

Synergetik-Berufsausbildung : Ausführung einer Synergetik-Sitzung mit Kommentar

Synergetiksitzung mit S., einer befreundeten Kollegin, die auch daran interessiert ist, die Methode kennenzulernen.

Vorgespräch:

Die Kl. hat den Eindruck, dass sie sich in einem neuen Lebensabschnitt befindet (64 Jahre alt) und dass Neues auf sie zukommt. Dieses Gefühl begleitet sie schon einige Wochen und sie möchte in der Sitzung diesem gefühlten „Neuen“ näher kommen, vielleicht herausfinden mit was es etwas zu tun hat. Ihre Einstellung zur Sitzung ist positive Aufregung und Freude, etwas über sich zu erfahren.

Einstiegsmotiv Treppe, Flur und Türen.

Entspannungstext wird bei tiefenentspannender Musik vorgelesen.

Th: Wo befindest Du Dich, kannst Du schon etwas sehen...

Kl: Ich bin auf der ersten Stufe und links ist so ein Geländer, wie ein Seil zum Anhalten. Komischerweise links. Da war ein großes Zögern, weil die Treppe wendet so rum und geht auch rechts hoch und ich wollte viel lieber das rechte hochgehen. Also ich sah erst die Treppe nach oben, bezogen mit rotem Samt und erst auf Deine Worte hin sah ich, dass die Treppe auch nach links unten geht und da ist das rot dunkler. Da hab ich aber links, es ist kein Geländer, es ist ein rotes Seil und da kann ich gut runtergehen und die wendet so da rum.

Th: Das klingt so, als könntest Du entscheiden, ob Du nach oben oder nach unten gehen willst?

Die Kl. wirkt vorsichtig und zögerlich, durch das korrekte Spiegeln der Situation, möchte ich ihr die Entscheidung offen halten, als auch verdeutlichen.

Kl: Ja es war erst sehr attraktiv nach oben zu gehen, aber jetzt (zögert) bin ich doch schon dabei ganz langsam nach unten zu gehen. Weil ich kann noch nicht um die Biegung gucken, ich geh jetzt einfach nach unten. Natürlich wäre mein erster Impuls gewesen rechts oben ins Licht zu gehen, ja sehr verführerisch für mich und links unten ist es sehr dunkel aber auch sehr spannend.also es ist nicht wie ein Keller. Es ist eher, es sind noch dunklere Räume. Jetzt bin ich auf der Mitte der Treppe, die wendet sich jetzt nach rechts da seh ich nicht so genau was da ist. Es ist angenehm, dass ich links das Geländer habe...

Es ist mir fast so als schleiche ich die Treppe herunter und ich habe irgendwie weiche Schuhe an, es ist etwas weiches..

Th: Ist das auch so Deine Stimmung, du schleichst die Treppe herunter

Ich verstärke die emotionale Ebene

Kl: Ja komisch es ist ein ganz anderes Gefühl, wie wenn ich gedacht habe ich geh da rechts hoch, also da wars offen, frei, forsch und wenn ich darunter geh, darf ich erst mal schleichend mich bewegen, also vorsichtig langsam.

Th: Ja dann tu das mal, vorsichtig, langsam schleichend da runter gehen.

Kl: Ja das tu ich jetzt, Fuß vor Fuß, es ist so als horch ich, ob ich nicht doch was höre

Th: Und hörst Du was?

Kl: Nee, jetzt kommt mir der Satz „sound of silent“, also das Geräusch der Stille....

Th: Und kannst Du schauen, ob Du von hier aus schon etwas da unten erkennen kannst, oder ob du weiter herunterlaufen willst?

Y-Fragen, damit sie selbst entscheiden kann, gleichzeitig, will ich sie im Bild halten

Kl: Ich geh langsam weiter runter es ist doch ein Stückchen länger als ich dachte. Und es scheint mir jetzt aber die Treppe zu enden und ich stehe am Anfang eines Ganges, der nach rechts führt, ja da ist nur ein Gang

Th: Wie sieht der Gang aus

Kl: Dunkel

Th: Willst Du mal Licht anmachen, guck mal da ist rechts so ein Lichtschalter.

Kl: zögert Th: Oder ist es okay so mit dem Dunkeln

Ich zeige ihr Möglichkeiten auf, das Bild zu verändern auf, lasse es aber durch die Y-Frage offen, so kann sie es deutlicher für sich entscheiden.

