

Supervisions-Sitzung Marlene Frey

Berufsausbildung B 13 - 166

„Beziehung und Herzschmerzen“

In dieser Sitzung bearbeitet die Klientin die Hintergründe ihrer Beziehungsprobleme. Aufgrund traumatischer Erfahrungen in der Kindheit, verbunden mit dem Erleben, dass die für sie verantwortlichen Personen weggeschaut haben, fällt es der Klientin sehr schwer, wirkliche Nähe zu zulassen. Im Laufe der Sitzung treten massive Herzschmerzen auf, die ihr mitteilen, dass das Herz sehr unter dieser Distanz leidet. Dann zeigt sich ein innerer Helfer der Klientin - ein Indianer - der eine Art „Paartherapie in der Innenwelt“ anleitet - mit Erfolg. Am Ende kann die Klientin die Verbindung zu ihrem Mann spüren und ihr Herz hat sich beruhigt. Sie trifft die Entscheidung, jetzt wirklich „hin zuschauen“.

Ganz normaler Einstieg mit Treppe nach unten.

In der vorhergehenden Sitzung, am Tag davor, war sie im gleichen Raum (deswegen so ein Anfang).

Kl.: Und ich bin mit dem Nachbar, und irgendwie lässt der mich nicht zur Türe raus.

Th.: Sag ihm mal, wie du das empfindest, oder was hast du jetzt für einen Impuls!?

Kl.: Da bin ich, weiß überhaupt nicht, ob das die Küche ist, keine Ahnung. Irgendein Raum, ja. Der lässt mich nicht zur Tür raus!! (Körper wird unruhig)

Th.: Spür mal in dich rein, wie fühlt sich das an?

Kl.: Na ja, der ist so groß, ich bin so klein und wenn der mich nicht raus' lässt, komm ich nicht raus.

Th.: Guck mal, ob Du es vielleicht aussprechen kannst, zu ihm!?

Kl.: Du bist viel zu groß, ich komm ja gar nicht gegen dich an

Th.: Und spür mal in deinen Körper, wo spürst du das, die Situation?

Kl.: Ich spür ganz viel Druck hier auf der Brust, der will mich nicht raus lassen. Schon fast resigniert.

Th.: Nimm das mal wahr.

In das Gefühl bringen, und immer wieder auffordern sich auszudrücken, den Energiefluss verstärken, damit Transformation geschehen kann

Kl.: Egal was ich mach, wenn ich hingehge und schüttele die Türklinke, der lässt mich nicht raus. (schweres Atmen, Stöhnt) Das drückt mir fast das Herz ab.

Th.: Drück das mal aus.

Kl.: Das drückt mir fast das Herz ab, ja.

Th.: Guck mal, ob du da deinen Körper zu nutzen kannst.
...(Stöhnt)

Kl.: Da komm ich ja nie wieder raus.

.... (Stöhnt)... Wenn du mich nicht raus lässt, komme ich nie mehr raus. ...(Schweres Atmen)....

Th.: Guck was geht, drück es aus.

Kl.: Ich muss es aushalten.

Th.: Spür mal hin, genau.

Kl.: Ich muss das aushalten. Der braucht gar nicht merken, wie es mir geht. Dass ich Angst kriege, vielleicht.

Th.: Spür hin, was passiert in deinem Körper?

Kl.: Das zieht ganz stark.

Th.: Kannst du deinen Körper nicht spüren?

Kl.: Bisschen! Aber ich muss es aushalten, irgendwie.

Th.: Wer hat das denn immer zu dir gesagt, du musst das aushalten!??

Kl.: Ich weiß gar nicht, ich weiß nur dass ich das aushalten muss.

Th.: Lass den mal auftauchen, wer hat dir das beigebracht, woher kennst du das? Das musst du aushalten, guck mal wer auftaucht.

Kl.: Ich glaub da sind mehrere da.

Th.: Zeig denen mal, was du da gerade aushältst.

Kl.: Ich muss das aushalten, dass der mich da nicht raus lässt.

Th.: Ja, genau.

Kl.: Der sperrt mich ein.

Th.: Guck mal, hören die dich?

Kl.: Nicht so richtig. Mmmh... die Oma hat wieder den Kopf nach unten gesenkt...

Th.: Ah... ah, genau.

Kl.: Denkt, ist nachdenklich

Th.: Guck mal was du da machen kannst, jetzt guckt die schon wieder auf den Fußboden.

Kl.: Mensch, ... (richtet sich wütend auf)

Th.: Genau, genau, mach dich bemerkbar.

Kl.: Schau mal her, der hat mich da eingesperrt.

Th.: Genau! Guckt sie? Kommt das an? Guck mal.

Kl.: So ein bisschen' desinteressiert.

Glaubenssatz !

Oma taucht als unerlöster Anteil auf ...

Und will erlöst werden.

Rückkopplung

Th.: Drück's aus Hilde, mach dich bemerkbar. Die versteht überhaupt nicht, was bei dir los ist.

Kl.: Du kapiert doch nicht, was bei mir los ist. Der hat mich hier eingesperrt.

Th.: Sag ihr mal, du brauchst Hilfe, du bist so klein.

Kl.: Ich brauch Hilfe, ihr müsst mir hier helfen, dass ich da wieder raus komme

Th.: Mmmh.....genau. Hört die dich, guck hin.

Kl.: Tja, nicht so richtig

Th.: Fordere es ein, Hilde, drücke es aus, es kommt nicht an.

Kl.: Mensch, was soll ich denn machen, wenn ihr nicht hört?

Th.: Mmmh.

Kl.: Könnt ihr nicht mal hingucken? Der macht mir Angst da in dem Zimmer.

Th.: Ja, ganz genau. Wer ist denn alles noch da?

Kl.: Drinnen ist keiner, aber ich sehe immer, dass der mich fangen will!

Th.: Guck mal, wen kannst du rufen, wer kann dir da helfen?

Kl.: Weiß nicht, die sind alle nicht, die hören nicht. Die schauen alle nur, die wissen anscheinend gar nicht, dass ich weg bin, die haben noch gar nicht gemerkt, dass ich nicht da bin. Ihr müsst doch mal gucken, wo ich bin, die Mama muss doch mal gucken wo ich bin.

Th.: Guck mal, ob du die Mama holen kannst.

Kl.: Mama, du musst gucken wo ich bin. Fällt euch das überhaupt nicht auf, dass ich weg bin? –Das fällt überhaupt keinem auf, das ich fehle! Und der macht mir so Angst da drin.

Th.: Guck mal, wenn du zu dem hinguckst, ob du deine ganze Kraft mal mobilisieren kannst, das du mal richtig laut deine Mama rufst!

Kl.: Es geht nicht, ich habe so Angst, der soll auch nicht wissen, dass ich Angst habe.

Th.: Was kannst du jetzt machen, du rennst nur vor ihm weg?

Kl.: Mmmh, und dem macht das Spaß, mir Angst einzujagen, und ich merke, dass ich mich immer weniger dabei spüre. Ich glaube, ich habe einen riesen Schiss vor dem, und wenn ich Angst habe, kann ich nicht mehr reagieren.

Th.: Mmmh, nimm das wahr!

Kl.: Und deswegen drücke ich die Angst immer weg. ...

Th.: Guck, was da hochkommt!

Eigene Anteile , wie auch d
Mama integrieren un
ansprechen , in Konfrontatic
gehen ,damit noch mehr Gefül
abfließt .

Kl.: Ich suche und suche nach einer Möglichkeit, und da ist keiner! Ich muss immer schneller sein, als der.

Th.: Brauchst du deine ganze Kraft?

Kl.: Ja, der hält mich einfach da drin fest. Und euch Idioten fällt es noch nicht mal auf, dass ich fehle. Mann, Mensch, wenn ich sehe, wie du wieder wegguckst, du - Puh! - das ist anstrengend, das kostet mich ganz viel Kraft.

Th.: Ja, genau! Guck was du machen kannst, da sitzt immer noch die Oma und guckt weg.

Kl.: Ich weiß auch gar nicht, warum ich nicht rufe!

Th.: Guck mal, ob du als große Hilde da reingehen kannst.

Kl.: Ja, die fragt jetzt, was machst denn du mit der hier, und die sitzt da, und hält mir die Hand. - Ich will nicht, dass du mich hier einsperrst!

Th.: Wer sagt denn das jetzt?

Kl.: Ich. - Du hast mich überhaupt nicht hier einzusperren!

Th.: Guck mal, ob er es hört!

Kl.: Ja, aber er sagt, ich mache das, weil ich größer bin wie du. Aber ich habe das Gefühl, dass ich mich mit ihm anlege.

Th.: Probiere es aus!

