

Übersicht 1 – 10 Session - 2000 Pia – Praxislizenz

Klientin, 32 Jahre, bis vor ca. einem halben Jahr selbständig als Friseurin, im eigenen Salon (Haus) tätig.

Vor 2 Jahren etwa begannen die ersten Schwierigkeiten; ausgelöst durch eine Erkrankung.

Klientin war vor ca. einem Jahr 3 Wochen in der Psychiatrischen Tagesklinik hier in Bitburg. Dies hat ihr geholfen ruhiger zu werden und von der Arbeit abzuschalten; und wieder klarer im Kopf zu werden, da sie aus ihrer gewohnten Umgebung heraus kam.

Danach war sie zwar klarer im Kopf, aber fühlte sich nicht „Herr über ihren Körper“ (Panikattacken). Sie suchte Hilfe bei Psychologen oder Psychiater. Dort fühlte sie sich allerdings nicht ernst genommen.

Ihr Zustand hat sich weiterhin nicht mehr geändert.

Panikattacken: wollte nur noch sterben; sich nicht mehr bewegen; keine Luft mehr bekommen; der ganze Körper zitterte: Weinkrämpfe – als wenn im Kopf etwas zumacht (wie eine Klappe)

Klientin kommt mit Angstzuständen (Panikattacken) und linksseitigen Beschwerden (diffus) zum Infogespräch.

2. Session - Wortprotokoll

Klientin kommt zur 2. Session, sie fährt nächste Woche für 3 Wochen in eine orthopädische Klinik, nach St. Goar. Sie fühlt sich besser als vor Therapiebeginn, kann es aber nicht genau beschreiben.

In der Zwischenzeit (1. und 2. Session) fühlte sie sehr schlecht; es arbeitet sehr stark in ihr.

Sie hatte große Angst vor der 2. Session.

3. Session - Wortprotokoll

Klientin kommt nach 3 Wochen Klinikaufenthalt in St. Goar zur Session. Sie hat sich dort nicht besonders wohl gefühlt, da sie soweit weg war von zu Hause (vor allem von ihrem Mann). Außerdem ist dort abends gegen 21:00h die Tür zugeschlossen worden.

Sie teilt mir mit, daß ihr Mann Veränderungen an ihr bemerkt und sie unterstützt mit der Synergetik weiterzumachen, obwohl sie immer noch Angst vor den Sessions (der Auseinandersetzung mit sich selbst) hat.

4. Session Kindergarten 24.3..2000

in der Zwischenzeit (3. und 4. Session) setzt die Klientin eigenständig ihre Tabletten (Insidon) ab; nimmt sie nur noch bei Bedarf (akute Panik).

Die Panikattacken nehmen ab, kommen seltener und sie hat das Gefühl sie besser „im Griff“ zu haben.

Klientin beginnt sich mit ihren körperlichen Beschwerden auseinanderzusetzen und etwas dagegen zu unternehmen (Sportstudio; Ernährungsumstellung).

5. Session

Andreas Treppe geht wieder einmal nach oben. Es ist eine Wendeltreppe und sie kommt auf einen Speicher. Sie erkennt den Speicher, es ist der, in der ersten Wohnung, in der sie gemeinsam mit Stefan gewohnt hat.

Ihre Katze „Bärchen“ taucht auf. Ich fordere sie auf die Katze anzusprechen, doch ihre Bilder schwirren nur so herum und es taucht ein Bild von Frau Reissner auf (**ihrer Ausbilderin während der Lehre**). Andrea spricht sie an, auf das, was sie vor 2 Tagen von ihr gehört hat. Sie hat wohl jemanden so fertig gemacht, daß er psychiatrische Behandlung braucht. Ihr Onkel ist auch nicht ganz unbeteiligt an der Sache und sie teilt diesem mit, daß die „Rache“ folgen wird und siehe da, er muß jetzt den Friseursalon verpachten. Und damit steht er wieder alleine da! Andrea tut dies gut zu sehen.

Andrea geht in die Zeit zurück, wo sie noch in der Lehre war. Sie singt, als sie Lockenwickler sauber macht, weil im Salon nichts los ist.

Die Bilder wechseln und es taucht die Eisbahn und ihr damaliger Freund Horst auf. Sie sind hinter der Eisbahn, und Horst ist ihr in seinem Verhalten etwas zu forsch, sie fühlt sich noch zu jung dazu. Ich lasse sie mit ihm darüber sprechen. Sie meint, daß es eigentlich eine sehr schöne Zeit war; bis Stefan dann kam. Horst hat später geheiratet und wird zur Zeit gerade geschieden; er hatte vor etlichen Jahren einen schweren Unfall. Sie spricht mit ihm darüber. Eigentlich hat sie gar keinen Kontakt zu ihm und ich lasse sie nachfragen, wieso er sich ihr heute zeigt. Er könne sie an die Hand nehmen und sie in eine wichtige Situation bringen. Das tut er auch, er bringt sie zu einer Verabredung, zu der er nicht erschienen ist und Andrea in Panik geriet. Andrea meint, sie habe immer Panik, daß etwas passiert sei! Ich lasse sie zurück in der Zeit gehen, dahin wo der Ursprung ihrer Angst ist.

Es taucht ein Bild auf, wo sie mit ihrer Familie zum Picknick an die Sauer gefahren ist. Andrea ist etwa 3 Jahre alt und sie spielt auf der Staustufe und fällt ins Wasser – ihr Bruder rettet sie. Ich lasse sie in die Bilder einsteigen. Sie sieht sich selbst wie Sterntaler auf dem Damm spielen und Steine sammeln. Irgendwann rutscht sie ab und fällt ins Wasser. Sie fühlt sich ganz komisch, fühlt Angst und will strampeln. Ich fordere sie auf, der Bewegung nachzugeben und sie zu verstärken. Ihr Bruder springt auf und holt sie aus dem Wasser. Ich lasse sie nochmals zurück in der Zeit gehen, um eine Veränderung vorzunehmen, zu dem Zeitpunkt, kurz bevor sie abrutscht Sie will den Damm breiter machen, um besser darauf laufen zu können und läßt dazu einen kleinen lila Bagger auftauchen, der den Damm mit Kies auffüllt. Zusätzlich bringt sie an der linken Seite noch ein Gitter an, da wo sie runter gerutscht ist. Jetzt kann sie sogar noch mehr Steine sammeln und kann bis zum anderen Ende des Damms laufen. Sie fühlt sich wohl und sicher. Ich ankere dieses Gefühl mit Musik.

