

Probesitzung:

Klientin, 52J., seit ca. 4 J. starkes Rheuma mit Gelenkschwellungen an Händen und Füßen. Bisher noch keine Erfahrungen mit Synergetik. Wirkt beim Vorgespräch sehr verschlossen sobald es um ihre eigene Person geht.

Dies war eine Probesitzung und die erste Erfahrung mit Synergetik für die Klientin. Ich merkte am Anfang der Sitzung die Starre der Gelenke auch als Starre in ihrer Innenwelt. Die Klientin war nicht bereit mit ihren Gefühlen in Konfrontation zu gehen, deshalb und auch angesichts ihrer Krankheit, schien es mir wichtig sie immer wieder damit zu konfrontieren um dann in Handlung gehen zu können, denn dies ist ohne Gefühl nicht möglich. Der Dialog gestaltete sich sehr mühsam, die Pausen waren meist sehr lang. Dennoch kamen einige Mustersätze zum Vorschein wie keiner hat Zeit für mich, mir geht es gut ich bin immer allein, keiner redet mit mir, es will keiner zu mir kommen, ich möchte fortlaufen aber ich komme nicht vom Fleck, wenn es dunkel ist geht's mir gut, ich fühle mich im Dunkeln wohler, der Körper gehört nicht zu mir, die Arme und Beine sind weg vom Körper.

Die Klientin wollte sich noch überlegen ob und wann sie weitermacht.

Kl: ich sehe nichts..... (sieht keine Treppe, keinen Gang und keine Türen)

T: lass vor deinem geistigen Auge einen Gang auftauchen.

Kl: ich sehe nichts

T: Schau mal, vielleicht ist da ein Lichtschalter, den du anmachen kannst.

Kl: nein

T: wie geht's dir?

Kl: Ich fühle mich gut, ich fühle mich wohl.

T: obwohl alles dunkel ist?

Kl: mhhm

T: kennst du das Gefühl?

Pause

Kl: meine Hände und Füße sind wahnsinnig warm.

Unterdrückte Gefühle zeigen sich als Körperreaktionen und werden zur Ablenkung benützt.

T: sag es deinen Händen und Füßen.

Kl: meine Hände sind richtig heiß, meine Füße auch.

T: sprich sie direkt an, ihr Hände....
Kl: ihr Hände und ihr Füße seid ganz heiß.
T: wie fühlt sich dein restlicher Körper an?
Kl: der ist eigentlich kalt.
T: sag ihm direkt was du spürst.
Kl: Du Körper bist ganz kalt.

- 2 -

Ingrid Werdowski, B 9

T: Schau mal wie geht's dir denn damit, dein Körper fühlt sich ganz kalt an und deine Hände und Füße heiss?
Kl: Der Körper gehört nicht zu mir, die Füße und die Hände sind eigentlich weg vom Körper.
T: Wie ist das denn für dich, wenn der Körper nicht zu dir gehört?
Kl: Meine Füße laufen extra und meine Hände sind auch extra die sind nicht an dem Körper.
T: Verstehst du das?
Kl: Mein Körper wird jetzt wärmer.
T: Frag mal, ob er dir damit was sagen will.
Kl: es wird alles richtig warm.
T: und deine Hände und Füße?
Kl: die sind noch richtig heiss, aber nicht mehr so heiß wie vorhin. Die Füße liegen auf einer Matte und die Hände auch.
T: Wie fühlt sich das an, so ein Körper ohne Beine?
Kl: Eigentlich gut. Die sind vielleicht weg weil sie weh tun.
T: Sind sie von selbst gegangen oder hast du sie weggeschickt?
Kl: Ich hab sie weggeschickt.
T: Schau sie mal an, wie sie da jetzt auf der Matte liegen.
Kl: die sind ganz heiss, die Beine sind heiss bis zum Knie.
T: Sag ihnen mal sie sollen dir zeigen oder sagen was sie so heiß gemacht

hat.

Kl: Ich sehe nichts.

T: Möchtest du denn was sehen?

Kl: Ja. Pause jetzt wird alles so hell.

T: Kannst du was sehen?

Kl: Nein, es wird hell und wieder dunkel.

- 3 -

Ingrid Wendowski, B 9

T: Kannst du dir das erklären?

Kl: Nein, es ist ein auf und ab. Es ist eine ganze Zeitlang hell und ganz kurz dunkel.

T: Wie ist das für dich?