Kl.: Irgendwas ist da auch wie, ich will es alleine schaffen. - Du hast mich hier nicht einzusperren!

Th.: Ja.

Kl.: Was fällt dir eigentlich ein, mich hier einzusperren?! Du hast kein Recht, mich hier einzusperren!

Th.: Ja, ganz genau!

Kl.: Du spinnst wohl! (*richtet sich wütend auf*)

Th.: Ja....

Kl.: Ich will, dass du die Türe aufmachst!!!

Th.: Ja genau, sag ihm ganz deutlich, was du willst!!!

Kl.: Was fällt dir eigentlich ein, einem kleinen Kind so Angst einzujagen? Ich sag dir, das macht ihm Spaß. Genau. Wehe wenn ich groß bin!

Th.: Ah ja, guck ob er dich hört.

Kl.: Wehe wenn ich groß bin!

Th.: Ja.

Kl.: Du hast mich überhaupt nicht einzusperren!

Th.: Ja, nimm mal deine ganze Kraft zusammen.

Kl.: Kleine Kinder sperrt man überhaupt nicht ein.

Th.: Ja, genau. Guck mal, ob du dem mal den Spaß verderben kannst, lass dir mal was einfallen.

Kl.: Jetzt werd ich dich mal um den Tisch jagen, weil jetzt bin ich nicht mehr alleine.

Rückkopplung und Kontroll

Th.: Genau, guck mal ob da irgendwas herumliegt was du benutzen kannst, lass dir was einfallen.

Kl.: Der Besen liegt rum und mit dem Besen, ...

Th.: Ja...genau.

Kl.: Da wird er wütend.

Th.: Ah ja, da wird er wütend.

Kl.: Der will wieder auf mich losgehen.

Th.: Guck wie es ist für dich, was kannst du tun, was macht es bei dir?

Kl.: Ah..., ich hab irgendwie Angst davor, dass er wütend wird.

Th.: Spür das, ja, sag's der großen Hilde.

Kl.: Ich hab Angst davor, dass der wütend wird.

Th.: Ja.

Kl.: Ich weiß nicht wie viel Kraft der hat.

Th.: Ja...genau. Guck sie an, wie sie reagiert.

Kl.: Ich kann nicht einschätzen, wie viel Kraft der hat.

Th.: Ja...guck was macht die große Hilde?

Kl.: Die geht hinter mich und hält mich.

Th.: Wie ist das?

Kl.: Das ist schon ein bisschen besser. Ich stelle mich wieder auf, vor allen Dingen laufe ich nicht mehr um den Tisch rum, und laufe auch nicht weg.

Th.: Ja... genau, sag ihm das!

Kl.: Komm doch her, du kannst mich kennen lernen.

Th.: Ja... guck was du machen kannst.

Kl.: Ich brauche den Besenstiel, ich sag dir, komm bloß nicht näher.

Th.: Genau, guck was du damit machen kannst.

Kl.: Eigentlich habe ich eine Stinkwut, und ich weiß nicht, warum ich es nicht ausdrücken kann. Ich hab eine stinke Wut, dass du kleine Mädchen einsperrst, und ihnen Angst einjagst.

Th.: Guck mal, ob du es ausprobieren kannst!?

Kl.: *(aufgerichtet, Schlagstock in der Hand)* ...Was fällt dir eigentlich ein, mich hier festzuhalten, was fällt dir eigentlich ein mich hier festzuhalten?! *(schlägt)*

Th.: Ja, ja, ganz genau!

Kl.: Du willst mich hier festhalten, du willst mich hier festhalten?

Th.: Ganz genau, drücke es aus, wehr dich!

Kl.: Du willst mich hier festhalten? Ich lass mich nicht festhalten!!!!!!!!!!!!

Th.: Jawohl, drück's aus!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Energiefluss wird verstärkt...

...um tief liegende Gefühle

Kl.: Ich lass mich von dir nicht festhalten (*schlägt*) ...
Merke dir das!!!
Th.: Sage es ihm, zeige es ihm, und zeige es der Oma.
Kl.: Ich lasse mich von dir nicht festhalten, Perversling - du bist doch ein Perversling!
Th.: Zeig es der Oma, guck mal wie du dich wehrst.
Kl.: Ich lasse mich nicht festhalten von dem.
Th.: Genau, genau drücke es aus, lass es raus.
Kl.: Jawohl, ich habe ihn am Kopf verletzt.
Th.: Ah ja.
Kl.: Ah, du Perversling du - mich hier festzuhalten, was fällt dir ein. (*hustet*) Ich könnte auf dich kotzen!
Th.: Guck hin!
Kl.: Ich weiß überhaupt nicht, warum der Bernd (ihr Mann) auftaucht, aber auf dich habe ich ja genau so eine Wut.
Th.: Stell ihn gleich daneben.
Kl.: Stelle dich zu dem, du bist genauso pervers. (*schlägt*)
Th.: Guck hin!
Kl.: Erst willst du mich festhalten, und dann kannst du mich nicht schnell genug wieder loswerden.
Th.: Ganz genau.
Kl.: Ich könnte dir die Fresse poliere n!!!
Th.: Ja, tu es, mache es jetzt, drücke es aus, drücke es aus.
Kl.: Ich könnte dir so die Fresse polieren ...
Th.: Genau!!!
Kl.: ... für alles was du mir schon an den Kopf geworfen hast.
Th.: Was du alles ausgehalten hast.
Kl.: Du meinst auch, ich muss das aushalten. Ich pfeif dir was.
Th.: Ja, genau!
Kl.: Ich halte überhaupt nichts mehr aus.
Th.: Genau, sage es ihm, sage es ihm.
Kl.: Ich weiß gar nicht, auf wen ich mehr Wut habe. Du stehst nicht mehr auf!
Th.: Ganz genau!
Kl.: Jawohl, und es tut gut zu sehen, dass du dich wehrst, die Hand hebt er hoch.
Th.: Ah ja ...
Kl.: Ich zeig es dir!
Th.: Ja, zeig es ihm!
Kl.: Du kannst dich wehren? Du kannst dich überhaupt nicht wehren. (*hustet*) Ich bin jetzt genauso gnadenlos wie du.
Th.: Genau.

Noch mehr Energie rein geben

Kl.: Du hast mich auch nicht rausgelassen, du hast mich festgehalten, du hast gewollt, dass ich Angst kriege. Genau, du hast gewollt, dass ich Angst kriege.

Th.: Ja, genau.

Kl.: Du perverses Schwein, du !

Th.: Guck, ob noch was da ist, spüre nach, ob noch was da ist!

Kl.: Ich stopfe ihm den Besenstiel in die Kehle, bis er kotzt. Weil du gedacht hast, ich kotze vor Angst. Ja, genau spüre mal wie das ist, wenn man keine Luft kriegt.

Th.: Ja, genau, lasse es raus.

Kl.: Vor Angst, genau, spüre das mal.

Th.: Ja, genau, zeige es ihm, wie es dir gegangen ist.

Kl.: Ja, der liegt jetzt da und kotzt, und ich fühle so eine Genugtuung ...

Th.: Ja.

Kl.: Ja, genau, das soll dir wehtun, weil mir das auch wehgetan hat, dass du mich fest hältst.

Th.: Und so lange hast du das mit dir rum getragen.

Kl.: (*atmet schwer*) Und du sollst kotzen, du Schwein, du ich weißt, dass du mehr Kindern Angst eingejagt hast, nicht nur mir. Ich habe die Angst so verdrängen müssen ...

Th.: Lass ihn nicht weg.

Kl.: (*schlägt mit dem Schlagstock*) ... damit ich es überhaupt irgendwie schaffe da raus zu kommen.

Th.: Guck hin, was du machst!

Kl.: Ich konnte mich nicht mehr spüren. (*atmet schwer, schlägt voller Wut*) Ich konnte nicht mehr spüren, ich konnte es nicht aushalten, dass ich Angst habe. Und dir sage ich das Gleiche: ich konnte es nicht aushalten, das ich Angst habe, wenn du weg bist.

Th.: Genau!

Kl.: Ich konnte es nicht aushalten, und du machst mir Angst. (*atmet schwer*) Du weißt genau, dass ich Angst habe. (*atmet schwer*)

Th.: Guck hin, was du machst.

Kl.: Ich weiß gar nicht, wen ich mir lieber vornehme.

Th.: Sage es beiden!

Kl.: Ihr seid beide solche Dreckschweine, mit meiner Angst zu spielen (*hustet*) ... und ich muss die runterschlucken, bloß dass ich überlebe, ...nee, ihr könnt mich kennen lernen. Und du sollst kotzen, kotzen, bis zum Erbrechen!

Th.: Ja, genau!