Szenenwechsel: Ihr Haus in Gindorf mit dem Hof taucht auf. Andrea war vor ca. 2 Wochen noch einmal dort gewesen. Als sie zum Ortsschild kam, hatte sie das Gefühl, nie dort gewohnt zu haben. Als sie zurück gefahren ist, sei sie wütend

geworden. Ich lasse sie noch mal in diese Wut einsteigen und sie läßt die Dorfleute auftauchen und sagt ihnen, was sie von ihnen hält. Sie habe dort nie ein wirkliches Heimatgefühl gehabt, sie hat es sich immer nur eingeredet. Sie hat immer Sachen gegen ihren Willen gemacht. Ich fordere sie auf, dazu eine Situation auftauchen zu lassen und es kommt der dortige Totengräber und Zeitungsträger. Sie spricht mit ihm darüber, daß er nicht mehr kam; über Leute, die bei einem Termin immer dumm redeten usw. Ich frage sie nach ihrem Gefühl dabei. Andrea meint: schlecht; weil sie es tun muß, weil sie darauf angewiesen ist. Ich will wissen, woher dieses Verhalten kommt, wer ihr das beigebracht hat? Ihre Mutter taucht auf, aber die weiß, wann es zuviel ist und es nicht mehr geht. Sie sagt zu Andrea: „oh Mädchen, du wirst auch noch härter“ und ihr Vater, der will immer „Friede, Freude, Eierkuchen“. Sie spricht ihn darauf an, sie habe sich das bei ihm abgeschaut, es aber noch stärker praktiziert. Es taucht eine Szene an Heilig Abend auf, wo jemand anruft, der sich ausgesperrt hat und ihr Vater hinfährt. In Gindorf allerdings war es härter, dort haben sich die Leute lächelnd neben Andrea gesetzt und dann anschließend über sie gemault. Sie hat ihm das nie erzählt. Ich fordere sie auf, dies jetzt zu tun.

Z.B. ist sie Fastnacht dumm angemacht worden - ich lasse sie in die Szene einsteigen – sie hat etwas getrunken und wird angemacht und angegrabscht. Sie findet das eklig, hat aber das Gefühl da nicht rauszukommen, weil er ein Kunde ist. Ich lasse sie wieder zum Anfang der Situation zurückgehen und frage sie, was sie am liebsten tun würde? – Ihm einen Cola-Wiskey ins Gesicht schütten. Ich animiere sie, dies zu tun. Er sieht nun aus wie ein begossener Pudel und sie lacht und kann so alles stoppen, bevor es passiert. Sie dreht sich um und geht und es ist ihr auch egal ob er noch zum Haare schneiden kommt oder nicht.

Ich frage sie nach ihrem Gefühl dabei? Eigentlich ein Gefühl, das sie nicht kennt; aber sie habe ein bißchen ein schlechtes Gewissen. Was ist dieses schlechte Gewissen? – jemanden die Meinung zu sagen, das offen auszusprechen, was man denkt.

Ich fordere sie auf, ihr schlechtes Gewissen in einer Form oder Gestalt auftauchen zu lassen. Andrea muß lachen und es taucht ein rosa Plüschschwein auf, mit einem roten Hemd mit weißen Punkten, einer Krawatte und einem Strohhut. Eine total lächerliche Gestalt! Ich mache sie nochmals auf ihre Aussage aufmerksam, daß ihr schlechtes Gewissen wohl etwas lächerlich sei. Sie soll es fragen, wo es entstanden ist. Sie spricht mit dem Schweinchen und dies meint, daß es so lustig aussähe, weil sie sich immer über unnötige Sachen ein schlechtes Gewissen mache. Es tauchen dazu einige Beispiele auf.

Ich fordere sie wieder auf zu fragen, woher das Schweinchen kommt. Sie soll es vorweg laufen lassen oder ihr Bilder zeigen und lasse ihr so die freie Entscheidung zu wählen was kommt. Aber alles ist nur noch dunkel. Sie bittet, das Schweinchen nochmals konkret um Hilfe. Ich schlage ihr eine Reise mit dem Schweinchen vor, z.B. einen Urlaub oder so.

Andrea fliegt mit ihm nach New York und zeigt ihm die Freiheitsstatue. Ihr fällt auf, daß das Schweinchen plötzlich eine Baskenmütze trägt, wie ein Franzose und die Bilder wechseln nach Frankreich, nach Paris, wo sie mit Helga, Margret und Stefan hin war. 24 Stunden Paris; ihr erster Urlaub mit Stefan.

Das war schön für sie. Ich lasse sie wieder in die Bilder einsteigen und sie spricht mit Margret und Helga darüber, daß sie sich damals noch gut verstanden haben. Was ist passiert?

Margret sei eifersüchtig auf ihre Beziehung zu Helga. Sie spricht Margret darauf an und sagt ihr auch, daß sie sich so nicht wohl fühlt zwischen Margret und Helga. Und

spricht Margret direkt auf ihre Eifersucht an, woraufhin diese bockig wird und Tränen in den Augen hat. Es fällt Andrea schwer, mit Margret darüber zu sprechen. Ich frage sie nach ihrem Gefühl, worauf mir Andrea antwortet, daß sie Margret nicht in eine komische Situationen bringen will, sie sich selbst aber dadurch darin befindet. Ich fordere sie auf, daß Margret ihr Rede und Antwort stehen soll. Margret sieht sie als ihre kleine Schwester, und daß es schlimm für sie sei, Andrea nicht mehr allein für sich zu haben. Sie wolle Andrea beschützen und sie habe Angst davor, daß sie nicht mehr soviel zusammen sind. Andrea fragt sie, ob sie Angst hat Andrea zu verlieren, oder Angst ihre Jugend zu verlieren?

Andrea will die Zeit nicht mehr wieder erleben, und ist froh, daß sie ihre Liebe hat und diese habe sie fest an der Angel und der sie auch. (damit meint sie ihren Mann Stefan). Das sei ihr alles zu stressig, z.B. 3 Tage auf Tour zu sein usw. (heute macht Andrea genau das wieder gern)

Ich fordere sie auf, Margret zu fragen, was ihr eigentlich fehlt. Andrea meint, das, was Andrea gehabt habe, eine Mutter, die für sie da ist und einen Vater, der oft für sie da ist und einen Freund, der zu ihr steht. Sie bespricht das mit Margret und als ich sie erneut fragen, was Margret fehlt, sind dies Geborgenheit und elterliche Liebe. Ich mache Andrea den Vorschlag des Farbe einlaufens und Margret wählt die Farbe Rosa. Danach sieht Margret nicht mehr so verbissen aus und ich lasse Helga dazukommen; beide nehmen sich in den Arm und auch Andrea geht mit hinzu und umarmt beide. Ich ankere dies wieder mit Musik.