Kl: Wenn es dunkel ist geht's mir gut.

T: Und wenn es hell wird?

Kl: Da möchte ich mich verkriechen.

T: Kennst du das Gefühl?

Kl: In der Nacht bin ich geborgen, da brauch ich keine Angst zu haben.

T: Wenns hell ist, hast du da Angst?

Kl: Jetzt wird es nicht mehr hell.

Klientin ist noch nicht bereit ins Gefühl zu gehen oder sich was anzuschauen.

T: Hol die Helligkeit wieder zurück.

Kl: Sie kommt nicht wieder.

T: Möchtest du denn wirklich dass sie wieder kommt?

Kl: Sie kommt nur ein bißchen.

T: Du bist der Chef in deiner Innenwelt, wenn du willst hol sie zurück, sie muß dir gehorchen.

Kl: Sie will nicht mehr.

Die Klientin auch nicht!!!!!!

T: Willst du das akzeptieren?

Kl: Ich fühl mich im Dunkeln wohler.

T: Du kannst die Dunkelheit auch fragen vor was sie dich schützen soll.

Kl: Dunkelheit warum fühle ich mich bei dir wohler?

T: Was sagt sie?

Kl: Sie spricht nicht mit mir. Pause das ist immer ein auf und ab von hell und dunkel.

T: Ist die Helligkeit auch wieder da?

- 4 -

Ingrid Wendowski, B 9

Kl: Die reden nicht mit mir.

T: Wie ist das für dich, wenn die nicht mit dir reden?

Kl: Das ärgert mich.

T: Sag es ihnen.

Kl: Ich ärgere mich, wenn ihr nicht mit mir redet.

T: Wie fühlt sich das an wenn du dich ärgerst?

Kl: das kribbelt im Bauch.

T: Ja, spür das mal.....schau mal, was du jetzt tun möchtest?

Kl: Ich möchte fortlaufen. Ich komme nicht vom Fleck.

T: Kennst du das aus deinem Leben? lange Pause.....wie geht's dir denn?

Kl: Schlecht.

T: Möchtest du dir einen inneren Begleiter holen der dich beschützt?
Vielleicht einen Schamanen oder Schutzengel oder was fällt dir ein.

Kl: einen Schutzengel.

T: dann hol ihn mal her, sage ihm du brauchst seine Hilfe.

Kl: Schutzengel ich brauche dich.....Pause.....da kommt keiner

T: Versuch es nochmal

Kl: Da kommt niemand, da bin ich ganz allein.
Sie kann Hilfe in Form des inneren Begleiters nicht annehmen, hat so auch einen Grund sich nicht weiter mit dem Thema auseinandersetzen zu müssen.

T: Wie ist das für dich, niemand ist für dich da, niemand redet mit

dir?

Klientin zeigt keine Gefühlsregung

Kl: Die Hände werden schwerer

T: sprich sie direkt an.

Kl: ihr Hände werdet schwer.....Pause.....Hände ihr werdet wärmer
Körper wird kälter.

T: Ist die Schwere noch in deinen Händen?

Kl: Nein, die sind leichter.

- 5 -

Ingrid Werdowski, B 9

T: wie geht es deinen Füßen?

Kl: die sind warm und meine Schulter wird eiskalt.

T: beide?

Kl: die rechte, Schulter du wirst richtig kalt. Warum wird sie kalt?

T: frag sie.

Kl: Schulter warum wirst du kalt?.....Pause.....jetzt wird sie wieder warm.

T: möchte sie dir etwas zeigen?

Kl: Nein. Jetzt sind auch meine Hände wieder warm.

T: Sind die an deinem Körper oder liegen sie auf der Matte?

Kl: die sind an meinem Körper und die Beine sind auch da.

T: wie fühlst du dich jetzt?

Kl: gut

T: was ist gut?

Kl: ich fühle mich wohl, mein Körper ist schön warm.

T: wie sieht es um dich aus?

Kl: nicht ganz hell und nicht ganz dunkel.

T: kannst du was sehen?

Kl: Nein.

T: Wo bist du?

Kl: weiß ich nicht

T: Willst du nochmal versuchen deinen Schutzengel zu holen?

Kl: Schutzengel komm zu mir. Er kommt nicht

T: Wie geht's dir?

Kl: ich bin so müde, ich möchte schlafen.