Direkte Konfrontation greift jetzt, die Wut muss raus.

Kl.: Damit du spürst, was es heißt Angst zu haben, damit du spürst, was es heißt Angst zu haben. (*atmet schwer*)

Th.: Ja genau, lass es raus, lass es raus. Zeig ihm, wie es dir ergangen ist, Hilde. (*atmet schwer, Wut steigt auf*) Ja, ja!

Kl.: Ich würge ihn.

Th.: Ja.

Kl.: Genau, du sollst die gleiche Angst spüren ...

Th.: Genau!

Kl.: ...und immer an der Schwelle sein, genau immer an der Schwelle, dass du nicht weißt, ob du noch raus kommst.

Th.: Zeig ihm, wie es dir ging.

Kl.: Genau, und nur wenn ich will, lasse ich dich los. Und vorher nicht, und jetzt bleibst du da drin.

Th.: Genau!

Kl.: Schau dir das an, du bist der Nächste, den ich so her-richte.

Th.: Ja.

Kl.: Du würdest gerne abhauen?

Th.: Mmmh...

Kl.: Der Nachbar, gerne abhauen würde er!

Th.: Ah ja.

Kl.: Oh nee, du gehst mir nicht davon, bis ich mit dir fertig bin! Spüre die Angst, spüre das wie das ist, wenn man nicht weiß, ...

Th.: Genau, genau, sage es ihm ...

Kl.: ... ob man wieder rauskommt. Spüre das wie das ist, wenn du nicht weißt, ob du das überlebst, was ich mit dir mache. Ich habe immer runterschlucken müssen, damit ich überlebt habe.

Th.: Ja, sage ihm was mit dir passiert ist!

Kl.: Ganz verkorkst bin ich geworden, eine riesen Angst hatte ich da drinnen. Und ich habe dich immer so groß gespürt, immer so übermächtig, aber jetzt bin ich übermächtig, merke dir das. Jetzt bin ich über dir. Du hast deine Macht verloren, das garantiere ich dir!

Th.: Guck hin, guck hin, was er macht, was ist jetzt da?

Kl.: Er wimmert. Du kannst wimmern ...

Th.: Sage es ihm, wie es für dich ist, wenn er wimmert.

Kl.: Blendend!!! Ich genieße, dass du wimmerst! (*Lachen*) Ich ziehe mir das richtig rein.

Th.: Mmmh, genau.

Kl.: Lauter, wimmer lauter! Genau, aha, so haben alle Kinder bei dir Angst gehabt, so wie du jetzt am Boden liegst, und

Noch mal Überprüfung,
wie viel Ladung noch da ist

haben gewimmert wahrscheinlich dass du sie raus lässt oder sonst irgendetwas. Du stehst nicht auf.

(entspannter) Du stehst nicht auf. Gold ist das für meine Ohren, dich wimmern zu sehen.

Th.: Guck mal, ich habe da eine Idee, kannst du mal die Michelle dazu holen?

(Michelle ist die Nichte der Klientin und ist in einer vorherigen Sitzung aufgetaucht, auch in Zusammenhang mit dem Nachbarn. Michelle wohnt zur Zeit in Hildes Elternhaus, ist also auch konfrontiert mit dem immer noch da wohnenden Nachbarn.)

Kl.: Oh ja, die hat ihren Spaß. Die sagt, dem geben wir noch mehr. Hat er dir wohl auch schon Angst gemacht? Sie sagt, er hat ihr noch keine Angst gemacht, aber sie hat Angst vor ihm. *(richtet sich zum Schlagen auf)*

Th.: Genau! *(schlägt)*

Kl.: Du jagst kleinen Kindern Angst ein? Untersteh dich, du willst kleinen Kindern weiterhin Angst einjagen? Ich warne dich, lass die Finger von ihr.

Th.: Genau!

Kl.: Lass die Finger von ihr, du, wenn du dich vergreifst, ich schlage dich tot, ich schlage dich tot!

Th.: Guck hin!

Kl.: Gehe ihr nicht in die Nähe, gehe nicht in ihre Nähe. Wenn du sie siehst, haust du sofort ab!

Th.: Hört er dich?

Kl.: Ja, der hört mich, ... komm bloß nicht in ihre Nähe, du siehst nämlich aus wie der Teufel, und die hat Angst vor dem Teufel.

Th.: Mhm.

Kl.: Und die hat Angst vor dir, komm bloß nicht in ihre Nähe!

Th.: Guck, ob er es kapiert hat, und frage nach bei Michelle!

Th.: *(hilft ihr sich hinzustellen)* Ah, ja, genau.

Kl.: Genau, du darfst auf ihm hüpfen. *(hüpft auf dem Kissen)*

Th.: Guck, ob du nicht auch mal auf ihm draufstehen willst!

Kl.: Es ist wie ein Trampolin, du kannst drauf stehen.

Th.: Ja, genau!

Kl.: Das ist wie ein Trampolin, und du darfst drauf treten, und ich helfe dir. Ich helfe dir gerne. Das ist gut, Michelle, du hast die besten Ideen. *(seufzt)* Jawohl!

Mann, ihn so zu zerquetschen, ... genau, du musst hüpfen, ganz fest hüpfen. *(Therapeut und Klient hüpfen zusammen auf dem Kissen.)* - So dass er sich richtig mies fühlt.....oh ja,

die hat einen Spaß. (*lacht*) Klasse, klasse, du brauchst keine Angst mehr haben. Mmmh, ob sie mit dem Fuß in den Mund treten darf, ...

Th.: Ah ja ...

Kl.: Ja, du darfst alles machen!

Th.: Auf geht's ...

Kl.: Das macht so einen Spaß zu zu sehen. (*beide lachen*) Klasse, klasse machst du das. Klasse, Michelle, die bringen dir nämlich auch bloß bei, dass du dich nicht wehren darfst, dass du immer brav sein musst.

Th.: Ja, hole die mal alle her, hole die mal alle dazu, die dir beibringen, dass du nur zu funktionieren hast!

Kl.: So, Mama, und auch du Marie Therese, du bringst deiner Tochter bloß bei, dass sie immer schön brav ist. Bring ihr bei, sich zu wehren! (*schlägt*)

So muss sie das machen. Die muss sich wehren, und nicht anpassen. Und du auch Mama, du erzählst der immer so einen Scheiß! Und machst ihr Angst, das brauchst du nicht machen. Die Michelle ist ein braves Kind, die ist viel zu brav!

Th.: Mmmh.

Kl.: Und du Reinhold, du unterstützt gefälligst dein Kind, auch wenn du manches noch nicht blickst!

Th.: Frage nach!

Kl.: Hast du mich verstanden, ich will dass ihr alle auf die aufpasst. Ich will, dass ihr alle auf die aufpasst!

Marie Therese, weil das einfach ein gefährlicher Mann ist, und es gibt mehr solche Männer, und die Michelle muss sich schützen können.

Th.: Ja.

Kl.: Deswegen muss sie aus sich raus, und ich möchte, dass du sie lässt.

Th.: Was ist bei dir, erzähle denen, wie es dir gegangen ist.

Kl.: Ich war auch mal eingesperrt, und ich habe nicht mal die Angst richtig spüren können. Weil ich Angst gehabt habe, ich überlebe das sonst nicht. Und ich hatte nur das Gefühl, der hält mich fest, der hält mich fest. Die braucht die Kraft, die muss sich wehren können, ...und die muss euch rufen trauen! Die muss sich trauen, dass sie euch ruft! Nicht so wie meine Familie, guck mal hin die Oma, die sich da ,....jetzt guckt sie hierher!

Th.: Ja.

Kl.: Jetzt ist zu spät, jetzt haben wir alles geregelt!

Th.: Genau, sag es der Oma noch mal, jetzt braucht sie gar nicht gucken.

Noch mal Überprüfung der Energie

Kl.: Jetzt brauchst du auch nicht mehr gucken. - Ach ja, ich habe auch nicht gewusst, sagt sie. - Na, du hast doch nie was gewusst, du wolltest doch gar nichts wissen. Aber das Kind, auf die müssen wir aufpassen, und die muss auf sich aufpassen.

Th.: Mmmh.

Kl.: Michelle, traust du dich immer die Mama zu rufen? - Ja, das ist schon schön, dass du lieber mich rufst, aber ich bin nicht immer da. Ich will von euch ein klares Wort!

Th.: Fordere alles ein!

Kl.: Ich will von euch ein klares Wort, dass die sich an euch wenden kann.

Th.: Mmmh.

Kl.: Also, bei der Marie Therese ist es eher so, wie wenn sie jetzt erst so begreift, dass es vielleicht wirklich wichtig sein könnte. Sie erscheint mir noch am offensten.

