

Supervisionssitzung Kristina Schmand

Berufsausbildung B 7 - 132

„Angstzustände und Störung der Magenmotorik“

Der 34-jährige Klient leidet unter Angstzuständen, sowie einer Störung der Magen-Darm Motorik. In dieser Sitzung bearbeitet er Übergriffe durch die Oma und eine Tante in seiner Kindheit, welche seine Sexualität noch heute massiv beeinflussen. Seine anfängliche immer wieder kehrende Schwäche und daraus resultierende Wehrlosigkeit stehen im Zusammenhang mit der Mutter. Erst durch die Verbindung mit seinem Vater kommt er schließlich in Kontakt mit seiner maßlosen Wut. Diese gibt ihm die Kraft, sich in seiner Innenwelt endlich sehr deutlich gegen diese dominierenden inneren Bilder (Oma und Tante) abzugrenzen, indem er beide erschießt. Dadurch befreit er nicht nur sein „inneres Kind“, sondern auch seine männliche Energie. Er erfährt eine tiefe Ruhe, Kraft und Liebe in sich. „Ohne Angst ist der Kleine ein großer Kerl.“, stellt der Klient am Ende der Sitzung entspannt und zufrieden fest.

Vorbemerkung:

Der Klient hat bereits viele Erfahrungen mit der Synergetik - Therapie gemacht.

Die letzte Sitzung war vor ca.3 Wochen.

Da sein damaliger Zustand sehr stabil war, entschieden wir uns für einen größeren Abstand zur nächsten Sitzung.

Die letzten Wochen verliefen für ihn körperlich und geistig sehr gut.

Im Vorgespräch erzählte er, das in den letzten 3-4 Tagen erneute Angstzustände und Magen-Darm Probleme aufgetreten sind.

Der Klient entschloss sich ohne Thema in die Sitzung zu gehen.

Th: Kannst du was wahrnehmen?

Kl: Kalte Hände und kalte Füße.

Th: Was ist das für ein Gefühl?

Die Therapeutin erfragt genauer das Gefühl.

Kl: Unwohl ist es.

Th: Spür das Mal, das unwohle Gefühl.

Die Therapeutin gibt dem Klienten Zeit, dieses Gefühl zu spüren, das sie Therapeutin weiß, dass der Klient so einfacher in seine Bilder kommt.

Kl: Ich bin aufgeregt.

Th: Sag das den Händen und Füßen mal.

Die Therapeutin fordert den Klienten auf, die Körperteile direkt anzusprechen.

Direkte Ansprache konfrontiert die inneren Bilder und bringt den Klienten leichter in einen fließenden Prozess.

Kl: Ich bin aufgeregt, wisst ihr warum?

Th: Wie reagieren die Hände und Füße?

Die Reaktion der Körperteile gibt Erkenntnis darüber, was diese wollen oder für eine Botschaft haben.

Kl: Neutral, kalt.

Th: Wie ist das für dich wenn sie so reagieren?

Die Therapeutin fragt bei Klient nach, wie er sich dabei fühlt, um so intensiver in die Konfrontation zu kommen.

Kl: Ist so, als ob die nicht zu mir gehören.

Th: Sag es ihnen direkt!

Kl: - *sagt es direkt und antwortet*: Jetzt spüre ich, wie meine Hände warm werden, aber die Füße bleiben irgendwie kalt.

Th: Zeig mal deinen Händen die Füße, schau mal, vielleicht haben die eine Idee, wie die Füße warm werden, oder wie es dazu kommt, dass sie kalt geworden sind.

Wichtig ist immer den Moment zu finden wo etwas entstanden ist, so geworden ist. Da der Klient die Füße nicht direkt anspricht, sondern die Hände verraten sollen, wie es dazu kommt, gerät der Klient nicht ins Überlegen.

Kl: Meine Hände, verrätet mir mal, warum die Füße kalt sind? ...

Der Klient gerät ins überlegen, versucht nach der Ursache zu suchen. Therapeutin bemerkt das und fragt direkt.

Th: Die sollen mal ein Bild auftauchen lassen, es dir zeigen.

Sofort ein Bild auftauchen lassen vereinfacht dem Klienten dem ersten Impuls, der auftaucht zu folgen.

Kl: Ja.... eine Kreissäge taucht auf.

Th: Was macht sie?

Die Therapeutin fragt was das Innenweltsymbol macht, da so die momentane Wahrnehmung des Klienten gefördert wird.

Kl: Sie ist bedrohlich als ob ich die Umgebung kenne, wo sie ist.

Th: Schau mal, wo du bist.

Therapeutin fragt gezielt, wo sich der Klient befindet, so dass er noch intensiver mit dem Energiebild arbeiten kann.

Kl: Bin im Betrieb.

Th: Wie ist es für dich da zu sein? Spür mal!

Kl: Ich sag mal, vor dem Betrieb hab ich jetzt so keine Angst, hab nur vor der Säge Angst.

Th: Ja dann sag das der Säge mal, oder was willst du tun?
Therapeutin gibt dem Klienten mehrere Möglichkeiten, nur so entscheidet er von selbst, was für ihn wichtig ist. (y-Form)

Kl: Sage.... du bist bedrohlich.

Th: Schau mal, was die macht wenn du ihr das sagst.

Kl: Da taucht irgendwie ein Frauengesicht auf, aus dem Sägeblatt...bäh meine....