Kl: (Verwundert) Es ist komischerweise okay, obwohl ich doch sonst so auf Licht stehe, es ist für mich okay, weil doch vielleicht was heimliches dabei ist, ich weiß es noch nicht

Th: Mmm

Kl: Jetzt merke ich, dass da seidige Tapeten sind. Also das Seil ist weg, ich geh paar Schritte vor und da spür ich so, also komischerweise immer links, jetzt seh ich besser es ist einfach wie so dunkelrot, Seidentapeten, plüschsamtiger Teppichboden. Also das kenn ich so nicht

Th: Wie gefällt es Dir, wie ist es

Versuch von der beschreibenden Ebene auf die Gefühlsebene zu kommen

Kl: Bisschen wie im Märchen, märchenhaft vielleicht wie unten in einem Schloß

Th: Willst Du es dem Gang mal sagen, du bist so märchenhaft oder so

Ich fordere sie zur direkten Ansprache auf, um sie noch mehr ins unmittelbare Erleben zu bringen

Kl: Ja Du bist für mich so wie in einem Märchen, so als führst Du zu den Frauengemächern Jetzt muß ich selber lachen, ich sag schon, was mir einfällt...dunkelroter Gang und jetzt das Licht anmachen ich vermute es sind so Lüster..aber, das will ich jetzt eigentlich nicht, vielleicht wäre es schön, wenn jemand Kerzen anzünden würde...ja das ist kein Gang für elektrisches Licht

Th: Dann schau mal, ob jemand kommt und Dir Kerzen anzündet?

Ich greife den letzten Impuls auf, den Wunsch es sollte jemand kommen.

Kl: Lacht „Husch,husch Gesinde“

Th: Ja genau schau, ob es geht *Bestätigung, Unterstützung*

Kl: Ja da kommt schon jemand angehoppelt mit einem Armleuchter, der wird da aufgehängt an der Wand, der Leuchter das geht, da ist so eine Eisenschlaufe.. ist ja interessant...

Ja jetzt sehe ich, dass der Gang noch viel schöner ist (beschreibt die Tapeten)

Th: Ist der Bedienstete wieder weg? *Diese Frage dient meiner eigenen Orientierung, damit auch ich wieder „im Bilde“ bin.*

Kl: Ja, der hat gebuckelt, das Licht hin und ab.

Th: Das heißt du bist da wieder ganz alleine in diesem wunderschönen Gang. (*eigene Orientierung*)

Kl: Ja und das ist auch schön, es ist ein recht breiter Gang und da sind vorne 3 Türen

Th: Ah ja, Kl: Eine in der Mitte eine links, eine rechts, und es sind große Türen, alle 3 sind doppeltürige Flügeltüren

Th: Guck mal welche der Türen dich so anzieht gerade.

Es ist wichtig, dass der Kl. wieder selbst entscheidet, selbst wählt, Handlungskompetenz im Kleinen wird geübt, gleichzeitig werden die Bilder deutlicher.

- Kl: Die Mittlere.

Th: Dann geh doch mal zur mittleren Tür, stell dich mal davor, schau mal ob Du sie erst noch mal genau angucken willst...

Fokussierung

Kl: Ja da ist jetzt wieder das Zögerliche ich schau sie mir an und denk mh links und rechts sind ja auch noch Türen ... trotzdem ist es so als ob die mittlere Tür mich irgendwie lockt.

Th: Ist das so wie, die mittlere Tür ist die erste, die anderen will ich aber auch noch kennenlernen.

Die Entscheidungszögerlichkeit ist jetzt bereits das dritte Mal aufgetreten, bei einer Klientin, die mit dem Verfahren vertraut ist, könnte man bereits hier evtl. in die Biographie tiefen. Bei einer ersten Sitzung, geht es mir darum Vertrauen in die eigenen Bilder, in die Methode und in den Therapeuten zu entwickeln. Daher eher stützende, spiegelnde, ermutigende Interventionen.

Kl: Ja so vielleicht, jetzt steh ich genau davor (sie beschreibt die Tür)

Th: Steht irgendetwas auf der Tür.

Kl: Nein,

Th: Schau mal, ob Du dich jetzt entscheiden kannst die Tür zu öffnen.