Th.: Sage es ihr direkt!

Kl.: Marie Therese, ich glaube, du hast das ganz schnell kapiert, und von dir, Mama, will ich endlich, dass du auch mal die Augen aufmachst.

Th.: Mmmh, genau!

Kl.: Und einfach blickst, und vielleicht schon vorher blickst, bevor die Kinder in irgendwas rein rennen.

Th.: Sage ihr mal, was ganz wichtig wäre.

Kl.: Sie sagt, sie passt ja schon auf.

Th.: Was wäre denn noch wichtiger als aufpassen?

Kl.: Du musst das ausstrahlen, und die müssen sich trauen zu dir zu kommen....

Irgendwie glaubt sie es nicht so richtig. Sie ist zwar sehr vorsichtig habe ich das Gefühl ...

Th.: Frage nach, wie es ist! Frage, wie es für sie ist.

Kl.: Die Michelle sagt, ich habe keine Angst mehr.

Th.: Frage mal bei deiner Mutter nach, was ihr noch fehlt, dass sie das richtig verstehen kann.

Kl.: Was fehlt dir, um das zu begreifen, um das zu kapieren? - Ich soll sie mal mitnehmen dahin!

Th.: Genau.

Kl.: Also gut, dann zeig ich ihr das. Ich zeige dir „ihn „!

Th.: Ja, nimm sie mal mit in das Bild.

Kl.: Ich zeige dir mal, was der gemacht hat. Ich war hier gestanden, und bin um den Tisch herumgerannt vor Angst, und der wollte mich fangen. Und ich hatte nur Angst, und die Angst musste ich auch noch wegdrücken, weil der so übermächtig war. (*hustet*)

Anteile integrieren

Th.: Zeige ihr das, genau.

Kl.: Glaubst du es jetzt? - Jetzt nimmt sie so einen Dreschflegel oder irgendsowas und prügelt noch mal auf den ein. Oh, die ist böse. Die haut das ganze Ding an dem zusammen.

Th.: Spüre mal, wie das für dich ist!

Kl.: Glaubst du es jetzt?

Th.: Hilde, sage mal deiner Mama, die soll dir direkt in die Augen gucken.

Kl.: Guck mir mal in die Augen, Mama,die ist noch so böse auf den, die ist noch nicht ganz fertig.

Th.: Dann lasse sie mal fertig machen, und ruf sie dann noch mal zu dir!

Kl.: Ja, jetzt schau mich mal an, Mama, du brauchst – Schuldbewusstsein brauchen wir jetzt nicht.

Th.: Genau, Schuldbewusstsein hilft jetzt keinem!

Kl.: Dir muss klar sein, das du aufpassen musst.

Th.: Und guck mal, ganz oft habe ich gehört - dieses Wort funktionieren .

Kl.: Und wenn man funktioniert, dann kommt man von seinem Gefühl weg. Wenn die Kleine bloß funktionieren muss, dann fühlt die nix mehr. Die ist doch völlig irritiert, so wie ich immer.

Th.: Genau , sage ihr, wie es dir gegangen ist.

Kl.: Ich habe auch immer versucht, zu funktionieren, schau mal her, wo ich jetzt gelandet bin. Ich bin wieder mal der Idiot. In der Beziehung. Der Bernd hat sein Schäfchen im Trockenen.

Th.: Lass den jetzt auch da sein, wie ist er jetzt da?

Kl.: Der hockt immer noch.

Th.: Ah ja.

Kl.: Hilde, hole noch deine Kinder dazu.

Kl.: Meine Kinder,fällt mir schon schwer, weil ich merke dass ich vor denen funktioniere.

Th.: Guck mal, ob du das erst mal denen sagen kannst, dass es dir schwer fällt, deine Kinder dazuzuholen, und denen das zu zeigen.

Kl.: Also erst mal muss ich mit meiner Mutter reden. Das habe ich ja so gut drin, das funktionieren, dass ich nicht mal richtig ehrlich sein kann.

Th.: Zu deinen eigenen Kindern?

Kl.: Auch zu dir.

Th.: Schau sie an dabei, wie es ankommt.

Kl.: Ich kann gar nicht richtig ihren Gesichtsausdruck sehen.

Assoziative Verknüpfung

Ü b e r p r ü f u n g
Handlungskompetenz,
eventuell noch Anteile
integrieren.

Th.: Kannst ja nachfragen vielleicht, wie es bei ihr ankommt, wie es sich anfühlt für sie.

Kl.: Ja, das ist nicht so leicht, sich das anzugucken. Das fällt ihr auch schwer, das merke ich. Ist schwer, ne. Da kommt man hin, wenn man immer funktioniert. Das habe ich gründlich drauf, und ich will nicht, dass die Michelle das auch machen muss.

Th.: Spüre mal hin, Hilde, was brauchst du, damit du deine Kinder rufen kannst?

Kl.: Ach, durchatmen.

Th.: Was brauchst du?

Kl.: Ich mache es halt einfach. Der Dominique ist schon da, die Tammi, der Alexander.

Th.: Wo stehen die?

Kl.: Die Tammi steht so in der Mitte, lehnt am Tom, und schaut betroffen auf den Bernd, und so Hilfe suchend zu mir.

Th.: Mmmh.

Kl.: Und der Alexander hat eigentlich die meiste Distanz.

Th.: Wo steht der?

Kl.: Der steht weiter rechts.

Th.: Wo guckt der hin?

Kl.: Auch ein bisschen ungläubig auf den Bernd. Der kann gar nicht verstehen, dass die Situation so jetzt ist.

Th.: Guck mal was du denen mal sagen möchtest.

Kl.: Ach, ich weiß eigentlich gar nicht, was ich euch sagen soll, ich kann euch nur zeigen. Euer Papi will nicht, und wenn er nicht will, dann kann ich nix mehr machen.

Th.: Sage mal deinen Kindern, wie es dir geht .

Kl.: Mir geht es ziemlich beschissen. Ja, da sehe ich die Tammi so leiden, ich kann es ihr nicht sagen. Da habe ich auch immer das Gefühl, ich muss funktionieren vor ihr.

Th.: Frage sie mal, Hilde, ob du da immer funktionieren musst, wie das für sie ist, wenn du immer funktionierst, vielleicht merkt sie das ja ...

Kl.: Wie ist das für dich, wenn ich immer funktioniere? - Naja , solange ich funktioniere, muss ich nicht hinschauen.

Th.: Guck mal, wie es für die anderen beiden ist.

Kl.: Der Dominique ist an meiner Seite und stützt mich so.

Th.: Du kannst sie ja mal alle befragen, wie geht es denen so damit.

Kl.: Wie geht es euch?Dominique ist sehr traurig.

Th.: Mmmh.

Kl.: Tammi eigentlich.....der Alexander eher überrascht.

Th.: Frage die mal alle, ob die was brauchen von dir.

Dieser verletzte Anteil ist
zutiefst verletzt

Ein bisschen die Auswirkung
des Musters aufzeigen

Kl.: Was braucht ihr von mir? - Also, der Dominique braucht irgendso....Nähe.

Th.: Mmmh, frage mal, wenn Nähe eine Farbe hätte, was wäre das für eine Farbe?

Kl.: Wenn Nähe eine Farbe hätte, was wäre das ?..... Da sind zwei so Streifen, rosa und gelb.

Th.: Dann lege dich mal hin, visualisiere dein Scheitelchakra, und lasse mal aus dem Kosmos, wo rosa und gelb unendlich vorhanden sind, die beiden Farben einlaufen, und fülle erst mal deinen Körper an, mit rosa und gelb, aus dem Kosmos.

(Musik zum Ankern) Und wenn es von alleine aufhört zu fließen, dann sagst du mir bescheid. *(nach einer Weile)*

Und dann gibst du es mal weiter an Dominique, lasse es einfach durch dich durchlaufen, bis es von alleine aufhört.

Frage mal die Tammi, was die Tammi braucht!

Kl.: Tammi, was brauchst du? – Blau und grün.

Th.: Dann visualisiere dein Scheitelchakra, und lasse blau und grün, wovon es unendlich viel gibt, in deinen Körper fließen Und dann gebe die Farben an die Tammi weiter. Und dann frage noch mal den Alexander, was er braucht!

Kl.: Rosa.

Th.: Dann visualisiere noch mal dein Scheitelchakra, und lasse rosa einfließen in deinen Körper, bis er ganz angefüllt ist *(Musik zum Ankern)*

Dann gibst du es weiter an ihn, lasse es einfach durchlaufen, lasse es laufen, bis es von alleine aufhört. *(Musik zum Ankern)* Und dann schau mal, wie die jetzt alle da sind.