Zum Abschluß lasse ich nochmals das Schweinchen auftauchen und dieses winkt ihr fröhlich zum Abschied zu. Es nimmt ein Beutelchen mit, als Zeichen, daß etwas gelöst wurde. Das rosa Kaninchen hoppelt hinterher. Andrea hat das Gefühl, das könne ihre Tante sein.

Andrea klettert zum Speicher, er ist heller als am Anfang; so, als hätte jemand ein verschlossenes Fenster, auf dem viel Dreck gelegen habe, sauber gemacht habe.

Sie weiß auch, daß das Thema „Gindorf“ noch nicht geklärt ist, die Zeit dazu noch nicht reif ist.

6. Session

Die Angst vor den Auseinandersetzungen mit sich selbst wird weniger. Andrea freut sich sogar auf die Session.

Wieder geht Andreas Treppe nach oben. Ihr fällt auf, daß sie diesmal aus weißem Metall ist. Früher war ihr die Treppe unheimlich, jetzt wo sie weiß ist, ist dies nicht mehr so.

Sie sieht ein Mädchen, wie eine Zeichenfigur, mit langem Haar und langem Kleid, das vor einem Spiegel steht und nach oben schaut. Ich fordere Andrea auf, ihrem Blick zu folgen. Alles wird wieder schwarz, ganz besonders links.

Angst kommt auf. Ich frage sie, was diese mit ihr macht, und wo sie diese spürt? – linke Seite! Ich sage ihr, sie soll der Angst sagen, daß sie sie wahrnimmt und daß es okay ist, das sie da ist. Andrea findet sie aber nicht okay und will sie nicht mehr.

Ich lasse die Angst in einer Form oder Gestalt auftauchen und es taucht eine Maus auf!

Andrea meint, daß die Maus aber gar nicht so aussähe, als müsse man Angst vor ihr haben. Dies sagt sie auch der Maus und diese will weglaufen.

Ich mache Andrea klar, daß wenn die Maus wegläuft, sie im Hintergrund weiter arbeitet und ich fordere sie auf, die Maus zurück zu rufen.

Andrea schwirrt der Schädel. Dies soll sie der Maus erzählen und daß sie das alles endlich auflösen will und ihre Hilfe dazu braucht.

Andrea fängt an zu weinen.

Eine Katze kommt hinzu, die der Maus nachschaut. Andrea erzählt der Katze, daß sie Angst hat und daß sie diese endlich loswerden will.

Andrea weint immerzu.

Die Angst kommt von einer Minute zur anderen und kann auch genauso schnell wieder verschwinden. Sie bekommt das mittlerweile ganz bewußt mit.

Die Katze soll ihr den Ursprung dazu zeigen!

Ihr Onkel Herbert (er wird in den nächsten Sessions zu ihrem Innenweltführer) zeigt sich; verschiedene Szenen tauchen auf.

Ich schlage ihr vor, daß die Katze einfach eine Situation festhält, die jetzt wichtig ist.

Onkel Herbert taucht wieder auf und Andrea will wissen, was er damit zu tun hat. Er spricht mit ihr, aber sie kann ihn nicht hören. Ich schlage vor, ihm ein Megaphon zu geben.

Andrea weint und bittet ihn um Hilfe.

Szenen nach seinem Tod tauchen auf; die Monate danach. (Er ist kurz nach ihrer Kommunion gestorben) und bringt sie zu ihrer Kommunion. Eigentlich kann sie sich gar nicht an ihn erinnern. Danach ist so vieles passiert, da wurde ihre Mutter krank und Andrea dann mit. (ich bin nicht direkt darauf eingegangen, doch nach zwei weiteren Fragen taucht die Situation dazu wieder auf) Ihre Mutter hatte einen Nervenzusammenbruch und deshalb war auch Andrea krank und hat nichts mehr essen können. Es taucht eine Szene in einem Café auf, wo auch die Witwe von Onkel Herbert dabei ist, und sie nach längerer Zeit endlich wieder etwas ißt.

Ich lasse Onkel Herbert wieder auftauchen und Andrea erzählt ihm von der Krankheit ihrer Mutter. Andrea hat auch jeden Abend gebetet, daß er wieder zurück kommt, weil sie das Gefühl hatte, daß es dann ihrer Mutter wieder besser gehen würde, und damit auch ihr selbst. Ich lasse ihre Mutter hinzukommen und Andrea erzählt von ihrem Gefühl, doch ihre Mutter schüttelt diesbezüglich den Kopf.

Nun hat Andrea das Gefühl, als wolle ihre linke Seite schlafen. Ich fordere sie auf, diese direkt anzusprechen und Andrea fühlt sich total durchgeknallt und es macht ihr sehr zu schaffen.

Ich lasse hierzu wieder Onkel Herbert auftauchen, der meint, daß sich da alles stapelt; daß nichts mehr rein geht, aber auch nichts raus kann!

Es sieht aus, wie ein Stapel Brauereitische. Diese fangen von alleine an, sich aufzustellen. Links sind die Tische noch gestapelt und gehen nach rechts und stellen sich auf und werden heller.

Onkel Herbert sagt ihr, sie soll sie öffnen und hinstellen, aber die Tische „schwupsen“ zurück. Onkel Herbert hält das Bild an und sagt zu Andrea: einer nach dem anderen, nicht alle beieinander! Deshalb springen sie zurück.

Was meint er damit? Und welche Bedeutung haben die Tische?

Die Brauereitische stehen für gestapelte Sachen!

Was meint er damit?

Sachen, die sich im Laufe der Jahre (wie auf einem Speicher) angesammelt haben. Situationen, die mit verschiedenen Personen zu tun haben.

Ein Tisch steht draußen, die anderen sind wieder alle drin. Sie fragt Onkel Herbert, wofür dieser Tisch steht?