Th: Ja schau mal, wer da ist?
Die Therapeutin fordert den Kl. auf nochmals hinzuschauen, da sein Muster „nicht hinschauen“ präsent wird. Direkter Kontakt ist sehr wichtig für die Arbeit in der Innenwelt.

Kl: So viele sind da.

Th: Geh mal näher ran, vielleicht erkennst du sie.
Forderung dichter ranzugehen, so dass der Klient der Situation „hinschauen“ nicht ausweichen kann.

Kl: Ich glaube die Mutter und Oma sehe ich.....

Th: Ja, lass sie mal da sein, wie geht es dir dabei, die zu sehen?
Die Therapeutin versucht nachzuschauen, ob die Personen in der Innenwelt kooperieren, indem sie auftauchen, zusätzlich wird das Gefühl des Klienten erfragt.

Kl: Mir wird es schwindelig.....total!!!!

Th: Spür mal, wo kannst du den Schwindel im Körper spüren?
Es ist wichtig, auf die Körperebene zu achten. Spüren lassen.

Kl: Im Kopf.

Th: Mmh
Therapeutin lässt den Klienten den Schwindel spüren.

Kl: Der Schwindel dominiert mich, macht mich traurig.

Th: Kannst du den Schwindel als Gestalt auftauchen lassen?
Therapeutin lässt den Schwindel als Gestalt auftauchen, da der Klient so einer Gestalt/Person gegenüber tritt und diese Energie einfacher ansprechen kann.

Th: Kannst du ihn wahrnehmen?

Kl: Nur spüren.

Th: Sag mal, dass du ihn spürst, vielleicht taucht er ja als Gestalt auf.....er soll sich mal zeigen.
Therapeutin versucht durch gezielte Aussage erneut den Schwindel auftauchen zu lassen.

Kl: Ich sehe nur so eine Umgebung, ich glaub das ist wieder der Betrieb.

Th: Ja, sei mal da. Du kannst ihn ja mal fragen, ob er was mit dem Schwindelgefühl zu tun hat wenn du magst, oder hast du eine andere Idee?

Therapeutin gibt Anweisung direkt in die Situation zu gehen, das Gehirn nimmt alles in der Gegenwart wahr, der Klient kann entscheiden, da Therapeutin Vorschlag macht,(y-Form.)

Kl: Ich kann kaum hinschauen wegen dem Schwindel.

Th: Sag das dem Schwindel mal, nehme Kontakt auf zu ihm...

Kl: Was willst du mir zeigen?

Th: Ja?

Therapeutin lässt den Klienten ohne erneute Frage in der momentanen Wahrnehmung, da er schon äußerte, was der Schwindel "zeigen" möchte.

Kl: Ja, er zeigt mir den Raum.....im Betrieb.

Therapeutin bemerkt, das der Klient seine Hände unruhig aneinander reibt und fragt ihn direkt.

Th: Spür mal da zu sein.....schau mal was deine Hände da grade tun.

Kl: Die sind total unruhig.

Th: Sag das denen mal.

Kl: Hände, ihr seid so unruhig, ihr berührt mich..... ich spüre, wie klein ich grade bin.

Th: Schau Mal an dir runter, wie alt bist du grade?

Therapeutin versucht, dass der Klienten sich beschreibt, so erkennt er leichter, wie alt er grade ist und kann einfacher in die Situation einsteigen, die grade aufgetaucht ist.

Kl: Bin so winzig.

Th: Sag es dem M. direkt.

Direkte Ansprache!

Kl: Ja, M. du siehst aus wie ein Zwerg.

Th: Reagiert er?

Kl: Er versucht sich zu verstecken.

Th: Weißt du, wovor er sich versteckt?.....Frag ihn mal, er weiß es.

Therapeutin macht Vorschlag, den Anteil zu fragen, damit der Prozess ins fließen kommt.

Kl: Kleiner M., wovor versteckst du dich denn? - Er sagt er weiß es nicht, aber ich fühle mich da wie.....Klient zögert

Th: Ja, spüre mal da zu sein, den kleinen M. zu sehen.

Therapeutin versucht den Klienten in die Gefühlsebene zu bekommen.

Kl: Ja, irgendwie fängt mein Bauch an weh zu tun.

Th: Ja, spür das mal, sag das mal deinem Bauch.

Kl: Bauc, mir geht es wieder schlecht, du zeigst es mir wieder.

Therapeutin lässt den Klienten das Gefühl spüren.

Th: Was zeigt er dir? Was taucht auf?

Kl: Ich kann so schlecht erkennen.

Th: Schau mal genauer, oder gehe mal näher.

Kl: *(Stimme weinerlich)* Der A. (Bruder) braucht mich, er sieht so aus.

Th: Wie ist das für dich?

Therapeutin versucht den Klienten noch mehr in das Gefühl zu bekommen.

Kl: Ich sag mal ok, jetzt zeigt er ein Bild von unserer Mutter.

Th: Wie ist das für dich, dass er ein Bild von eurer Mutter zeigt? Frag mal, ob das was mit deinem Bauchweh zu tun hat?

Die Therapeutin versucht, dass der Klient Verknüpfungen aufdeckt.

Kl: Ist die Mutter wieder verantwortlich für das unangenehme Gefühl?

Kl: Ja, er nickt.