Kl.: Also, der Dominique sagt mir, das schaffen wir schon, Mama; die Tammi sagt, ist das jetzt gut Mama, und sie steht jetzt alleine da, also ohne Thomas, sie lehnt sich nicht mehr an .

Th.: Mmmh.

Kl.: So wie, was hältst du jetzt davon. Und der Alexander schaut jetzt auch in meine Richtung und scheint jetzt so ein bisschen zu begreifen, dass es doch recht ernst ist .

Th.: Frage mal nach?

Kl.: Wie geht es euch damit?

Th.: Frage mal nach beim Alexander, ob er es begreift, was da läuft .

Kl.: Begreifst du, was da läuft? - Irgendwie schon überrascht.

Th.: Frage mal nach, was ihn da so überrascht hat, dass die Situation so ist, oder das du offensichtlich so agiert hast.

Kl.: Ja, dass ich das nicht gezeigt habe.

Th.: Sage ihm noch mal, warum du ihm das nicht gezeigt hast.

Kl.: Ja, weil ich geglaubt habe, ich muss funktionieren.

Th.: Schau mal, da ist noch der Bernd und die Oma, der Nachbar, was passiert da?

Kl.: Die Oma sagt, das kannst du dir nicht gefallen lassen.

Th.: Ah ja, kommt sie jetzt allmählich drauf?

Kl.: Der Nachbar, der liegt am Boden , der traut sich nicht auf.

Th.: Guck mal, was du da machst jetzt.

Kl.: Was mache ich denn mit dir? ...Ich will, jedes Mal, wenn du an uns vorbeiläufst oder musst ... oder dass wenn wir uns begegnen, dass du eindeutig zeigst ... (*lacht*), ist blöd, oder?

Th.: Was denn?

Kl.: Na, dass er dann wieder reingeht. Ich möchte gerne wissen, ob das gefruchtet hat. Und das sehe ich nur, wenn du dich immer schön duckst.

Th.: Probiere mal aus, mach mal einen Zeitsprung nach vorne.... Genau.

Kl.: Ich fahre jetzt in unseren Hof rein ja, das ist lustig, der holt Wasser aus dem Brunnen und muss aber den Kopf nach unten halten dabei ... ich sehe es , du hast verstanden.

Th.: Guck, ob dir noch was einfällt dazu, oder ob es genug ist.

Kl.: Er weiß genau, worum es geht, und ich auch, und beim nächsten Mal kommst du nicht lebend davon, das kann ich dir sagen. Wenn du irgendetwas machst

Th.: Guck mal, du könntest ja auch noch ein paar Schilder an sein Haus malen...

Kl.: Ah ja!

Th.: So dass die anderen Kinder bescheid wissen.

Kl.: Das ist gut, man könnte die anderen auch mal warnen. Da schreiben wir jetzt mal ganz groß auf die Hausmauer, ... Was schreiben wir da drauf?Ich weiß auch nicht, ob ich richtig liege mit „Kinderschänder“ ... aber das wäre so das Abschreckendste.

Th.: Mmmh .

Kl.: Das ist einfach einer, der Kinder irgendwie gequält hat. „KINDERQUÄLER“ – genau, und ich finde, du kannst das schreiben.

Th.: Guck , ob er es macht!

Überprüfung ,ob die Struk gekippt ist

Immer noch Energie drauf , abfließen muss.

Kl.: Der macht das auch, und so wird das auch ganz öffentlich. Jawohl, gut, und so weiß jeder bescheid. Wir bewegen uns da in dem Hof völlig frei.

Th.: Kannst du der Michelle das noch mal zeigen?

Kl.: Guck mal, Michelle was da steht, ich lese es dir vor: Hier wohnt ein Kinderquäler. - Ja, da lacht sie. Die Tammi findet es gut, die ist immer für solche Sachen. Der Dominique sagt, das geschieht ihm recht. Der Alexander findet es auch gut, und mein Bruder meint, naja, so öffentlich..... Jawohl, genauso öffentlich.

Th.: Ja, sage ihm das noch mal, mit dem Funktionieren das ist jetzt vorbei.

Kl.: Genauso öffentlich machen wir das. Die Marie Therese sagt, ja wenn das in Deutschland geht ... (*lacht*) ... Es geht, es geht.

Th.: Und was sagt Bernd?

Kl.: Ja, ja ... der lehnt irgendwie an was ein Stück Holz.

Th.: Steht er ein bisschen abseits, oder wo steht der?

Kl.: Ein bisschen abseits, ja.

Th.: Sage ihm das mal, fällt dir ja auf.

Kl.: Das kannst du auch mal anschauen, das haben wir jetzt gemacht. - Jetzt ist der ernst, und da fragst du mich jetzt, warum wir das gemacht haben. - Du warst doch dabei.

Th.: Guck mal, Hilde er hat nix mit gekiegt, ist das so?

Kl.: Ja wenn du das wissen willst, dann findest du es heraus, ansonsten lässt du es

Th.: Guck hin, wie reagiert er?

Kl.: Die Tammi sagt ihm, na du bist schon ein bisschen sehr desinteressiert.

Th.: Ah ja, hört er das?

Kl.: Mmmh, von ihr nimmt er das, glaube ich auch eher an, als von mir.

Th.: Und jetzt?

Kl.: Aha, er liest noch mal und noch mal.

Th.: Lese es ihm doch noch mal vor, Hilde.

Kl.: Hier steht, hier wohnt ein Kinderquäler, und ich habe es ihn hin schreiben lassenJa das machst du doch sonst nicht, sagt er .

Th.: Aha, gut aufgepasst!

Kl.: Da hast du wirklich gut aufgepasst, genau!

Th.: Guck mal hin, wie reagieren die Kinder jetzt, wenn du so gesprochen hast?

Dieser verletzte und verdrängt
Anteil braucht noch Energie

Direkte Konfrontation

Provokation

Kl.: Die Tammi sagt immer wieder, also weißt du, ein bisschen mehr Aufmerksamkeit im Leben. Der Dominique sagt, das gibt es ja wohl nicht, der hat das nicht mitgekriegt.

Th.: Und Hilde, spüre mal bei dir, was macht das jetzt mit dir, wenn du jetzt merkst, der hat es wieder nicht mitgekriegt?

Kl.: ... dass er kein Interesse hat .

Th.: Sage das mal zu ihm, teile ihm das mal mit!

Kl.: Daran merke ich, dass du kein Interesse hast.

Th.: Zeig ihm mal, erkläre ihm mal, wie das für dich war, da durch zu gehen.

Kl.: Jetzt bin ich ganz schön traurig, das ist ganz schön schwach. - Seine Schwäche, das tut ganz schön weh.

Th.: Guck hin, hört er dir zu?

Kl.: Er findet es richtig so, dass man manche Sachen ignoriert.

Th.: Dann formuliere das jetzt mal um auf deine Situation, was er da gerade sagt, formuliere das mal um auf deine Situation!

Kl.: Ach, du findest es richtig, dass man Probleme ignoriert? - Ja, nur so hat er überlebt, sagt er.

Th.: Dann sage ihm mal, wie das für dich ist!

Kl.: Ich weiß, dass du ganz schwer krank warst als Kind. Vielleicht bist du auch weit gekommen, mit deiner Ignoranz.

Th.: Was macht es mit dir, wenn er dich ignoriert , sage ihm das!

Kl.: Das tut weh!

Th.: Genau ,zeige ihm das, dass das weh tut!

Kl.: Das tut weh, wenn du ignorierst, sehr weh!

Th.: Mmmh. Du kannst ihm ja noch mal sagen, wie sehr dir das weh tut, und schau ihm in die Augen!

Kl.: Ich weiß überhaupt nicht, ob ich ihm was sagen will, ich weiß nicht, was du für Dussel hast, mit dieser Ignoranz durch das Leben zu kommen. - Er sagt, damit hat er überlebt.

Th.: Kannst du das so annehmen?

Kl.: Ich muss es ja. (*Körper windet sich unruhig.*)

Th.: Sage es ihm, und nimm mal wahr, wie schwer dir das schon wieder fällt. Was ist jetzt da?

Kl.: Dass er mit seiner Nummer immer weiter kommt, als ich!

Th.: Sage es ihm!

Kl.: Immer bist du überlegen mit deiner Nummer, bloß weil du nix fühlen musst!

Th.: Guck mal, woher kommt das Gefühl, dass er überlegen ist damit ?