Ihr Mutter taucht wieder auf; sie sitzt am Küchentisch und spielt Solitaire. Sie spricht diese an, aber diese reagiert nicht auf sie. Ihr geht es nicht gut – Andrea weiß wieso – weil ihr alles über zusammen gebrochen ist, genau wie bei Andrea, nur vor 25

Jahren! Sie fragt nach, ob ihre Vermutung stimmt und die Mutter nickt. Sie nimmt Onkel Herbert hinzu, was hat das alles mit mir zu tun.

Andrea sieht sich in ihrem Bett, sie konnte damals nicht schlafen und weint. Die Mama kann nicht mit ihr raus gehen, auch nicht an Fronleichnam, wo alle Kommunionkinder noch mal mitgehen, kann diese nicht mit. Das macht Andrea sehr traurig. Ihre Mutter ist genauso traurig darüber. Sie kann aber im Moment nicht unter Leute gehen, das konnte Andrea nicht verstehen. Und empfand dies als sehr schlimm, weil sie nicht wußte was los war.

Ich frage Andrea, was ihrer Mutter gefehlt hat?

Ruhe! Ich schlage Andrea vor, Farbe dazu einlaufen zu lassen und ihre Mutter wünscht sich dazu die Farbe: blau. Ihre Mutter freut sich und hüpfert richtig.

Sie freut sich, mit Andrea mit zu gehen. Andrea freut sich auch und Andrea machen die vielen Leute auch nichts mehr aus. Ich ankere dies mit Musik.

Der Tisch taucht wieder auf; er steht ganz im hellen und Andrea will ihn verbrennen, vorher allerdings will sie ihn klein schlagen. Ich gebe ihr ein Dhyando in die Hand und Andrea schlägt, unterstützt von Prozeßmusik auf ihn ein.

Einen Tisch hat sie geschafft!!

Anschließend verbrennt sie ihn und da ihr die „Klospülung“ auf der Geräusche-CD so gut gefällt, kehrt sie die übriggebliebene Asche zusammen und schüttet sie ins Klo!

Onkel Herbert zeigt ihr eine grüne Wiese, wo die Sonne scheint. Sie soll sich freuen, einen Sonnenstrahl hat sie schon. Nun tauchen auch noch ihr rosa Kaninchen und das rosa Schweinchen aus der letzten Session auf, und klatschen Beifall.

Andrea lacht und freut sich.

Onkel Herbert kommt ihr vor als wäre er von einer Sonne umstrahlt (wie bei den Teletabbies)

Ich lasse sie Onkel Herbert fragen, wieviele Tische sich noch ausräumen muß, bevor ihre Angst weg ist. – noch 3 Tische! (damals hatten wir keine Ahnung, wie recht er behalten wird!)

Sie fragt ihn, was sich dann verändern wird und Onkel Herbert zeigt auf die Wiese mit der Sonne.

Was will er damit sagen? – Andreas erster Gedanke ist „Heuschnupfen“, den hat sie gerade. Wird sie den dann loswerden – Onkel Herbert nickt. (und tatsächlich teilt mir Andrea im August mit, als sie die Blütenessenzen nehmen will, daß ihr irgendwann aufgefallen ist, daß sie nicht mehr allergisch ist!)

Auf der Wiese zeigen sich viele Blumen.

Ich frage sie, ob ihre Angst und der Heuschnupfen in Verbindung stehen und Onkel Herbert nickt sofort.

Sie fragt auch nach ihren Schmerzen, ob sich die auch bessern – Onkel Herbert nickt wieder.

Er zeigt ihr ihre krumme Wirbelsäule und macht dazu Übungen – sie soll trainieren gehen!

Was ist noch wichtig für sie?

Sie soll auch wieder malen. Ihre Wohnung in Ordnung bringen. Ihr Puppenhaus aufbauen.

Sachen tun, die sie die letzten Jahre nicht tun konnte.

Er rät ihr sie soll ihren Weg konsequent gehen.

Onkel Herbert verabschiedet sich und verspricht ihr, auch bei den anderen Tischen zu helfen.

7. Session

Andrea teilt mir am Ende der Session mit, daß sie diesmal erst am gleichen Tag, an dem die Session stattfindet, Angst und Panik hatte; gestern einen Anflug – sonst meist eine ganze Woche vorher.

Ihr Körper krampfte schon beim Hinlegen.

In den letzten 4 Wochen hatte sie nur eine Panikattacke, ansonsten mehr so Anflüge davon. Hat auch nur eine Insidon genommen – die letzte! Nimmt jetzt Johanniskraut.

Ende Dezember hatte sie sich eine Packung Insidon (50Tbl) verschreiben lassen, die ist jetzt aufgebraucht. Januar, Februar und März waren noch schlimme Monate, seit April und Mai wird es weniger. Sie erlebt ihre Panik jetzt bewußter und kann sie besser lenken. Kann auch nachts wieder besser schlafen; - auch alleine schlafen gehen.

Einstieg: Meer und Strand

Links ist wieder alles dunkel; ihre Treppe (weiße Wendeltreppe) nach oben taucht wieder auf; es geht wieder hoch zum Speicher.

Dort wartet bereits wieder ihr Onkel Herbert mit seinen Klappstischen - eine Garnitur ist aufgeklappt.

Sie fragt ihren Onkel, was dies zu bedeuten hat und der schickt ihr Sherlock Homes – sie muß es selbst herausfinden.

Viele Fotos aus Fotoalben tauchen auf aus der Zeit 3-5 Jahre.

Ihre Kommunion, wo sie aus der Kirche kommt.

Viele Bilder von Situationen, die sie in den Sessions schon gehabt hat.

Ihr rosa Kaninchen taucht auf, hoppelt vor ihr her und bringt sie zum Bürgermeister aus Gindorf – Herr Mai. Sie traf ihn letztens auf dem Krammarkt. Er grüßte zwar, aber sie und Stefan gehen einfach weiter. Danach war ihr schlecht geworden, weil die Wut hochkam. Gedanken an Gindorf kamen, als hätte sie nie dort gelebt, als hätte sie das alles irgendwo gelesen.

Sie spricht mit ihrem Onkel Herbert darüber und der schlägt ihr vor, den Herrn Mai K.O. zu schlagen oder auf die Nase zu boxen.

Das tut sie auch und sagt ihm währenddessen, was sie ihm schon immer sagen wollte. Ich unterstütze das Ganze mit Prozeßmusik und anschließend verbrennt sie seine Reste und schüttet die Asche ins Klo.

Ihr Onkel Herbert reibt sich die Hände und lacht – die „Biertischgarnitur“ ist erledigt und der Onkel macht einen Freudentanz – wie Rumpelstilzchen.