Th: Wie ist das für dich, dass sie verantwortlich für dein Bauchweh ist?

Therapeutin verstärkt die Aussage des Bruders und fragt nach, wie sich der Klient dabei fühlt.

Kl: Mir geht es schlecht zieht mich runter.

Therapeutin bemerkt, dass der Darm arbeitet. (Geräusche kluckern...)

Th: Wo spürst du das in deinem Körper?

Körperebene wird angesprochen.

Kl: Ja....mein Darm arbeitet und mein rechts Auge ist irgendwie...

Th: Ja? Was ist mit dem rechten Auge?

Kl: Es brennt so und ich sehe unklar.

Th: Spreche das Auge direkt an, vielleicht hat es eine Botschaft für dich, oder hast du eine andere Idee?

Auf die Körperwahrnehmung wird geachtet, durch direkte Ansprach, y-Form benutzt.

Kl: Ja, rechtes Auge, du siehst jetzt schlecht, mein linkes Auge sieht klar, was ist los mit dir?

Th: Reagiert es?

Kl: Nein, es antwortet nicht.

Th: Du kannst das rechte Auge mal fragen, was ihm fehlt klar zu sehen oder hast du einen anderen Impuls?

Therapeutin macht Vorschläge, wenn kein Impuls vom Klienten kommt.

Kl: Die Oma ist kurz aufgetaucht.

Th: Sage es ihr, hol sie dazu.

Alle angesprochenen Personen werden aufgefordert aufzutauchen, das macht es dem Klienten einfacher, mit den Bildern zu arbeiten.

Kl: Oma, ich hab dich erkannt.

Th: Schau mal, wie sie reagiert, wenn du ihr das sagst.

Kl: Du schaust grimmig.

Th: Wie ist das für dich, wenn sie so schaut?

Kl: Das schüchtert mich ein, macht mich unsicher.

Klient juckt sich am Penis, Therapeutin fragt nach Körperreaktion.

Th: Schau mal was deine Hand grade macht, wenn die Oma grimmig schaut.

Kl: Das juckt so, ich muss kratzen.

Th: Frag den Penis mal, was ihn da juckt?

Kl: Was juckt dich?Oh nein.....

Th: Was antwortet er?

Kl: Meine Männlichkeit wird angegriffen.

Die Therapeutin erklärt dem Klienten, dass diese Reaktion auch häufig bei der Begegnung mit der Mutter und der Tante in vergangenen Sitzungen aufgetreten ist. Klient bekommt Klarheit.

Kl: *(Stimme wird lauter)* Genau, ihr macht das, dass er so juckt. Ich spüre, dass ihr der Auslöser seid.

Th: Wie reagieren die Frauen? *Pause, Klient zögert.*

Th: Schau sie mal der Reihe nach an, wer ist alles da?.....

Die Therapeutin versucht durch das genaue hinschauen zu provozieren.

Kl: Die Oma die hackt Holz, die Mutter putzt.

Th: Ah ja, die eine putzt, die andere hackt Holz, nehmen die dich überhaupt wahr? Wie es dir geht?

Die Therapeutin macht dem Klienten die jetzige Situation klar und versucht die Handlungskompetenz zu fördern.

Kl: Die sind sehr bestimmend. - Ihr seid bestimmend.

Th: Reagieren die?

Kl: Die Oma schläft, das ist unheimlich.

Th: Sag es ihr direkt.

Direkte Ansprache wird gefordert.

Kl: Ist irgendwie unheimlich, wenn du schläfst.

Th: Ja...

Therapeutin unterstützt den Klienten.

Kl: Ich habe Angst, wenn sie aufwacht.

Th: Was für eine Angst ist das?

Therapeutin kennt das Muster des Klienten (Angst, was falsch zu machen) und fragt deswegen gezielt nach der Angst.

Kl: Nicht zu wissen, was passiert, wenn sie aufwacht.

Th: Was für ein Gefühl ist das genau?

Therapeutin versucht noch intensiver, auf das Gefühl einzugehen.

Kl: Das ich halt wieder, was falsch gemacht haben.

Th: Sag das Mal deiner Oma, wie du dich fühlst. – *Der Klient wiederholt sein Gefühl der Oma gegenüber.* - Und?

Kl: Sie hat kurz ein Auge aufgemacht, schläft aber weiter.

Th: Sag es ihr.

Kl: *(kindliche Sprache)* Du schläfst einfach weiter.

Th: Wie alt bist du grade?

Kl: 6 oder 7 Jahre.....aber mein linkes Auge ist besser geworden.

Therapeutin bemerkt, wie der Klient aus der unangenehmen Situation aussteigt, macht ihm einen Vorschlag und unterstützt damit den Klienten, weiterzugehen.

Th: Wie wäre es denn, wenn wir die Oma mal wach machen? Hast du Lust?

Kl: Au ja, können wir machen.

Th: Mach sie mal wach, schau mal was passiert?

Kl: Oma, aufstehen! *Klient fängt an zu gähnen.*

Th: Aha, die Müdigkeit kommt grade.

Therapeutin kennt das Muster, Müdigkeit taucht immer auf, wenn die Situation scheinbar gefährlich wird. So versucht er, den Konflikt zu vermeiden.

Kl: *lacht*.....Jaja, wenn's brenzlig wird, dann mache ich lieber die Augen zu.

Th: Lass doch mal die Müdigkeit auftauchen.