Direkte Konfrontation

Diesen Anteil würde sie liebsten abhauen lassen, es muss sehr viel Energie gegeben werden

Kl.: Ja, wenn er das nicht fühlt, dann ist er überlegen.
Th.: Frage ihn mal, wie es für ihn ist!
Kl.: Er bestätigt mir das, wenn er nicht fühlt, dann ist er überlegen.
Th.: Und warum will er nicht fühlen?
Kl.: Warum willst du nix fühlen?.... Naja, weil es weh tut, oder weh tun kann.
Th.: Ist das für dich in Ordnung?
Kl.: Kann ich nix machen, wenn er so denkt!
Th.: Was heißt das für dich, sage ihm das ganz deutlich!
Kl.: Wenn du so bist, tja, muss ich mich da irgendwie mit zurechtfinden. Er sagt, er kommt gut zurecht.
Th.: Sage ihm, wie es für dich ist !
Kl.: Ich nicht!!!!
Th.: Mmmh.
Kl.: Kriege ich gleich wieder Herzschmerzen.
Th.: Mmmh, lasse es mal hoch kommen, zeige ihm mal deinen Schmerz! *(Die Klientin beginnt zu weinen.)*
Teile ihm das ruhig mal mit, was du für Schmerzen hast, wenn er schon nix fühlen will, kann er sich es wenigstens anhören.
Kl.: Das geht nicht, er will es doch gar nicht wissen!
Th.: Frage ihn, ganz konkret!
Kl.: Ich bin der Meinung, du willst das nicht wissen Also das will ich nicht !
Th.: Was willst du nicht?
Kl.: Ich will ihm das nicht mehr zeigen, und ihn interessiert das nicht!
Th.: Hilde, schau ihn mal an, und frage mal ganz konkret: willst du was von meinem Schmerz wissen?
Kl.: Er will das nicht, weil da kommt das Bild von dem Indianer, der ihn zwingt dahin zu gucken, oder wo er hinschauen muss.
Th.: Befrage doch den Indianer dazu, was du jetzt machen sollst.
Kl.: Was soll ich denn jetzt machen? - Jetzt guckt er, sagt, der muss das sehen.
Th.: Der sagt, er muss da weiter hingucken?
Kl.: Mmmh.
Th.: Wie ist das für dich?
Kl.: Ja, ganz gut, dass er das übernimmt, weil ich kann das nicht!
Th.: Sage es denen allen mal.

Der Körper fängt wieder an, das auszudrücken, was sie nicht spüren will.

Direkte Ansprache

Selbstständige Instanz , die von alleine auftaucht um sie zu unterstützen

Kl.: Es ist ganz gut, dass du ihm den Kopf hältst, weil ich kann das nicht.

Th.: Mmmh. (*starke Körperreaktionen bei der Klientin*) Was ist da?

Kl.: Ahh, ich habe so Herzschmerzen.

Th.: Sage es mal dem Bernd!

Kl.: (*stöhnt*)

Th.: Hilde, zeige deinen Schmerz!

Kl.: Lieber zeige ich es meinen Kindern.

Th.: Da gehört es nicht hin! (*Klientin stöhnt vor Schmerz.*)

Was willst du deinen Kindern deinen Herzschmerz zeigen, zeige es dem, der damit zu tun hat!

Kl.: Der kapiert es doch nicht!

Th.: Du sollst es einfach z e i g e n ! (*Klientin stöhnt*) Drücke das aus, drücke den Schmerz aus, mache Töne dabei. (*atmet schwer*) Genau, lasse es da sein, Hilde, lasse es hochkommen, drücke es einfach aus! Der Indianer hält ihm schon den Kopf, der guckt dahin! Der muss jetzt hier hingucken, drücke es aus einfach!

Kl.: Oh Mann, habe ich Herzschmerzen ...

Th.: Drücke es aus!

Kl.: Verdammt!

Th.: Mache Töne dabeiJa ... mmmh.... ja, ja, drücke es einfach aus! (*Klientin atmet ganz tief und intensiv.*) Zeige es ihm, Hilde, zeige es ihm, der muss jetzt hier hingucken!

Kl.: Ich kann die Kälte auch nicht sehen, ich will das auch nicht sehen!

Th.: Sage ihm das...

Kl.: Ich will deine Kälte auch nicht sehen.

Th.: Und drücke trotzdem aus, was bei dir da ist!

Kl.: Ich will es nicht wissen, wie du darauf reagierst, ich vertrage das nicht.

Th.: Nimm das mal wahr, nimm das mal wahr!

Kl.: Ich ertrage die Reaktion nicht von dir.

Th.: Drücke es aus, Hilde! Der muss jetzt eh hingucken.

Kl.: (*windet sich*)

Th.: Guck mal, wie du das unter dem Deckel hältst.

Kl.: Ja, aber ich ertrage die Reaktion nicht von ihm.

Th.: Drücke es aus, du brauchst ja nicht hingucken, drücke trotzdem den Schmerz aus, du deckelst deine ganzen Gefühle runter!

Kl.: Mmmh (*stöhnt*)

Th.: Gehe mal zu deinem Herzen, frage mal, was es braucht!

Kl.: Was brauchst denn du?

Therapeut gibt Energie mit r

Direkte Ansprache und in Den Ausdruck gehen, da der Körper heftig reagiert - der Anteil will gehört werden.

Th.: Höre mal hin, was es sagt! Höre hin, was sagt dein Herz? Nicht die Luft anhalten, gehe mal in das Atmen. (*tiefes Atmen*) Ja, genau, nicht die Luft anhalten!

Kl.: Mmmh. Ich kann gar nicht hinhören.

Th.: Nimm das mal wahr, Hilde, du willst es nicht hören. Da muss es sich bemerkbar machen, wenn du nicht hinhörst.

Kl.: Ich kann gar nicht hinhören, auf dich. (*sehr leise Stimme*)

Th.: Lass mal auftauchen, Hilde, was hindert dich daran hinzuhören, lass das mal auftauchen, was dich daran hindert, guck mal, was da kommt!

Kl.: Stacheldraht!

Th.: Frage mal, für was der steht.

Kl.: Wofür stehst denn du? Der steht einfach da, sagt er, er steht schon lange da.

Th.: Guck mal, ob du dir ein Bild geben lassen kannst, wo er entstanden ist.

Kl.: Wo bist du entstanden? Du kannst ein Bild schicken. - Das ist das gleiche Gefühl, und ich weiß gar nicht, ob ich das wissen will.

Th.: Guck mal, ob wer auf der anderen Seite vom Stacheldraht steht.

Kl.: Na, die Oma!

Th.: Frage mal die Oma, ob sie weiß, was der Stacheldraht soll.

Kl.: Weißt du, was das soll? Wieso bist denn bloß du da? Da fehlt doch irgendwer, oder?

Th.: Lass dich mal von der Oma über den Stacheldraht aufklären!

Kl.: Den haben sie dahin gemacht, sagt sie. - Wieso? ... Damit ich nicht rüberkomme... so ein Blödsinn!

Th.: Wer hat den da hingemacht?

Kl.: Sie alle!

Th.: Lass die mal auftauchen, befrage die mal, forsche mal nach, was da los ist - geht das?

Kl.: Es ist komisch, aber da ist bloß der Opa da, ihr Mann.

Th.: Na, dann fordere mal eine Antwort ein, was ist da los? Wo sollst du nicht drüber klettern?

Kl.: Wieso soll ich denn da nicht rüberklettern?

Th.: Bist du da eingesperrt, guck mal!

Kl.: Nee, da ist Wiese, davor und dahinter.

Th.: Dann lass dir mal erklären, warum du da nicht rüberklettern sollst!

Über die Oma gelangt sie an eine tiefer liegende selbstähnliche Struktur

Kl.: Und warum soll ich da nicht rüberklettern oder wieso kann ich dann jetzt nicht durch? – Ach, da haben sie ein kleines Tor gemacht, da kann man rein und raus gehen.

Th.: Und für was steht der Zaun?

Kl.: Wofür steht der Zaun? - Ach, so ein Quatsch, der trennt die Oma und den Opa! - Das passt schon irgendwie zu eurer Ehe.

Th.: Guck mal wie es bei d i r ist!

Kl.: Na, passt ja auch!

Th.: Gehe noch mal zu deinem Herzen!

Kl.: Mmmh, das macht sich wieder bemerkbar.

Th.: Sage es mal, dass du es wahrnimmst.

Kl.: Oh, ich spüre dich!

Th.: Und gehe mal langsam in Kontakt mit deinem Herz, befrage es mal, was will es dir zeigen?

Kl.: Irgendwie steht der Bernd drüben bei der Oma, und ich stehe hier und warte.

Th.: Sauber getrennt!

Kl.: Ja, mmmh ...

Th.: Guck mal, wie die alle aussehen, wie die alle wirken.

Kl.: Ach, das kotzt mich an, das ist so was von lächerlich!

Th.: Was jetzt?