Andrea weint zum Abschluß: „das ist der Schwanz von der Wut, die eben kam“

Onkel Herbert tritt die Garnitur mit dem Fuß endgültig weg.

Andreas Dunkelheit lichtet sich etwas von unten her.

Onkel Herbert teilt ihr mit, daß, je mehr „Garnituren“ sie aufmacht und bearbeitet, desto heller wird es. Er zeigt ihr nochmals Bilder aus vergangenen Sessions und pustet sie anschließend weg. Sie sind erledigt! Als Zeichen dafür läßt er einen Drachen fliegen.

Er zeigt ihr was sie alles schon geschafft hat, und daß sie den Rest auch noch schaffen wird.

Sie soll zum Abschluß das Helle rosa anstreichen und sieht auch einen Müllschlucker, der die verarbeiteten „Garnituren“ häckselt.

Sie soll sich über die Farbe freuen, daß nicht mehr alles grau ist!

Auf dem Speicher steht jetzt eine andere Tischgarnitur, die Sonne scheint und es gibt Spaghetti. Die Leute aus vergangenen Sessions kommen vorbei und sind fröhlich, sogar der eben bearbeitete Hr. Mai (er sieht anders aus, richtig nett), Fr. Reisner, der verstorbene Stefan, Oma, Opa, Tante; alle gehen in einer Polonäse vorbei und jeder holt sich noch eine Handvoll Spaghetti, bevor er geht.

Onkel Herbert erzählt ihr, daß sie noch 2 „Garnituren“ bearbeiten muß, bevor es ihr besser geht. Diese sind zwar schwer, aber das schafft sie auch noch!!

Nach der Session fühlt Andrea sich leicht und fit.

8. Session

In der Zwischenzeit (7. Und 8. Session) war ihr Mann für 5 Tage im Krankenhaus und Andrea war das erste Mal alleine zu Hause (seit 6 Jahren). Es ging unerwarteter Weise sehr gut; sie konnte alleine schlafen; alleine ins Krankenhaus gehen und auch andere Dinge alleine regeln. Dazu war sie vorher ohne ihren Mann nicht in der Lage.

(Hatte weder Panikattacken gehabt, noch Medikamente gebraucht.)

Wieder taucht ihr Speicher auf, wo ihr Onkel Herbert schon auf sie wartet.

Sie vermutet einige aufgestaute Dinge, da ihr Mann vor kurzem im Krankenhaus war und dies recht anstrengend für sie war.

Das Bild ihres Onkels wechselt sich mit dem von Albert Einstein ab. Einstein ist ein Zeichen dafür, daß sie im Kopf klarer ist; sich besser konzentrieren kann und logischer denken.

Ihr Onkel will ihr dazu gratulieren – ihre alte Logik kommt wieder zurück.

Ja, wo ging die denn verloren? Es taucht wieder einmal Fr. Reisner auf, die sieht allerdings alt und resigniert aus. Sie merkt wohl, daß sie mit dem, was sie anderen angetan hat sich ein Eigentor geschossen hat. Sie tut Andrea leid und gleichzeitig tut es Andrea aber auch gut. Andrea meint Fr. Reisner arbeite zuviel und treibe sich selbst zu sehr.

- Leere -

Ein komisches Gefühl, als würde sie vor etwas bedrohlichem weglaufen, etwas was sie einholen will. Andrea hat das Gefühl, als habe sie so große Angst davor, das sie gar nicht will, das da etwas kommt – es sei ein ekelhaftes Gefühl.

Das Eingangsbild taucht wieder auf, diesmal allerdings spiegelverkehrt und Onkel Herbert schaut nach links (ihrer Seite, wo sie nie etwas sieht) und versucht etwas zu locken.

Es tauchen Kinderfotos auf – aber keine negativen Gefühlen.

Er meint auch, daß da nichts war, bzw. was war, sei schon bearbeitet, sie solle damit abschließen. Onkel Herbert schmeißt die Fotos zum Licht. „sie soll da nicht mehr suchen, da ist nichts mehr!“

Es tauchen Bilder aus der Zeit auf, wo ihre Mutter so krank war und Andrea (9 Jahre) damit Probleme hatte. Ihr Onkel meint, sie habe da einen Knacks bekommen. Es war für Andrea schlimm zu sehen, daß ihre Mutter krank ist und fragte sich, was sie hat und wieso. – sie ist „fertig“ , hat zuviel Arbeit, zuviel Verantwortung!

Sie hätte Urlaub gebraucht und Andrea schickt ihre Mutter in Urlaub – nach Südtirol, dahin wo Andrea und ihr Mann immer hinfahren.

Mutter will alle mitnehmen, doch dann bleiben Andreas Brüder doch zu Hause und Andrea fährt nur als Beobachter mit. Mama fährt und Papa sitzt daneben – es geht gut dort und sie soll jetzt jedes Jahr in Urlaub fahren.

Die Mutter kommt nach Hause und ist viel fröhlicher. Andrea wird jetzt bewußt, was ihre Mutter alles geleistet hat.

Ihre Mutter wünscht sich mehr Ruhe; sie bräuchte dazu eine Nachfolgerin; z.B. eine Schwiegertochter. Andrea sucht ihrem Bruder eine Frau; auch damit die Mutter nicht mehr seine Wäsche machen muß. Sie soll ihm eine kreieren, er braucht eine wie die Mutter, somit bastelt sie eine aus Papier. Eine Papierpuppe: 25-30 Jahre, sympathisch, minimal dominant aber einfühlsam, und dezent zurückhaltend; muß auch mal den Mund halten wenn es sein muß (das, was Andrea manchmal noch fehlt). Sie setzt die Papierpuppe ins Büro und ihre Mutter packt schnell die Tasche und rennt aus dem Büro. Sie fährt mit Andrea nach Hause; will malen.

Die „Biertischgarnitur“ wird von Onkel Herbert zusammengeklappt – die hatte Andrea eben schon auf dem Speicher gesucht – und wirft sie in einen Hochofen, damit sie verbrennt.

Was ist passiert? Irgendeine Lösung! Was, kann ihr der Onkel auch nicht sagen, daß wird sie noch merken.

Ihr Onkel will heim gehen, er hat seine Arbeit für heute erledigt.

Er sagt ihr, daß er immer bei ihr ist – so etwas wie ein Geist- oder Seelenführer – aber nicht nur er allein, auch das Schweinchen und das Kaninchen.