T: das wäre aber schade, jetzt wo du hier bist, Geld für eine Sitzung bezahlst
- 6 - Ingrid Werdowski, B 9

T: und du dann schlafen möchtest.....spüre mal, es kommt schon wieder keiner, du bist ganz allein.

Kl: Mir geht es gut, ich bin immer allein.

T: möchtest du denn allein sein?

Kl: nicht immer.....Pause.....jetzt schläft mein Arm ein, der rechte.

T: frag ihn, was er mit dem Alleinsein zu tun hat.

Kl: was hast du mit dem Alleinsein zu tun?.....Pause.....der sagt nichts, es redet niemand mit mir.

T: es will keiner zu dir kommen, es redet keiner mit dir.

Kl: nein

T: spüre mal was macht das denn mit dir.....Pause.....dir macht das wohl gar nichts?

Kl: nein

T: die können alles mit dir machen?

Kl: ja
die Klientin zeigt weder in der Stimme noch sonstige Gefühlsregungen.

T: Es braucht dich keiner beachten, dir keiner zuhören, es ist dir ganz egal - macht ja nichts.....Pause.....wie geht's deinen Armen und Beinen?

Kl: denen geht's gut, sie sind warm

T: und deinem Bauch und dem Herz? Und dir?

Kl: geht's gut.

T: Du brauchst also niemanden der dir zuhört und mit dir redet, wie geht's

dir damit?

Ich versuche noch einmal sie damit zu provozieren.

Kl: Seelisch geht's mir gut, körperlich geht's mir nicht gut.

T: frag doch mal deine Seele ob es ihr wirklich so gut geht. Hol sie mal her deine Seele.

Kl: der geht's gut.

T: wie sieht sie aus?

Kl: sie ist weiß, wie so Wolken, so feine Wolken.

- 7 -

Ingrid Werdowski, B 9

T: Was macht sie für ein Gesicht?

Kl: Sie hat keines, sie hat es Verdeckt mit einem Schleier.

T: frag sie mal wieso sie es verschleiert hat.

Kl. das hat sie weil sie so fliegt.

T: frag sie mal warum es ihr so gut und deinem Körper aber so schlecht geht.

Kl: sie ist in meinem Körper. Sie kann dann nirgends mehr hin.

T: wo möchte sie denn hin?

Kl: sie möchte dass es mir überall gut geht am ganzen Körper

T: frag sie, ob sie etwas dazu tun kann.

Kl: sie sagt nichts.

T: sie sagt nichts, sie macht den Schleier nicht vom Gesicht, ist das in Ordnung für dich?

Kl: nein,.....Seele ich möchte dich sehen.....Pause.....sie zeigt sich nicht, es ist alles so dunkel.

T: frag sie doch mal, ob sie die Dunkelheit mitgebracht hat.

Kl: die hört mir gar nicht zu

T: Sie redet nicht mit dir, hört dir nicht zu und du läßt dir das alles gefallen.

Kl: Was soll ich machen?

T: Überleg mal, was möchtest du tun?

Kl: wenn ich sie frage, geben sie mir keine Antwort.

Ich höre nun eine leichte Veränderung in ihrer Stimme, es berührt sie.

T: Kennst du das aus deinem Leben?

Kl: Ja, alle sind mit sich selber beschäftigt, keiner hat Zeit für mich.

T: geh in eine Bestimmte Situation.

Kl: wenn ich was machen will und es nicht richtig kann dann frag ich, kannst du das machen, dann bekomme ich keine Antwort. Dann probiere ich es eben selber.

T: wie geht's dir damit

- 8 -

Ingrid Werdowski, B 9

Kl: Mir geht's gut, ich bin befriedigt weil ich es selber fertig gebracht habe dann freue ich mich, dass ich es alleine fertig gebracht habe.
die Klientin macht sich schon wieder etwas vor, versucht schon wieder in ihre "mir geht's doch gut" Welt zu flüchten.

T: Lass dich doch mal in die Situation führen, als du beschlossen hast alles alleine zu können und niemand dafür zu brauchen.

Kl: Das ist schon lange her.
Nun ist sie endlich bereit sich etwas anzuschauen.

T: Wie alt bist du?

Kl: Zehn
Zwischen den Antworten sind sehr lange Pausen. Die Klientin antwortet nur auf die Frage.

T: Was machst du gerade

Kl: auf meinen Bruder aufpassen

T: Wie alt ist er?

Kl: 1 Jahr

T: machst du das gern?