Kl.: Das sind immer die gleichen Gesichter.

Th.: Drücke es mal aus, was es mit dir macht, wenn du das siehst, die ganze Situation da.

Kl.: Mann, ihr regt mich auf! Immer die gleichen Gesichter, nicht hingucken wollen, nix sagen wollen!

Th.: Und guck mal, macht der Bernd das wie die Oma, oder wie ist das?

Kl.: Nee, der steht schon ein bisschen anders da.

Th.: Hilde, gehe noch mal zu deinem Herz.

Kl.: Das tut richtig weh! - Du tust richtig weh!

Th.: Ja, genau, frage mal dein Herz, was ihm so weh tut.

Kl.: Was tut dir denn so weh? - Ja, die Distanz tut mir auch weh. Die tut mir auch weh, ja.

Th.: Kannst du das dem Bernd mal sagen?

Kl.: Das kann ich sagen - die Distanz tut mir sehr weh.

Th.: Hört er es?

Kl.: Irgendwie kam da so Ich kann ja näher kommen ...oder so was ähnliches.

Th.: Wie ist das für dich?

Kl.: (*windet sich, atmet aus*) ... Mann, habe ich Schmerzen!

Th.: Sage es ihm, genau, zeige es Hilde, du kommst da gar nicht drum herum, dein Herz bringt dich dazu.

Das Gefühl stärker einbezieh

Kl.: *(stöhnt vor Schmerz)*

Th.: Drücke den Schmerz aus! Und zeige ihm deinen Schmerz, drücke es aus mit deinem Körper, nimm deine Stimme! *(Die Klientin wird sehr unruhig, steht dann auf.)*
Mmmh, gehe in Kontakt mit deinem Herz!

Kl.: Ich muss mal aufstehen, dann kriege ich vielleicht eher Luft. *(atmet schwer)*

Th.: Zeige es ihm, Hilde!

Kl.: Mir tut das Herz weh!

Th.: Mmmh, genau, sage es ihm noch mal, die Distanz verletzt dich, das tut dir weh!

Kl.: Ja, die Distanz tut mir weh!

Th.: Guck ihn an dabei, guck ihm in die Augen und sage es ihm noch mal!

Kl.: Diese Distanz tut mir weh!

Th.: Ja, sage es mal so lange, bis du das Gefühl hast, dass das ankommt.

Kl.: Höre es jetzt endlich! *(Gefühl steigt auf.)*

Th.: Ja ... sage es noch mal ! *(Klientin atmet schwer.)*
Mann, da ist nix mehr mit funktionieren, sage ihm das!

Kl.: Das geht grade nicht, das ist so ein Herzschmerz, das gibt es ja gar nicht! Oh Mann!

Th.: Hilde, frage mal dein Herz, was es braucht!

Kl.: Kannst du mir mal sagen, was du brauchst, damit du aufhörst, weh zu tun? - Ja, ich nehme dich doch schon an, das merke ich doch die ganze Zeit, dass du weh tust. Das mache ich doch!

Th.: Was braucht es?

Kl.: Es will gehört werden - und ich höre es ja!

Th.: Mmmh .

Kl.: Ich höre dich doch!Sagt aber, ich fühle es nicht! ...
Doch, ich fühle dich!

Th.: Mmmh.

Kl.: Das sagt, ich fühle es immer nur, wenn es weh tut ...
(legt sich wieder hin, und friert plötzlich) Es ist ganz schön kalt!

Th.: Sage es dem Bernd auch. *(deckt Klientin zu)*

Kl.: Es wird ganz schön kalt!

Th.: Guck mal, ob er das hört, zeige dem mal, wie es dir geht jetzt!

Kl.: Kannst mich hören? ... Mmmh ...

Th.: Guck mal, ob du dich mit ihm verbinden kannst.

Kl.: Ja, aber da komme ich nicht so durch den Stacheldraht da durch!

Muster noch mal deutlich
Spiegeln ,provizieren

Th.: Mmmh. Spüre mal, wie das ist für dich, wenn er auf dich zu kommt.

Kl.: Das kann ich gar nicht hören! Ich will mir keine Hoffnungen machen.

Th.: Guck, was passiert, was macht er ?

Kl.: Er guckt hoch, was ich hier mache.

Th.: Drücke noch mal aus, was bei dir da ist!

Kl.: Mir ist kalt ... und ich habe so Schmerzen am Herzen!

Th.: Sage ihm noch mal „die Distanz tut mir weh!“.

Kl.: Die Distanz tut mir weh Der kniet jetzt so, und wärmt die Decke ein bisschen .

Th.: Mmmh, und guck mal, was dein Herz will, Hilde.

Kl.: (*leise*) Was willst denn du? ... Also irgendwie, dass wir beide uns um das Herz kümmern, aber von ihm kann ich das nicht verlangen. Ich kümmere mich schon jetzt.

Th.: Frage mal, ob er bereit ist dazu, sich um dein Herz zu kümmern.

Kl.: Du sagst Sachen

Th.: Frage einfach, sprich es einfach aus ...und guck hin!

Kl.:Gleich..... (entsetzt über diese Aufforderung)
Bist du bereit, dich mit mir um mein Herz zu kümmern?

Th.: Und nimm mal wahr, dass du das eigentlich gar nicht wissen willst! *Pause* Nimm das mal wahr !

Kl.: Mmmh..... Stimmt!

Th.: Aha, kannst du ihm das mal sagen?

Kl.: Ja, weil ich ständig Angst vor deiner Antwort habe, will ich es gar nicht wissen !..... *Pause*

Th.: Was erwartest du denn für eine Antwort?

Kl.: N e i n !

Th.: Kannst du ihm das mal sagen?

Kl.: (*stöhnt*) Weil ich immer „Nein“ erwarte, will ich es gar nicht wissen.

Th.: Guck hin dabei, Hilde, wie reagiert er?

Kl.: Er sagt so was wie „Naja, so kalt bin ich auch nicht!“.

Th.: Wie ist das für dich?

Kl.: Dein Mitleid brauche ich nicht! ... *Pause* ...

Th.: Wiederhole das noch mal!

Kl.: (*Pause*) ...Dein Mitleid brauche ich nicht!

Th.: Guck doch mal, ob du dich so wie gestern hinsetzen kannst.

Kl.: Ich wollte was ganz anderes von dir, aber Mitleid brauche ich nicht! Weil eigentlich wollte ich gerne, dass du mich liebst, aber Mitleid brauche ich nicht!

Th.: Hört er das?

Da die körperlichen Beschwerden so stark sind, gibt es keine Verabredung.

Der tief verletzte Anteil muss sich ausdrücken

Kl.: ...Pause ... (*seufzt*)

Th.: Guck mal, da gibt es einen Teil in dir, der sagt, dein Mitleid brauche ich nicht, lasse den mal auftauchen

Kl.: Ich lasse die Türe sprechen für mich. Mir ist schon klar was ich will ...

Th.: Sage ihm das mal!

Kl.: ... ich bettele aber nicht um seine Liebe, das mache ich nicht!

Th.: Drücke trotzdem aus, was du willst, und sage ihm das mal. Guck ihn mal an dabei.

Kl.: (*Körper unruhig*) Ich wollte von dir wirklich echte Liebe und

Th.: Setze dich noch mal mit ihm so hin, wie du das gestern gemacht hast ... Und lege noch mal die Hand auf die Brust, und sage, er soll das gleiche bei dir tun! Und guck mal, was dir hochsteigt dabei, sprich das einfach mal aus!

Und schaut euch mal an.

Kl.: Sein Gesicht ist gar nicht so richtig klar!

Th.: Sage ihm das!

Kl.: Dein Gesicht ist überhaupt nicht richtig klar! Ich kann es überhaupt nicht richtig erkennen!

Th.: Gehe mal ganz in dein Gefühl, lege die Hand bei ihm drauf, und er soll mal die Hand bei dir drauf tun, auf dein Herz! Ja, und spüre mal, was bei dir hochsteigt und drücke es aus!

Kl.: (*atmet tief*)

Th.: Wie ist das?

Kl.: Ich kann ihn nicht richtig fühlen.

Th.: Du kannst ihn nicht richtig fühlen? Sage ihm das mal!

Kl.: Ich kann dich nicht fühlen!

Th.: Frage ihn mal, wie es ihm dabei geht!

Kl.: Wie geht es denn dir? - Auch so!

Th.: Hole mal den Indianer dazu. Sage mal zu ihm, ihr könnt euch beide nicht richtig fühlen. Was ist zu tun?

Kl.: Wir können uns beide nicht richtig fühlen.

Th.: Was sagt er? Hilde, sprich das einfach mal aus und guck hin!