9. Session

Andreas Mann begann, nachdem er aus dem Krankenhaus entlassen wurde, depressiv zu werden. Hat auch aufgehört zu rauchen und Andrea konnte ihm nichts mehr recht machen. Dies steigerte sich, bis vor etwa einer Woche Andreas Mann (Stefan) sie plötzlich und unerwartet verlassen hat.

Für sie überraschend, blieb sie psychisch stabil.

(In der akuten Situation jetzt, nimmt sie wieder vermehrt ihre Tabletten)

Vor der Session erzählt sie mir, sie habe einen Engel gesehen.

Einstieg: Text mit Schutzengel

Als sie aus dem Tunnel herauskommt geht links ein Weg weiter und rechts ist ein Abgrund. Der Abgrund liegt dabei eher schon hinter ihr und sie soll links um die Kurve gehen. Sie weint und gelangt auf den Bauernhof in Südtirol, wo sie im Oktober mit Stefan Urlaub machen wollte. Sie spricht mit ihrem Engel darüber, was sie hier soll? Dieser zieht sie zum Haus und zu der gemieteten Wohnung. Sie weint und auf dem Balkon steht - Stefan.

Die Bilder springen zwischen einer Situation die sich letzte Woche im Hela ereignet hat und Südtirol hin und her. Außerdem tauchen viele Bilder mit Stefan auf und Andrea weint. Ich fordere auf, daß sie den Engel ein Bild festhalten läßt; er hält das Bild vom Hela fest. Stefan kommt ihr so fremd vor und meidet den Augenkontakt. Ich fordere sie auf ihm in die Augen zu schauen um den Kontakt besser zu halten.

KI: Warum? deine traurigen Augen zerreißen mich, die ganze Situation zerreißt mich. Stefan schüttelt den Kopf und schaut wieder weg.

Th: Ich bestehe weiterhin auf Augenkontakt und die Bilder springen wieder nach Südtirol. Dort kann sie mit ihm sprechen

KI: das letzte Mal, war ich sehr krank als ich hier war. Er erwidert, daß das nicht so schlimm sei. Was hat sich seither verändert? „Du hast dich verändert! mich verändert!“ – das verstehe ich nicht! Er will jetzt leben! Es geht jetzt nur um ihn, nicht um sie! – Aber es ging immer nur um Dich! Ich habe mein ganzes Leben auf dich eingerichtet! Es ging auch gesundheitlich um mich, ja, aber ich habe mich total auf dich eingestimmt! Er läßt den Kopf hängen und schüttelt ihn nur.

Sie sagt ihm, das sie das Gefühl hat, daß er gerne weinen würde, es aber nicht kann. Sie nimmt ihren Engel dazu und Stefan sagt ihr, daß er fix und fertig sei, ihm alles zu viel sei und wenn er dann mal Ruhe habe, fehle ihm der Streß und er werde nervös. Jeden Tag gehe er arbeiten und wenn er dann nach Hause kommt, will er ihr noch einen Gefallen tun und macht und macht. Es ist ihm alles zu viel und er weiß nicht wo er hin soll.

Th: Wann hat das Ganze angefangen?

Bilder vom Urlaub in Belgien tauchen auf – eine schöne Zeit! Wie ging es ihm denn da? Nicht gut! Zuviel Ruhe! Das zerreißt ihn, obwohl er es nötig habe – meint A. Er sitzt da und ihr Schutzengel hält ihm die Hand in den Rücken.

Th: Wann war der Ursprung all dessen?

Er zeigt ihr ein Foto, wo er 1 Jahr alt ist und in der Badewanne sitzt. Ich fordere sie auf, das Foto lebendig werden zu lassen.

KI: Dem Baby geht es gut, aber hinter ihm steht die Oma und die Mama, die streiten sich. Die Oma sagt zur Mama; was sie denn mit dem Kind will, ohne Mann, bzw. auch noch von einem verheirateten und dann muß er halt erst mal hier bleiben. Das Baby ist traurig.

Ich lasse sie zu Oma und Mama gehen und eingreifen, worauf hin beide zu dem Baby hingehen und ihm über den Kopf streicheln. Trotzdem fühlt sich das Baby ausgesetzt von ihnen! Sie reagieren unschuldig.

KI: das Baby sitzt genauso da, wie der Stefan heute, den Kopf hängend und anstelle eines Spielzeugs spielt er heute mit den Händen.

Das Baby lacht und will von A. auf den Arm genommen werden. Es legt den Kopf an sie.

Th: Ich lasse den Schutzengel dazu kommen.

Es sagt ihr, daß sie das Baby trösten und im Arm halten soll.

KI: Armer Kerl, wußte nicht wo er hingehört, er gehört zu mir, wir gehören doch zusammen.

Sie muß weinen (unterstützt von der Musik).

Mutter und Oma sind der Meinung, sie habe sie nicht mehr alle. Sie will der Mutter den Hals umdrehen, gibt dem Engel das Baby und zerreißt die Mutter. Das Baby tut ihr so leid; dieses schläft ruhig in den Armen des Schutzengels.

Th: ich fordere sie auf, dem Baby dies zu sagen und ob es das eigentlich will.

KI: irgendwie schon und irgendwie nicht. Es will wieder auf meinen Arm. Es braucht Liebe.

Den Unterschied zu Mitleid kann es ihr allerdings auch nicht so recht erklären. Einfach nur liebhaben, sich wohl fühlen und nicht alles hinterfragen. Das Baby nimmt Andrea und den Schutzengel in den Arm und streckt Oma und der Mutter die Zunge raus.

Zurück in Südtirol.

KI: Stefan sieht aus wie ein Blues Brother; schwarzer Anzug, schwarzer Hut und Sonnenbrille. Wofür verkleidest du dich so? – er braucht das jetzt. Was noch? Liebe und trotzdem Freiheit! Wie kann ich dir das momentan geben?

Er schiebt sie erst mal weg. Das hat sie sich schon gedacht, das er das tut – so wie: geh' weg und bleib trotzdem hier.

KI: das ist das Schlimmste, was es gibt, weil ich nicht weiß, was ich machen soll. Er meint ich soll ruhig bleiben; dreht sich um und schaut vom Balkon runter. Mein Engel tippt ihm auf die Schulter und zieht ihm die Sonnenbrille aus – und ich sehe seine traurigen Augen. Er weiß einfach nicht, was gut für ihn ist. Mein Engel zeigt auf mich – das ist das, was ich mir wünsche – Wunschgedanken – der Engel schüttelt den Kopf. Ich weiß, daß wir zusammen gehören, der Engel sagt, der Stefan auch. Was soll ich tun? Engel hilf mir!