Klient hat eine Innenweltperson die für die Müdigkeit steht.

Kl: Ich kann ihn nur spüren den müden M.

Th: Sag ihm, dass du ihn spüren kannst und wie es dir dabei geht?

Kl: Du bist so dominant grade.

Klient spürt die Müdigkeit, Therapeutin versucht ihm sein präsenten Muster wiederzugeben und erklärt ihm, was in der letzten Sitzung, genau in dieser Situation aufgetaucht ist, um so den Prozess ins fließen zu bringen.

Th: Ich kann mich dran erinnern, wie in deiner letzten Sitzung deine Müdigkeit aufgetaucht ist, der müde Anteil M., er erklärte dir, dass ihn deine Oma und Mutter so machen, so müde, damit er Ruhe gibt. Jetzt ist er wieder aufgetaucht.....wie ist das für dich?

Kl: Ja.....er dominiert mich, der Anteil, macht mich müde, liege jetzt auch auf der Coach

Th: Spür mal deine Müdigkeit, auf der Coach zu liegen.....spür mal wie er dich dominiert.

Therapeutin macht dem Klienten deutlich, wie dieser Anteil ihn dominiert, indem sie ihm die Situation nochmals spiegelt.

Kl: Der lähmt mich.

Th: Sag es ihm mal.

Kl: *(Klient gähnt)*Du lähmst mich

Es vergeht etwas Zeit, Therapeutin gibt dem Klienten Raum, seine jetzige Situation wahrzunehmen, das Gefühl der Müdigkeit zu spüren.

Kl: Bin etwas wacher jetzt, Oma liegt noch da.

Th: Wie fühlst du dich?

Kl: Groß, klein aber doch eher der große M.

Th: Schau mal bist wach, siehst die Oma da liegen, magst du sie mal ansprechen?

Die Therapeutin versucht den Klienten mit seinen Energiebildern zu konfrontieren.

Kl: Oma beängstigt mich nicht mehr.

Th: Sag´s ihr direkt!

Kl: Du beängstigt mich nicht mehr!

Th: Und, wie reagiert sie?

Kl: Sie schüttelt mit den Kopf und streichelt mich.

Th: Wie ist das für dich, wenn sie dich streichelt?

Kl: Ist schön, wenn sie mich streichelt.

Th: Wie findet das denn der kleine M., wenn er von ihr gestreichelt wird?

Therapeutin zieht ein sogenanntes „Scheibchen“, indem sie fragt, was der Kleine dabei empfindet, alle Innenweltpersonen repräsentieren auch einen Anteil des Klienten.

Kl: Dem ist das gar nicht so recht, der hat so Monstergefühle wenn sie ihn berührt.

Th: Frag ihn mal

Kl: Kleiner M., ist dir das nicht Recht? - Er antwortet, nein, ich will nicht.

Th: Das soll er mal der Oma sagen.

Kl: Er traut sich nicht.

Th: Kannst du es ihr sagen?

Therapeutin bemerkt, das dass „innere Kind“ der kleinen M. keinen Mut hat und holt den Großen dazu, der mit seiner Präsenz, den Prozess ins fließen bekommen könnte.

Kl: *(Stimme wird lauter, kräftiger)* Ja genau, lass den kleinen in Ruhe, der will das nicht?

Th: Ja, wie reagiert sie darauf?

Kl: Die sieht so komisch aus.... *(Stimme wird weicher)* Ich kann den kleinen verstehen.

....und jetzt lässt sie, du schon wieder Müdigkeit über mich ergehen.....Oh Mann!

Therapeutin erklärt erkanntes Muster: Dem kleinen M. überkommt die Angst und die nicht unbekannte „Unsicherheit“ ,

Anschließend taucht die Müdigkeit auf die dich dann lähmt, kannst du das wahrnehmen?

Kl: *(Stimme wird wieder lauter)*Ja! Das hört jetzt auf, Ich will das aber jetzt ausdiskutieren, Oma.

Th: Wie reagiert sie? Schau sie mal an.

Kl: Ich sehe eine Maske.

Th: Hat die Oma eine Maske auf?

Kl: Ja, aber die I. sehe ich jetzt auf einmal hinter der Maske.

Th: Frag mal was sie will, oder hast du einen anderen Impuls?

Y-Form

Kl: Was machst du hier? Bin jetzt in ihrer Wohnung.

Th: Kuck mal was passiert dort, bist du alleine?

Therapeutin fragt immer nach, wo genau sich der Klient befindet, ob jemand aufgetaucht ist, wie er handelt und - wichtig - wie das Grundgefühl ist

Kl: Die Mutter ist auch da.

Th: Wie ist es für dich da zu sein?

Kl: Gemütlich da im Wohnzimmer, außer das Gesicht der Mutter.....eh.

Th: Was ist eh?

Kl: Sie gibt mir wieder das Gefühl, was falsch gemacht zu haben, immer das gleiche.

Therapeutin nimmt Unruhe beim Klienten wahr.

Th: Wo spürst du das im Körper?

Kl: Im Kopf, Schwindel.....das stinkt mir gewaltig!

Th: Reagiert sie darauf?.....Schau sie an.

Kl: Es war doch gar nichts falsch, Schätzchen, das nervt mich total! *(Stimme wird immer klarer, lauter)*

Th: Ja, genau, sag es ihr wie du dich fühlst.