Kl.: Ich kann dir das gar nicht sagen, was der gemacht hat. (*lacht*) Da knallt der uns die Köpfe zusammen
(*lacht*)

Th.: Spürst du das jetzt? - Nach dem Motto?

Kl.: Na freilich.

Direkte Ansprache

Die Instanz dazuholen
damit Energie dazukommt

Th.: Das spürt ihr jetzt beide, garantiert. Guck mal zum Bernd.

Kl.: Der reibt sich den Kopf und schaut so belämmert. Kurz und bündig. Das sind Methoden, das gibt es ja gar nicht. Ich habe keine Schmerzen, weil ich ja nix gefühlt habe .

Th.: War das die Antwort, frage mal nach?

Kl.: War das die Antwort? - Mmmh. - Also von vorne *Pause* ... Ich kriege eine Standpauke, aja, er auch, aber erst bin ich dran.

Th.: Was sagt er?

Kl.: Klingt ziemlich direkt. Ich schäme mich, das zu wiederholen.

Th.: Na, jetzt spuck`s aus!

Kl.: So, ich soll gefälligst raus aus meinem Selbstmitleid. Und er soll nicht noch mal wagen weg zu gucken.

Th.: Guck mal, ob`s beim Bernd auch angekommen ist.

Kl.: Ja, ich glaube, der nimmt das genauso ernst wie ich.

Th.: Frage mal lieber nach.

Kl.: Nimmst du das ernst?Ja ja. - Bisschen kleinlaut. - Also, der positioniert uns jetzt wieder voreinander...

Th.: Gena, das wollte ich gerade sagen ... er nimmt es mir ab.

Kl.: ... und macht uns so eine Auflage, die Hand bleibt jetzt da, bis ihr fühlt. Jetzt geht es auch.

Th.: Ja, mmh, du bist aus diesem Ding rausgestiegen, nimm das noch mal ganz bewusst wahr, was da jetzt gelaufen ist. Weil mit dieser Haltung, ich will es eigentlich gar nicht wissen, - ist dir das klar -, passiert auch nichts.

Kl.: Hatte ich die?

Th.: Du willst es nicht wissen, du erwartest ein Nein!

Kl.: Ich erwarte ein Nein und hoffe auf ein Ja!

Th.: Ja, aber dann willst du es trotzdem eigentlich nicht wissen, weil du Angst hast davor. Und damit blockierst du alles. Spüre einfach, gehe einfach in das Gefühl. Spüre mal, wie das ist.

Kl.: Aber beim Bernd wächst das Loch zu.

Th.: Halte einfach die Hand drauf.

- *Musik* -

Th.: Was ist da?

Kl.: ...Ruhe ... (*sanfte Stimme*)

Viel Energie wird frei.

Kontrolle

Selbsterkenntnis

Reflexion über das Geschehe

Der Befreiungsvorgang
fühlt sich gut an.

Th.: Kannst du das dem Bernd mal sagen?

Kl.: Ich fühle mich jetzt ruhiger.

Th.: Mmmh, guck mal, wie es dem geht.

Kl.: Bin immer noch bisschen überrascht, dass du die Hand so hergehalten hast.

Th.: Genau, spüre mal hin ... guck wie es ihm geht, frage nach.

Kl.: Wie geht es dir? – Er sagt auch, das klaffen ist weg, da ist so ein ganz feines Häutchen drüber, über dem Loch.

Th.: Mmmh, kann er sich jetzt besser spüren?

Kl.: Fühl mal, wie fühlst du dich? Oder fühlst du dich überhaupt? - Also, er ist erst mal erschrocken über das Loch was da war, aber er ist beruhigt, dass jetzt so die Haut ein bisschen drüber ist.

Th.: Weiß er denn, wo das herkommt?

Kl.: Na, der deutet so zu seiner Mutter, die sitzt da oben in der Ecke.

Th.: Fühlt er sich jetzt?

Kl.: Fühlst du dich jetzt? - Ja, aber er sagt, es ist nicht angenehm, das zu fühlen.

Th.: Frage mal, ob er irgendwie dir zuliebe, oder sich selbst zuliebe, vielleicht jetzt bereit ist, einen anderen Weg einzuschlagen?

Kl.: Ja, der ist nachdenklich, irgendwie so - man könnte es ja probieren.

Th.: Zeige ihm noch mal das Loch.

Kl.: Schau mal das Loch an, das geht nicht von alleine zu, wenn du nicht hinguckst.

Th.: Guck mal, eigentlich ist es auch erst zu gegangen, als ihr richtig in Kontakt miteinander wart, sage ihm das mal!

Kl.: Ich weiß nicht, ob du das bemerkt hast, aber es ist so, dass es zugging, als wir so ganz intensiv in Kontakt waren.

Th.: Hat er das verstanden?

Kl.: Er ist nachdenklich, versteht das auch irgendwie, aber es wäre ihm lieber, wenn es anders wäre!

Th.: Guck hin!

Kl.: Er weiß es noch nicht, was er macht.

Th.: Frage mal, ob er einverstanden ist, dass ihr einfach noch mal da sitzen bleibt, und die Hände wieder auf die Herzen legt.

Kl.: Ist das ok für dich, wenn wir noch so sitzen bleiben, eine Weile? – Er sagt - ja, das hat ihm ganz gut getan.

Th.: Ja, genau, soll er einfach noch mal spüren, wie es gut tut! Aber trotzdem würde ich jetzt noch mal gerne in diese Küche mit dir zurück gehen.

Kl.: Mmmh, ja. Die Türe ist frei, also, der liegt zwar davor, aber die hat eine Klinke. Ich sperre die auf, und gehe raus. Die kann man bewegen die Türe, die war vorher nur schwarz.

Th.: Mmmh, guck mal wie es ist, wenn du an dem vorbei läufst?

Kl.: Gebe ich dem noch mal richtig einen Tritt.

Th.: Kannst du auch noch Angst spüren?

Kl.: Angst nicht so, eher wie Vorsicht, aber Angst nicht.

Th.: Hol die doch alle noch mal, die Mama, die Michelle, Oma und Opa.

Kl.: Ja.

Th.: Hol die noch mal alle dazu.

Kl.: Ja, die sind da.

Th.: Kannst dich ja bei denen mal in die Mitte setzen?

Kl.: Ja , genau!

Th.: Hole den Indianer auch noch mal dazu.

Kl.: Der ist sowieso da!

Th.: Und frage mal, ob irgend jemand da noch was zu melden hat.

Kl.: Hat noch irgend jemand noch mal eine Meldung zu machen? - Die Michelle sagt - ja, die will zu uns her.

Th.: Mmmh, guck mal, ob es geht!

Kl.: Mmmh, ja.

Th.: Frage mal den Bernd, ob das ok ist!

Kl.: Jaja , der mag sie gerne.

Th.: Was gefällt ihr denn so, frage mal nach.

Kl.: Die will bei uns sitzen.

Th.: Frage mal, was sie so anzieht, was ist es.

Kl.: Was zieht dich denn so an, Michelle? - Na, ich mag euch halt, sagt sie. (*lacht*)

Th.: Na , dann bleibt so noch mal sitzen, oder guck mal, ob noch jemand was zu sagen hat.

Kl.: Hat noch jemand eine Meldung zu machen? Verneint.

Th.: Spüre bei dir noch mal nach ...

Kl.: No, its ok.

Kontrolle, ob noch ein Anteil unzufrieden ist.

Rückkopplung

Th.: Teile noch mal dem Bernd mit, wie das für dich war, diese Erfahrungen machen zu können. Vielleicht ist es ganz wichtig, dass du das machst.

Kl.: Ich habe noch nie so deutlich deine Hände auf mir gespürt.

Th.: Sage ihm, wie es war für dich.

Kl.: Es war erst ganz neu, irgendwie ganz heilsam anscheinend, weil ich spüre jetzt, dass es sich total beruhigt hat.

Th.: Frage noch mal dein Herz, wie es ihm geht.

Kl.: Brauche nix mehr, im Moment , Berührung
.....

Th.: Ja, dann gehe noch mal in deinem Bewusstsein an den Platz, wo deine Oma war ...

Kl.: Der Stacheldraht ist aufgewickelt.

Th.: Nimm noch mal ganz in deinem Bewusstsein auf, so dieses - ich fühle jetzt - wie das ist, dass du dich fühlen kannst jetzt, und dass der Bernd sich fühlt, und dass ihr euch gegenseitig berühren könnt, und das auch ankommt!

Kl.: Doch, das scheint an zu kommen!

Th.: *(legt eine CD mit Musik zum Ankern der neuen Erfahrung ein. Die Klientin bleibt noch ca. 10 Minuten liegen.)*