Der Engel drückt beide zusammen. Sie weint.

Th: ich frage sie, was sie daraus lernen soll?

Das sie beide zusammengehören! Sie nimmt ihren Onkel Herbert mit dazu und fragt ihn, was das ganze mit seiner Prognose zu tun hat, das es ihr eigentlich nach dieser Session besser gehen sollte? Er schickt sie wieder nach **links**!

KI: Dort taucht ein Fenster auf und jemand steht gegen das Licht – Stefan! Nachdenklich, Kopf nach unten. Was hat das mit allem zu tun? Wieso stehst du links?

Onkel Herbert antwortet ihr, das sie sich lieben, aber zuviel klammern, zu viel gegenseitig wegnehmen. Stefan klammert auf eine andere Art als sie. Stefan kommt

auf sie zu und nimmt sie in den Arm und sagt ihr, daß er sie liebt, aber daß es so nicht weitergehen kann!

KI: das weiß ich! was soll ich ändern?

Mehr mit anderen unternehmen, mit Freunden ausgehen; er will allein etwas unternehmen, ohne Angst zu haben, das etwas mit ihr ist; und sie soll etwas für sich unternehmen, ohne sich Vorwürfe zu machen wegen irgendwas; aber auch gemeinsam etwas unternehmen.

Die Bilder rutschen weg.

Ich lasse sie nochmals Kontakt zu Onkel Herbert und dem Schutzengel aufnehmen. Sie sagen, daß sie sich beruhigen soll, nicht überstürzen, den Stefan zur Ruhe kommen lassen – er käme von allein zurück.

Was soll sie jetzt tun?

Den Kopf nicht in den Sand stecken. Sie soll ihm unauffällig begegnen; zufällig begegnen – ihre Freunde helfen dabei! Sie soll sich nicht bei ihm melden und ihren Weg gehen, den sie sich vorgenommen hat, ob Stefan zurück kommt oder nicht. Sie erhält noch weitere konkrete Tips. Sie sagen ihr, es sei eine Art Prüfung für sie und auch für ihn.

Ihr Engel taucht im Einstiegsbild auf, mit einem Stein auf dem Rücken, den er in den Abgrund schmeißt. Und sie geht mit Stefan zurück in den Tunnel.

Ich lasse sie noch nach konkreten Hilfen fragen, wobei Blumen vor ihren Füßen auftauchen (Blütenessenzen). Onkel Herbert und der Schutzengel lehnen eine medikamentöse Behandlung in Form von Spritzen ab, ihre Tabletten soll sie während des akuten Stadiums weiter nehmen, da sie bereits einmal davon losgekommen sei, würde sie dies auch ein zweites Mal schaffen.

Onkel Herbert teilt ihr mit, daß dies die letzte Hürde sei, die sie noch nehmen muß; es gäbe zwar noch einige Kleinigkeiten, die sie auch noch erledigen werde, aber das Hauptsächliche sei geschafft.

Das ist es!

Onkel Herbert und der Schutzengel gehen weg und sagen, daß die harte Zeit nur noch ein paar Tage dauern würde. Sie solle raus gehen, sich nicht zurück ziehen und sich nicht von den Tiefs herunterziehen lassen.

Ich fragte sie noch nach ihrer rechten Hand, die sich verletzt hatte – pure Verzweiflung, weil sie nicht mehr wußte, was sie tun sollte – die Hand schmerzt nicht mehr; anders als zu Beginn der Session.

Weiterhin erhält sie noch einige Tips für sich selbst.

10. Session

In der Zwischenzeit (9.und 10.Session) hat sich Andrea sehr stark mit sich selbst beschäftigt; mal wollte sie sterben, dann aber doch wieder weiterleben.

Die Treppe geht wie immer nach oben: dort allerdings findet Andrea ein Schild mit dem Hinweis: „Für immer geschlossen“ und sie geht nun nach unten in den Keller. Der Keller ist dunkel und hat rechts ein Fenster und links eine Tür zum Hof; sie geht in den Hof.

Es taucht ein Foto auf, wo Andrea als kleines Kind im Planschbecken sitzt. Ich fordere sie auf, dort einzusteigen und ihre Brüder, ihre Mutter und ihre Cousine tauchen auf. Dazu gesellt sich ihre Freundin Simone, die Andrea mit in ihre Wohnung nimmt. Als sie in deren Wohnung kommt sitzt Stefan am Küchentisch. Er redet dort mit jemandem, obwohl Andrea niemanden wahrnehmen kann. Ich fordere sie auf, Stefan danach zu fragen und dieser antwortet, daß er spricht mit seiner Oma.

Szenenwechsel und beide sitzen im Hela an der Theke, das Restaurant ist voller Leute, die Andrea kennt. Alle starren sie an. Auch hier redet Stefan die ganze Zeit wiederum nicht mit ihr. Sie versteht das alles nicht und ich fordere sie auf, ihren Onkel Herbert auftauchen zu lassen. Dieser teilt ihr mit, daß der Stefan noch nicht mit ihr reden kann.

Ihr Engel taucht ebenfalls auf, und sie kann sehen, daß der Klotz den er trägt bereits kleiner ist, als beim letzten Mal (Session vorher). Als sie die beiden fragt, was heute ansteht, wird es wieder linksseitig dunkel. Sie will darauf jetzt endlich eine Antwort von beiden.

Der Engel sagt ihr, daß beide ihren Weg gehen sollen.

Es taucht der Tisch im Hela auf, wo das Gespräch mit Stefan über die Scheidung stattfand. Andrea sitzt mit ihrem Engel am Tisch und läßt die Szene nochmals durchspielen, wo Stefan auf sie wartet und sie ins Restaurant kommt und plötzlich redet Stefan mit ihr.

Der Engel will ihr damit zeigen, wie sie wieder sein wird.

Ich lasse sie den Engel fragen, was dafür verantwortlich war, daß sie so geworden ist?

Dieser meint ganz viel und zeigt auch auf Stefan. Sie habe ihn zu festgehalten und wollte dies auch von ihm, was er auch auf seine Art und Weise getan hat.

Andrea meint, sie sei immer so eifersüchtig gewesen, obwohl sie weiß, daß er sie nie verletzen würde, aber sie habe immer so gedacht.