Kl: nicht immer, aber ich muß, ich muß immer mit ihm spielen.

T: wolltest du lieber etwas anderes tun?

Kl: Ja.

T: Was passiert dann an diesem Tag?

Kl: Nicht viel, ich muß nur immer da sein.

T: sind deine Eltern auch da?

Kl: Nein

T: Wo sind sie?

Kl: im Garten

Die Antworten sind kurz. Die Klientin wartet dann immer auf meine nächste Frage.

T: was spielst du mit deinem Bruder?

Kl: Wir sitzen auf einer Decke, er nimmt mir immer meine Spielsachen weg..... dann schimpfe ich ihn, dann fängt er an zu weinen, dann lauf ich fort, ich laß ihn allein.....dann werde ich geschimpft.

T: Wer schimpft?

- 9 -

Ingrid Werdowski, B 9

Kl: Von meiner Mama, weil ich fortgelaufen bin.

T: Was ist mit deinem Bruder?

Kl: Der sitzt da und weint.

T: wie geht's dir als du wegrennst?

Kl: nicht gut, ich ärgere mich, weil er mir das Spielzeug weggenommen hat.

T: wo spürst du den Ärger in deinem Körper?

Ich versuche die Klientin mehr mit ihren verdrängten Gefühlen in Kontakt zu bringen.

Kl: in der Brust.

T: Wie fühlt sich das an?

Kl: das kann ich gar nicht beschreiben

T: Versuch es mal.

Kl: das ist wie so..... so ein Klotz

T: spür das mal

Kl: das tu ich mir jetzt rausreißen.

T: wie geht's dir dann?

Kl: Gut.....der Druck ist weg.

Die Klientin flüchtet schon wieder bei der Konfrontation mit einem ihrer Gefühle.

T: Was machst du jetzt?

Kl: Ich renne zur Mama die schimpft mich, weil ich weggelaufen bin.

Die Klientin läßt sich lieber schimpfen, als sich mit ihren Gefühlen auseinander-

zusetzen. Aber bei der nächsten Gelegenheit werde ich noch mal eine Konfrontation mit ihren Gefühlen versuchen.

T: Wie ist das für dich wenn deine Mama dich schimpft?

Kl: Ich bin traurig.

T: Wo spürst du das?

Kl: In der Seele die ist traurig.

T: Wo spürst du das in deinem Körper?

- 10 -

Ingrid Werdowski, B 9

Die Klientin ist auch weiterhin nicht bereit mit ihren Gefühlen in Kontakt zu gehen.

Sie klärt die Situation mit ihrem Bruder, sagt der Mutter sie braucht auch Zeit für sich zum spielen. Es gibt keine Oma oder Nachbarin die die Betreuung des Bruders übernehmen könnten, also treffen sie die für die Klientin annehmbare Lösung, nur ab und zu auf den Bruder aufzupassen. Die Klientin macht dann noch eine Zeitreise und erlebt die neue Lösung, das neue Energiebild wird nun in ihrem Unterbewußtsein gespeichert. Während sie das neue Bild erlebt spiele ich Kinder Geräusche ein.

Kl: Die (Mutter) ist auch froh, sie will ja nur dass es mir gut geht.

T: und wie geht es deinem Bruder?

Kl: der weint, weil er zu mir möchte.....Pause.....meine Mutter schickt mich weg bis er mich nicht mehr sieht.

T: Ist das in Ordnung für dich?

Kl: Ja ich gehe zu ihm hin und sage ich komme ja wieder. Da dreht sie (Mutter) sich um und nimmt ihn mit.

T: Weint dein Bruder noch?

Kl: er beruhigt sich dann

T: spür mal wie es dir dabei geht

Kl: Mir geht's gut.

T: wie fühlt sich das an?

Kl: Ich spür mich wohl und zufrieden, der Körper ist überall schön warm, auch die Arme und Beine alles schön warm.

T: Ja, spür das mal.

Ich lasse der Klientin etwas Zeit das Gefühl anzunehmen und spiele Musik ein.

T: Nun geh nochmal zurück zu der Situation Seele und verschleiertes Gesicht.

Was siehst du?

Um zu testen ob Muster gekippt sind lassen wir die Anfangsbilder noch einmal auftauchen.

Kl: Sie hat keinen Schleier mehr.

T: Wie sieht ihr Gesicht aus?

Kl: Schön.

T: Sag es ihr.