Kl: Ja. Th: Dann mach sie mal auf

Kl: Dies Klinke geht relativ schwer und es ist so als knarrt die Tür ein bisschen.

(Türknaarren wird eingespielt). ja. lacht. Zu meiner Überraschung ist es jetzt hell, meine Erwartung war, es ist dunkel und jetzt ist es so hell, das berührt mich jetzt sehr (weint)

Der Logik her kann es gar nicht sein, weil ja links und rechts noch etwas ist, aber es sind wie überall herum Fenster

Th: Ach ja. Schön. *Da die Klientin jetzt sehr berührt ist, das erste Mal auch wirklich überrascht von ihrem Bild aus der Innenwelt, gehe ich in meinen Interventionen vorwiegend stützend mit und gebe ihr Raum, sich mit ihren Bildern vertraut zu machen.*

KL: Ja das berührt mich sehr, also ich kann sehen, dass überall rings rum von den Fenstern geht's in ein anderes Stück Park oder Garten, also es ist ebenerdig wohl, Bäume, Sträucher, Blumen, grün, hell..es ist ganz schön, Sonnenlicht..

Th: Du guckst jetzt schon aus den Fenstern heraus ?

Kl: Nein, ich steh einfach gleich hinter der Tür, ich hab sie noch gar nicht zu gemacht

Th: Und du kannst von da aus das alles schon sehen

Kl: Ja, alles ist so wie Panorama hell, Luft, leicht grün.. ich steh da einfach wie gebannt, weil das so schön ist nach so einem dunklen darunter gehen, plötzlich braucht man gar niemanden mehr rufen, der Licht macht, es ist einfach Licht und das berührt mich, meine Augen sind auch feucht. Es ist einfach schön.

Th: Ja willst Du es einfach ein bisschen genießen

Ich weiß, dass die Kl. seit längerer Zeit fast blind ist, und dieses " Licht sehen " von daher eine eigene Qualität hat.

Kl: Ja ich genieße es und was mich auch so schön anmutet ist ein schöner heller Holzboden, also der ist aus irgendeinem Grunde sehr wichtig.

Th: Willst Du es ihm mal sagen, dem Holzboden *Direkte Rede, um wieder mehr in Kontakt zu gehen*

Kl: Ja Du bist so schön, honigfarben, hell mit gold und sehr wichtig, sehr wichtig..

Th: Gibt's eine Reaktion vom Boden oder weißt du was da so wichtig ist?

Kl: Es ist fast so als schwingt er so ganz leise zur Antwort so wie mmm,mmm (singt)

Th: Gibt's noch was in dem Raum, da ist der Holzboden, die wunderschönen Fenster

Kl: Ja, eigentlich nicht, das ist auch merkwürdig, es ist ein sehr hoher Raum, weiße Wand mit Stuck, aber nicht aufdringlich ganz schlicht, und die Fensterrahmen sind auch weiß, es ist

einfach ein Fenster neben dem anderen und dazwischen ein bisschen Wand, es entsteht der Eindruck von einem weltlichen Dom oder so, wahnsinn...

Th: Ja schau mal, was willst Du jetzt machen, du könntest zum Beispiel fragen, was der Raum für Dich zu bedeuten hat, kannst auch zu den Fenstern gehen, was ist so Dein Impuls?..

Kannst auch noch eine Weile das genießen. *Ich mache ihr mehrere Angebote, auch weil ich mir mit dem Tempo unsicher bin. Sie scheint es zu brauchen lange in den Bildern zu verweilen.*

Kl: Mein Impuls ist einige Schritte zu gehen und mich in die Mitte des Raumes zu setzen, so im Schneidersitz und einfach da mal zu sein

Th: Ja, kannst Du`s machen einfach so sitzen?

Kl: Ja das ist ganz toll da zu sitzen, es ist ja auch warm und es ist ja mmh, wie soll ich das sagen, es ist angenehm da innen zu sein und trotzdem ist da das außen

Th: Willst Du`s mal dem Raum direkt sagen

Kl: Ja es ist sehr angenehm in Dir zu sein und zu spüren und zu sehen es gibt dieses Außen das Schöne,... ja es ist so als sitze ich in dem Raum und mitten in der Natur. Also gar nicht eingesperrt, wie ein Raum, ganz ein offenes. Vögel zwitschern draußen, sonst ist es stille (*Ich blende Vogelzwitschern ein, um den Eindruck sinnlich zu vertiefen.*)

Kl: Tja, es ist so als könnte ich da ewig sein, ganz in dem Raum und Vogelgezwitscher...