Die Therapeutin unterstützt stimmlich und macht zusätzlich Prozessmusik an.

Kl: Ich bin wütend auf dich!

Th: Ja, wo kannst du die Wut spüren?

Kl: Überall, überall im Körper, Arme hauptsächlich.

Th: Kann deine Mutter die Wut sehen?

Kl: Ja, du siehst es, so wütend bin ich grade.

Th: Wie reagiert sie?

Kl: Ich spüre, sie will wieder vernünftig bleiben, am Gesichtsausdruck. Ich wünschte, ich könnte sie loswerden!

Th: Sag es dir direkt.

Kl: Ja, da staunst du, ne? Dich loswerden will ich!

Th: Ja schau mal das macht was mit ihr, du willst sie loswerden, wie ist das für dich?

Kl: Ich würde sie gerne erschießen.

Th: Sag es ihr.

Kl: Ich würde dich gerne erschießen.

Th: Was sagt sie dazu?

Therapeutin fragt immer wieder nach, wie die Personen auf den Klienten reagieren.

Kl: Die beugt sich zurück und sagt, ich soll nicht so sein.

Th: Wie ist das für dich - du sollst nicht so sein?

Kl: Mir egal, ich erschieß sie jetzt.

Th: Ok.... - Therapeut bereitet Schuss von Geräusche-Cd vor - ... dann erschieße sie jetzt.

Kl: Schuss..... (Klient richtet sich auf, wird lauter) Ich will dass du explodierst.
.....Ja, jetzt hast du Angst aber ich erschieß dich gleich.

Th: Ja!

Die Therapeutin immer wieder bejahend, unterstützt Klient, Prozess-Musik läuft.

Kl: Ich stehe wieder im Anschlag vor ihr Bleibt alle stehen!

Th: Wer ist alles da?

Wenn die Therapeutin nachfragt, vereinfacht sie das genaue hinschauen des Klienten.

Kl: Die dumme Sau von Mutter und der Rest auch. Vater ist da, der aber nicht.

Th: Sag es ihm.

Kl: Papa, du nicht, ich muss die dumme Sau erledigen, ich bin ja so stark, dass ich keine Angst vor euch habe.

Th: Ja, wo spürst du die Stärke?

Kl: Überall mit der Wut.

Th: Ja auch an deiner Stimme, der Ton, deine Haltung.

Therapeutin unterstützt den Klienten.

Kl: Wenn du denkst, ich wäre immer noch dein kleiner M., mit dem du alles machen kannst, dann hast du dich getäuscht.

Th: Schau wie sie reagiert, wenn du sagst.

Kl: Sie versteckt sich hinter den Stühlen, ja hast Angst vor mir. (Ton wird sanfter) Jetzt sagt die doch sie wäre stärker, jetzt taucht Schwäche auf.

Th: Spüre mal die Schwäche.

Therapeutin gibt dem Klienten Zeit zu spüren.

Th: Sie soll sich mal zeigen.

Kl: Zeig dich Schwäche, oh ja der schwache M. taucht auf.

Th: Spür den mal....., schau ihn mal an.....was spürst du dabei,.....Was willst du tun?

Kl: Ich will auch die Schwäche erschießen, die gehört sowieso zu meiner Mutter, deswegen erschieß ich dich jetzt Mutter. – Ich will deine Schwäche nicht mehr haben. *(In der letzter Sitzung wurde bereits geklärt, dass die Schwäche zur Mutter gehört.)* Das letzte Fitzelchen Schwäche soll weg, deswegen erschiss ich dich jetzt. Ich lade mein Gewehr. *(klack)* , das tut mir gut, jetzt habe ich die Oberhand. *(Ton wird lauter und klarer)*

Th: Spür das mal, du hast die Oberhand.

Die Therapeutin spricht meist in kurzen Sätzen, gibt dem Klienten Zeit, das für ihn positive Gefühl zu spüren. Über das Gefühl in einer Situation kommt immer noch mehr Klarheit in den Prozess.

Kl: Oh ja, das tut gut, ich hatte die letzten Tage verloren gehabt, verdammt das hört jetzt auf, bleib stehen.

Th: Und hört die dich? Bleibt sie stehen?

Kl: Die trauen sich nicht, haben sich mal wieder versteckt.

Th: Genau, damit du sie in Ruhe lässt und sie wieder auftauchen können.

Kl: Der Pinguin *(so nennt Klient seinen Stiefvater)* ist grade präsent, hier wird geblieben. ... Kristina *(er spricht Therapeutin direkt an)* , die sind dominanter als ich.

Th: Sag es der Kristina mal in deiner Innenwelt, schau mal was sie macht.

Kl: Die trommelt wie wild auf den Boden.
Therapeutin trommelt mit Füßen auf Boden.

Th: Wie ist das für dich, wenn Kristina trommelt.

Kl: *(Klient stößt auf)* Das ist gut, wenn du bei mir bist.

Th: Spür mal deine Reaktion gerade.

Kl: Das ist wieder der Druck der raus will. *(Klient richtet sich auf)*

Th: Zeig denen mal die wütende Kristina.

Kl: Seht ihr die? *(Klient wird immer lauter)*

Th: Ja...

Kl: A. (Tante) du siehst ängstlich aus, genau wenn ich rede hast ihr zu spüren.

Th: Ja spür das Mal, dass die alle auf dich hören.