Kl: Gesicht du bist schön.....es lächelt.

Auch das Gesicht der Klientin hat entspanntere Züge angenommen.

- 11 -

Ingrid Werdowski, B 9

T: frag sie doch mal weshalb sie lächelt.

Kl: Sie ist glücklich und froh

T: Wie geht's deinem Körper?

Kl: Dem geht's auch gut der ist schön warm.

T: Sind Arme und Beine am Körper?

Kl: Ja die sind am Körper, alles so wie es hingehört.

T: Möchtest du deinem Körper noch etwas sagen?

Kl: Ich möchte dass er immer warm bleibt und nie kalt wird und endlich die Schmerzen verschwinden.

T: frag ihn wie du ihm dabei helfen könntest

Kl: Körper wie kann ich dir dabei helfen, dass es besser wird?.....Pause.....
Ich soll viel trinken. Er sagt ich trinke zuwenig.

T: Sagt er dir auch was du trinken sollst?

Kl: Viel Wasser und auch Tee..... ich soll viel Brennesseltee trinken.....
ich soll mich viel bewegen.

T: Hat er noch eine Botschaft für dich?

Kl: Nein.

T: Möchtest du deinem Körper noch etwas sagen?

Kl: Ich bewege mich ja, aber es tut dann weh.....er meint wenn ich mich mehr bewege wird es besser.....ich soll morgens Gymnastik machen.
Der Dialog mit dem Körper scheint mir hier sehr wichtig um die Klientin aus ihrer Starre heraus und mehr in die Handlung zu bringen.

T: Sagt er dir auch welche?

Kl: Ich soll Füße und Hände richtig bewegen, die Finger auf und zu und die Füße kreisen.

T: Möchtest du ihm noch etwas sagen?

Kl: Nein

T: Möchtest du dich noch bei ihm für die Informationen bedanken?

- 12 -

Ingrid Werdowski, B 9

Kl: Ich möchte mich bei dir bedanken.

T: Vielleicht kannst du mit ihm eine Vereinbarung treffen, dass er dir die Informationen, was du für ihn tun kannst, schon vorher geben kann, bevor er krank wird.

Kl: Du kannst mir ja sagen, was ich tun muß nicht dass du immer erst krank werden muß.

Ich lasse sie die Vereinbarung mit ihrem Körper treffen damit sie die Möglichkeit hat weiter mit ihrem Körper in Kontakt zu bleiben.

T: Ist das in Ordnung für ihn?

Kl: Ja.

T: für dich auch?

Kl: Ja.

T: Schau mal zu deinem Lichtwechsel, der Helligkeit und Dunkelheit.

Kl: da sieht es schön aus.

T: Was ist schön?

Kl: Da blühen Blumen.....wächst Gras

Es ist jedes mal wieder faszinierend zu erleben, wie sich die Bilder am Ende der Sitzung durch die "innere Arbeit" verändert haben.

T: Was für Blumen?

Kl: alle möglichen Wiesenblumen.....finde ich schön

T: Möchtest du noch ein bißchen auf der Wiese bleiben?

Kl: Ja ich möchte sie betrachten..... da sind Bienen und Schmetterlinge.

Die Klientin darf nun noch liegen bleiben, ich wähle angenehme Musik dafür aus und gehe für einige Zeit aus dem Raum.

Dies war eine Probesitzung und die erste Erfahrung mit Synergetik für die Klientin. Ich merkte am Anfang der Sitzung die Starre der Gelenke auch als Starre in ihrer Innenwelt. Die Klientin war nicht bereit mit ihren Gefühlen in Konfrontation zu gehen, deshalb und auch angesichts ihrer Krankheit, schien es mir wichtig sie immer wieder damit zu konfrontieren um dann in Handlung gehen zu können, denn dies ist ohne Gefühl nicht möglich. Der Dialog gestaltete sich sehr mühsam, die Pausen waren meist sehr lang. Dennoch kamen einige Mustersätze zum Vorschein wie keiner hat Zeit für mich, mir geht es gut ich bin immer allein, keiner redet mit mir, es will keiner zu mir kommen, ich möchte fortlaufen aber ich komme nicht vom Fleck, wenn es dunkel ist geht's mir gut, ich fühle mich im Dunkeln wohler, der Körper gehört nicht zu mir, die Arme und Beine sind weg vom Körper. Die Klientin wollte sich noch überlegen ob und wann sie weitermacht.