefühle erzeugt Chaos in der neuronalen Matrix, wodurch die Bildung neuer, veränderter Strukturen möglich wird. Die sich neu bildenden Strukturen und Muster steuert der Klient selbst bzw. sie geschehen in ihm. Sie sind in voller Übereinstimmung mit seinem Fühlen, Denken und Wollen. Dies bewirkt eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele, was sich auf die Lebensgestaltung und Handlungskompetenz des Klienten positiv auswirkt.

### ***Schlüsselsatz***

Als Schlüsselsatz bezeichne ich hier Aussprüche, Wahrnehmungen und Bilder in der Innenwelt, die substantiell und existentiell wichtig sind für die Entwicklung und Veränderungsarbeit der Klientin. Hier zeigen sich Anteile, die noch abgespalten, aber im Unterbewusstsein schon vorhanden und erkennbar sind. Sie zeigen sich eher bei Personen z. B. Mönch, mit denen die Klientin in der Innenwelt zu tun hat und sind für die Klientin noch nicht oder nur bedingt

wahrnehmbar und spürbar. Sie sind Substanz und Schlüssel für positive Veränderungsarbeit.

Der Therapeut sieht, was angelegt oder vorhanden ist und unterstützt den Klienten, diese Anteile ins Bewusstsein zu holen und durch Musterkipfung bzw. freilaufenden Prozess spürbar und erlebbar werden zu lassen.

Ist dieses Ziel erreicht, geschieht Ankerung dieser neuen Qualität durch Verweilen in den entsprechenden Bildern und Gefühlen bei begleitender Musik und ggf. Anwendung in gegenwärtigen und zukünftigen Situationen.