Kl: Ich fühl mich gut, weil ich dominanter bin, sogar den Pinguin kann ich ansprechen.

Th: Sag es ihm direkt
[Immer wieder direkte Ansprache](#)

Kl: Ich sag, dass du dich auf die Coach setzen sollst, obwohl es mir grade schwer fällt, da ist eine gewisse Scheu gerade.

Th: Kommt da die Unsicherheit hoch?

Kl: Genau, eine Wallung, mal stark, dann wieder Stärke.

Th: Wie fühlt sich diese Wallung für dich an?

Kl: Komisch, unsicher, was da immer für ein Gefühl hoch kommt.

Th: Ist das vielleicht das kleine Fitzelchen Schwäche, das sich wieder super in dir versteckt hat?..... und auftaucht in brenzligen Situationen?

Kl: Bist du das Fitzelchen? – Ja, es ist es.

Th: Sag es dem Fitzelchen.

Kl: *(Stimme sanft)* Habe dich wahrgenommen, du schwächst mich.....(Stimme wird lauter) du weißt welche Risiken das hat!

Th: Was passiert, wenn du es ansprichst?

Kl: Die alle spüren meine Schwäche. Nein lasst mich in Ruhe!!! - Die Tante A. streichelt mich schon wieder, habe schon wieder so ein ganz komisches Gefühl.

Th: Ja, dein Gefühl-Schwäche taucht auf, A. streichelt dich, die spüren was in dir vorgeht denn wo du noch dominierender warst haben die sich ja versteckt vor dir, was willst du tun?
[Therapeutin spiegelt dem Klienten die jetzige Situation nochmals.](#)

Kl: *(entscheidet zu handeln und fragt direkt)* A., bist du ausschlaggebend dafür? Mein Magen Darm arbeitet.

Th: Frag deinen Bauch mal, was er dir sagen möchte.
[Die Therapeutin versucht durch gezieltes Fragen des Bauches, die innere Weisheit des Klienten anzusprechen und dadurch Informationen über die Störung des Magen-Darm Traktes zu bekommen.](#)

Kl: Bauch, was ist los mit dir?

Th: Was antwortet er dir?

Kl: Ich spüre das kleine Fitzelchen, sagt er.

Th: Wie ist das für dich, dass er das sagt?

Kl: Ich weiß ja, das muss ich finden, denn das macht mir immer Darm Probleme.

Th: Du kannst es dem kleinen Schwächeanteil sagen oder gleich suchen.
[Y-Anweisung so kann der Klient frei Entscheiden.](#)

Kl: Ich finde dichm aber was passiert gerade? Ich werde erregt, wenn ich die I. sehe.

Th: Aha, Sag es ihr mal.

[Therapeutin kennt das Muster des Klienten sehr gut: Ablenkung vom eigentlichen Problem, bevorzugt indem er an etwas Schönes denkt. Da die Energie des Klienten zum Thema „Sex“ grade sehr präsent ist, gibt sie ihm Zeit, dies zu erfahren, da so diese nicht gelebten Gefühle nachgeholt werden.](#)

Kl: I., ich mag mit dir schlafen, aber ich weiß nicht, ob ich es schaffe, ich spüre grade sehr stark, dass ich will.

Th: Wo kannst du die Männlichkeit spüren?

Kl: Mein Wille, im Körper überall, ich sehe mich grade ficken.

Th: Ja, spür das mal, sei da.

[Therapeutin fordert den Klienten auf, in die Situation zu gehen.](#)

Kl: Wow, wie toll, die anderen sehen das alle grade.

Th: Wie ist das für dich, die schauen zu, wie männlich der M. grade ist.

Kl: Die nehmen.....

Th: Sag es direkt

Kl: Ihr nehmt Distanz ein, so wie es sich gehört, ja verpisst euch nur, ja Mutter du spießige Kuh, ich ficke.....Nehme deinen Finger runter, mach dich raus.

Th: Wie ist das für dich, wenn sie so ist?

Kl: Ich merke sie wieder, meine Schwäche, meine Füße sind kalt, Sex-Lust ist weg, sie ist die Unsicherheit die immer beim Sex auftaucht.

Th: Sag es ihr.

[Therapeutin versucht den Klienten jetzt mit der Mutter in Kontakt zu halten, da zwischen den beiden noch intensive Spannung herrscht.](#)

Kl: Mach dich ab, du machst mich unsicher, habe Wut auf dich total, *(Klient richtet sich auf)* du bist ja immer noch hier.

Th: Was macht das mit dir?

Kl: Wütend. (Klient ballt die Hand zur Faust und schlägt)

Th: Wo schlägst du hin?

Kl: Auf ihren Kopf, Ich halte dich am Kopf, das ich dich treffe, ja, ja. - Die kniet so halt.

Th: Ja, sag es ihr direkt und schau sie an dabei.

Die Therapeutin unterstützt den Klienten provokativ verbal und mit Prozessmusik.

Kl: Genau, ich kann dir schon wieder nicht ins Gesicht schauen, ich beiße dir die Nase ab, weil du wieder gekommen bist, kann ich nicht poppen.

Th: Ah ja, schau hin was sie macht.

Kl:durfte ich wieder nicht sagen, ficken, die Woche hast du mir das nämlich auch verboten.

Th: Ah ja.

Kl: Ich will dich beseitigen, will leben, bleib hier.