Ich frage sie, wer oder was das gewesen sei – sie antwortet: ihr schlechtes Gewissen! Und Stefan sagt ihr, daß er ihr das schon immer gesagt habe, daß sie sich ihr schlechtes Gewissen immer nur eingeredet habe; daß sie es nicht allein recht machen müsse.

Ich lasse sie zum Knackpunkt ihres schlechten Gewissens führen, und es taucht eine Szene auf, in der sie Stefan fremdgegangen ist. Seither hat sie ein schlechtes Gewissen.

Ich lasse ihrem schlechten Gewissen eine Form geben und es taucht ein rosa Kaninchen auf, dies hoppelt vorweg und Andrea folgt ihm. Sie kommt zu einer Szene, wo sie vor vielen Jahren einmal mit einem anderen Mann geflirtet hat, als Stefan in der Schweiz war. Als er das erfuhr, wollte er spontan in die Schweiz ziehen. Da hat sie dann gemerkt, was ihr eigentlich an ihm liegt.

Sie sieht ihn packen. Und stellt fest, damit hat er sie immer unter Druck gesetzt, daß er gehen wird. Und das rosa Kaninchen sagt Andrea, daß dort alles angefangen hat, daß sie da angefangen haben sich zu sehr aneinander zu klammern und sich gegenseitig zu kontrollieren.

Eine neue Szene taucht auf, wo Andrea mit Stefan beim Arzt ist, beide weinen, weil sie so fertig sind und das Gefühl haben es nicht zu schaffen (mit Andreas Krankheit). Dann wechselt die Szene zu der Zeit, wo Stefan sie in St. Goar abholt und die Küche beim nach Hause kommen voller Blumen ist. Da ist auch ein Bonsaibäumchen dabei, was Stefan damals als Symbol für ihre Liebe sah. „Wenn der kaputt geht, ist auch unsere Liebe kaputt“ – er ist mittlerweile kaputt und Andrea hat ihn weggeworfen.

Sie spricht mit dem Bäumchen und dieser sagt, daß er dies extra gemacht habe. Eine zweite Blume taucht auf, ein Stefanotis, der sich ebenfalls stark verändert hat. Die Blumen sagen ihr, sie soll die Sonne wieder in ihr Leben lassen - wieder leben, sich aber nicht verbrennen – ihren Prinzipien treu bleiben und ihren Weg gehen.

Die Szene im Hela taucht wieder auf und der Engel sagt ihr, sie soll ihren Weg gehen und wieder werden, wie sie früher war.

Ich frage sie, wo sie von ihrem Weg abkam und die Szene taucht wieder auf, wo Stefan am packen ist. Es geht um ihr schlechtes Gewissen von damals. Er hat es als Druckmittel benutzt.

Ich frage sie, wovor er Angst habe? – lieber geht er, als daß sie ihn verläßt!

Machtspiel und Eifersucht – Besitzdenken.

Andrea wird wütend und hält ihm vor, daß er immer damit gedroht habe, ihr nicht hinterher zu laufen, wenn sie einmal geht. Dabei hat er dieses Spiel öfter mit ihr gespielt, die Koffer gepackt, gesagt, daß er geht; sie durch die Wohnung geschubst und dann anschließend um Verzeihung gebeten, sie solle ihn doch davon abhalten zu streiten, und ihn dazu zu bringen, daß er mit ihr spricht.

Ich gebe den Satz vor: „übernehme du die Verantwortung für mein Leben“

Das verstehen erst einmal beide nicht.

Ich erkläre Andrea, daß Stefan die Verantwortung über sein Leben an sie abgibt, z.B. daß sie dafür sorgen soll, daß er nicht ausrastet und sie sich auch dementsprechend benehmen soll.

Wann übernimmt er die Verantwortung für sein Leben?

Sie stellt ihm diese Frage und Stefan schaut nach unten. Er habe doch so viel getan. Andrea wird wütend und sagt ihm, im Haushalt ja, aber in der Lebensplanung hat er alles ihr überlassen, bevor sie krank wurde und jetzt konnte sie das nicht mehr. Er habe zwar einiges erreicht, aber sie habe ihm ständig in den Arsch treten müssen und jetzt geht er, wo sie ihren Dienst an ihm getan hat. Seine Geschenke waren sein schlechtes Gewissen, eine Belohnung für Andrea. Sie sagt ihm noch einiges über die letzten Jahre und sein jetziges Verhalten.

Wie oft will er noch vor seinen Konflikten davon laufen?

Ihr Engel stimmt ihr zu und Stefan will über alles nachdenken.

Andrea kann und will ihm nicht mehr helfen.

Sie wird wieder so werden wie sie früher war!

Stefan geht mit gesenktem Kopf – er ist jetzt verantwortlich für sich selbst.

Jeder übernimmt jetzt seine eigene Verantwortung!

Andrea geht jetzt auch ihren eigenen Weg.

Andrea weint lange.

Sie empfand das alles als recht heftig und fühlt sich etwas geschockt.

Ihr Onkel Herbert taucht nochmals auf und sagt ihr, daß auch Stefan seinen Weg finden wird.

Der Engel und Onkel Herbert begleiten Stefan aus den Bildern.

Der Engel sagt ihr noch zum Abschied: „Laß die Zeit für dich arbeiten!“

Nach dieser Session ändert sich Andreas Leben komplett!

Härtetest: Andrea wohnt seit einem Jahr in einer Wohnung im Hause ihrer Eltern. Stefan (ihr Mann) hat sie vor etwa 2 Wochen verlassen, nächste Woche fahren auch ihre Eltern 14 Tage in Urlaub. Somit ist Andrea ganz allein, zum ersten Mal seit vielen, vielen Jahren.

Ihre Eltern wollten erst den Urlaub abblasen, aber Andrea wollte die Herausforderung annehmen, allein zu sein und sie hat die Zeit alleine sehr gut geschafft und ist stolz auf sich.

Heute (Oktober 2000) geht Andrea wieder aus und hat sich auch neu verliebt, und läßt alte Freundschaften wieder neu aufblühen.

Sie hat zwar hin und wieder noch eine Panikattacke, aber sie kann bewußt damit umgehen (z.B. weil sie weiß wodurch sie entstehen und daß sie wieder vorbei gehen). Sie kann auch bewußt die Verbindung ihrer körperlichen Beschwerden mit ihrer Psyche wahrnehmen und entsprechend handeln.