Th: Bleibt sie da?

Therapeutin nimmt wahr, dass der Darm arbeitet.

Th: Was passiert gerade mit deinem Bauch?

Kl: Druck von der, ich befreie mich grade von deiner Schwäche Mutter, ich tue was ich will, ich bin!

Th: Ja, spür mal - du bist.

Die Therapeutin legt ein Handtuch für den Klienten auf die Unterlage, Klient nimmt dies wahr und stöhnt. Therapeutin fragt nach.

Th: Was macht das mit dir, M. - das Handtuch?

Kl: Die Mutter wieder, putz dich schön ab, dass du anständig ausschaust.

Th: Sagt sie? Schau mal, wie es dir damit geht.

Kl: Das ist so schlimm, ich schlag dich kaputt.

Th: Schau mal hin, wo genau du hinschlägst.

Die Therapeutin gibt dem Klienten einen Schlagstock zum schlagen. Da Gefühle wie Zorn und Wut so einfacher auszudrücken sind, können diese schneller abfließen.

Kl: Nicht mehr ins Leere, das bringt nichts, wo bist du? Da ist sie die Visage.

Th: Hast du sie getroffen?

Therapeutin hat ebenfalls die Möglichkeit mit dem Schlagstock auf den Boden zu schlagen, so unterstützt sie den Klienten und animiert ihn gleichzeitig.

Kl: Ja hier ist sie.

Th: Ja, genau spür mal deine Wut und Kraft.
Immer wieder mit dem Klienten in das Gefühl gehen.

Kl: Ich gewinne sowieso gegen dich! - Die schaut mich an wie ein Tiger, aber ich bin stärker.

Th: Ja, spür mal, du bist stärker, lass deinen Druck da sein.
Klient stößt wiederum auf, schluckt aber die Luft.

Kl: Ja, ich lass es da sein.
Klient steht auf, schaut sich um.

Th: Was passiert um dich rum?

Kl: Die sitzen da, total traurig und sagen, sie wollen mir nicht mehr zur Last fallen.

Th: Sag denen mal, wie du dich dabei fühlst oder hast du einen anderen Impuls?

Kl: Ich fühle mich gut dabei, da hinten ist mein Vater.

Th: Was macht er?

Kl: Er zeigt mit dem Daumen nach oben. Soviel wie „gut gemacht“.

Th: Wie ist das für dich?

Kl: Ich weiß, dass ich durch deine Kraft die besiegen kann, diese Energien, die mich krank machen.

Th: Sag es mal den Energien.
Direkte Ansprache konfrontiert immer wieder die inneren Bilder.

Kl: Oma und Mutter, die Angst und Unsicherheit sind auf einmal so anders, ich will nicht mehr, dass ihr mir weh tut.

Th: Wie reagieren die darauf?

Kl: Die sagen nix, sind nur irgendwie traurig, aber genauso soll es sein. - Macht euch mal Gedanken. Da ist auch der kleine M., der will zu mir.

Th: Magst du ihn zu dir lassen?

Kl: *(Stimme wird weinerlich)* Ja, zu mir und Vater.
Therapeutin spielt ein spezielles langsames Lied, welches der Klient mit der Energie des Vaters verbindet, so wird der schöne Moment geankert.

Nach einer Weile fragt sie:

Th: Was machen die anderen?

Kl: Ich möchte alleine sein mit Vater und dem Kleinen.

Th: Hören die anderen das?

Kl: Unglaublich, die gehen schon aus dem Zimmer raus.

Th: Dann spür noch mal die Nähe von deinem Vater und dem Kleinen.

Kl: - *weint* - Ich halte den Kleinen im Arm (*Kissen*) und Vater hält mich.

Th: Ja, lass es da sein.

Therapeutin gibt dem Klienten wieder Zeit zu spüren, da so nicht gelebte Gefühle nachgeholt werden. Sie unterstützt ihn, indem sie den Raum gibt für alle Gefühle und den Klienten auffordert, diese nicht festzuhalten.

Th: Was für ein Gefühl spürst du grade?

Kl: Traurigkeit aber die tendiert zu Glückstränen.

Th: Ja.... lass es da sein, lass die Tränen da sein.

Da der Klient Schwierigkeiten hat, Tränen da sein zu lassen, fordert die Therapeutin ihn auf, diese nicht festzuhalten.

Kl: (*weint*) Ich spüre grade auch, wie wichtig meine Mutter und mein Bruder für mich ist.

Th: Sind die auch dazu gekommen, sag's mal!

Kl: Ja Mutter, du und A., ihr seid mir wichtig, ich weiß auch, dass A. Wut hat, Mutter.

Th: Schau mal was deine Mutter dazu sagt.

Kl: Nix

Th: Frag doch mal den A., der müsste es doch wissen oder hast du eine andere Idee?

Die Therapeutin überlässt dem Klienten die Entscheidung, noch nicht geklärte Ereignisse zu hinterfragen oder ob was anderes für ihn wichtig ist. So geht die Therapeutin immer mit dem Energiefluss des Klienten.

Kl: A., warum hast du Wut?.....die M. (*Tante*) taucht auf einmal auf..

Th: Hat das was mit seiner Wut zu tun? Frag ihn mal!

Kl: Er nickt.

Th: Er soll dir mal zeigen, wo die Wut herkommt. Vielleicht kann er dir ein Bild zeigen oder was dazu aufschreiben.

Wenn man dem Klienten den Vorschlag macht, dass er einen inneren Anteil z.B. als Bild auftauchen lassen soll, kommt der Klient nicht so schnell ins überlegen sondern das Unterbewußtsein zeigt gleich eine Situation dazu.

Kl: Er taucht auf, im Kinderwagen mit M. und will nicht von ihr gefahren werden.

Th: Ah ja... Sag mal der M., dass der kleine A. das gar nicht möchte.

Kl: Der will das nicht, lass ihn in Ruhe.

Th: Und was macht sie?

Kl: Sie akzeptiert es und geht raus in den Garten... *Klient wiederholt nochmals: Lass ihn in Ruhe!*

Th: Wie ist das für dich, dass sie geht?

Kl: Neues Gefühl, ich sag was und die hört auf mich.

Th: Und wie geht es dem A. damit?

Kl: Dem geht's gut, weil ich ihm geholfen habe.

Th: Ja spür das mal, wie ist das für dich, du hast ihm geholfen?

Kl: Ein schönes Gefühl

Th: Spür das mal....

Musik wird eingespielt zum Ankern.

Eine Weile vergeht

Th: Was passiert gerade?

Kl: Ich fühle Geborgenheit, A. und Mama sind da, ich liege im Kinderwagen und fühle Wärme Geborgenheit, jetzt sind wir alle zusammen.

Th: Ja spür das mal, wo kannst du das spüren?

Kl: Im ganzen Körper.

Th: Wie fühlen sich jetzt deine Füße an?

Das Körpergefühl wird direkt angesprochen, so erkennt man ob die Körperteile, die anfangs der Sitzung kalt waren sich durch die Selbstorganisation und Handlungskompetenz des Klienten während der Sitzung verändert haben.

Kl: Warm, gemütlich.

Th: Wie geht es den anderen?

Kl: Gut, einfach gut... wir halten uns. Wir schaffen das, A.

Th: Wie reagiert er darauf?

Kl: Er weint - du kannst es gar nicht glauben, wie schön das ist... er braucht mich – Ich bin für dich da.

Th: Spür auch mal, dass du geben kannst, deine Kraft überleiten kannst, sag es ihm, wie du dich fühlst.

Die Therapeutin greift den letzten Impuls des Klienten auf.

Kl: Ich bin so voller Kraft, ich fühle mich wahnsinnig voll davon.

Th: Ja schau mal, wo ihr euch haltet und wo diese Kraft hinfließt, es gibt unendlich viel im Universum davon. Lass es einfach in dich einlaufen und durch dich durch zu den anderen. - *Therapeutin lässt etwas Zeit vergehen.* - Hat diese Energie, die durch euch fließt eine besondere Farbe vielleicht?

Das einfließen Lassen von Farbe passt in dieser Situation sehr gut auch die Farbe der Qualität wird erfragt.

Kl: In meinem Kopf ist sie rot. Sie läuft durch meine Hände zu A. und Papa schließlich zur Mama.

Th: Wo spürst du die Energie? Wo fließt sie hin?

Es ist wichtig, dass der Therapeut nachfragt wo genau die Qualität im Körper gebraucht wird.

Kl: Bauch, Darm, Hals

Th: Wie ist dein Grundgefühl gerade?

Immer wieder nach dem Grundgefühl fragen. (Ankerung)

Kl: Unbeschreiblich schön... spüre Kraft und Ruhe und Liebe.

Th: Wie geht es deinen Augen gerade?

Auch diese werden nach dem Befinden gefragt, (Handlungskompetenz und Selbstorganisation)

Kl: Entspannt, brennen nicht mehr, ich weiß warum, die wollen das sehen, was gerade passiert.

Th: Frag mal!

Kl: Ist es so? - Ja sie blinzeln das heißt ja.

Th: Ja geh mal mit diesem Gefühl, dieser Energie kurz in den Raum zurück, wo der kleine M. betrübt war. Wie geht's dir da?

Die Therapeutin geht nochmals mit dem Klienten in das Eingangsbild, es werden Veränderungen beschrieben.

Kl: Bin jetzt da, der kleine M. sitzt ganz groß am Schreibtisch und ... was!? ... der ist jetzt groß.

Th: Ah, wie geht es ihm da, frag mal!

Kl: Er sagt „gut“, er müsste gleich fertig sein und will dann nach Hause und jetzt kommt noch jemand rein und dem geht es gut damit.

Th: Ja spür mal, wie ist das für dich?

Kl: Schön, das tut gut - ohne Angst ist der Kleine ein großer Kerl.

Th: Gibt es noch was zu klären für dich gerade?

Der Klient sollte wenn möglich alle wichtigen Personen fragen, ob es noch etwas zu klären gibt, nur so wird die Sitzung rund.

Kl: Nein alles klar!!

Th: Ja, dann suche dir noch ein schönes Plätzchen, vielleicht mit deiner Familie? Genieße diese Energie. Ich lass dich ein paar Minuten alleine – ok.? – *Der Klient bejaht.* -
Komme in deinem Tempo zurück.

Therapeutin führt den Klienten an einen frei gewählten inneren Ort. So werden gekippte Bilder, Gefühle noch intensiver aufgenommen.

Am Ende der Sitzung lässt die Therapeutin den Klienten einige Minuten alleine.