Th: Ja Du kannst da so lange bleiben, wie Du möchtest....was kannst Du da in Deinem Körper spüren, wenn du so in diesem Raum bist. *Wechsel auf die Körper- und Gefühlsebene, um weiter an der inneren Struktur zu bleiben.*

Kl: Es ist eine Art Zufriedenheit, die mich berührt (Tränen in der Stimme), so eine Stille mit ein bisschen Natur. Ha das liebe ich, ich lieb die Natur (laut und heftig), es ist wirklich, es ist eine ganz große Liebe, wie eine Liebesbeziehung (weint)

Th: Ja, willst Du`s der Natur mal sagen *Anleitung zum Dialog mit dem inneren Bild, dadurch wird das unmittelbare Erleben energetischer, unmittelbarer.*

Kl: Ich liebe dich, ich liebe dich und ich brauch dich Natur, mit deiner Stille, ich brauch es hier zu sitzen und ich brauch es dich zu spüren, ich brauchs ganz arg sehr, ich bin ein Teil, ich gehör daher, atmet heftig aus mehrere Male

Th: Gibt es denn da Redaktionen, wenn Du sie so ansprichst

Kl: Lacht es ist als ob sie lächelt und einfach da ist. Und dann denk ich, ja das ist jetzt meine letzte große Liebe.

Th: Willst du ihr das auch noch direkt sagen *Wieder direkte Ansprache im Hier und Jetzt*

Kl: Du bist jetzt meine letzte große Liebe, das weiß ich...jetzt ist komisch, jetzt spür ich, dass mein Mann bei mir ist, der das versteht, der es wirklich !!! versteht. Der macht nicht viel Worte, ich kann mich da so anlehnen. Das ist schön, das ist ganz schön, der gehört dann schon auch dazu. Er muß nicht andauernd da sein, aber jemand der das spürt und mir... also mitträgt, vielleicht völlig anders empfindet, aber(lacht) das irgendwie gut findet, wie ich da diese Natur liebe, also überhaupt nicht eifersüchtig, ja toll so ist es. Ich spüre das so im Rücken Er sitzt hinter mir oder steht hinter mir und ich habe diese Weite vor mir und aaach ja

Th: Und Dein Mann ist an deinem Rücken... willst Du ihn mal ansprechen

Kl: Ja, du bist da schön hinter meinem Rücken, bist so schön fest hinter mir, ja also du stützt mich da, du erlaubst mir auch, mich dieser Liebe zu öffnen. Das ist völlig normal so, ganz normal

Th: Gibt's ne Antwort für dich oder eine Reaktion.

Kl: Ja er sagt, ja so ist es

Th: Er empfindet es also auch so.

Kl: Offenbar ja – aber es ist so, als müsste ich ihn immer körperlich spüren, um das zu wissen.

Es ist jetzt so als könnten wir jetzt auch Hand in Hand einmal rum gehen. Also ich will da jetzt eigentlich nicht mehr allein sein (Th. Ja..) will mit ihm an der Hand an die Fenster treten

Th: Ja gut, schau einfach mal ob's geht.

Kl: Es ist alles so merkwürdig, als gehört es sich so, so ist es

Th: Ja Kl: Und wir gehen erst nach links, gucken da raus und dann gehen wir, die Bewegung ist schon da so rum einfach

Th: Schau mal sind das denn Deine Räume oder Eure Räume, wem gehören denn die Räume
Ich versuche den Hintergrund der Bilder anzusprechen, die Bedeutung.

Kl: Ja also, es ist noch ein bisschen fremd, es ist wie was Neues, was uns noch nicht ganz gehört.

Th: Als würdet ihr euch das jetzt das erste Mal anschauen ?

Kl: Ja, aber es ist sonst niemand dabei – als könnten wir das so mal auf uns wirken lassen

Th: Ist das so, es ist wirklich für euch beide da

Kl: Ja das kann ich teilen, es ist für uns beide da – es ist sehr friedlich da, es ist immer noch leer und es ist so als braucht man nicht viel ... ja der schöne Fußboden, die Natur, die Fenster Die Hand – jetzt hab ich ihn rechts in der rechten Hand. Ich bin links näher an den Fenstern und er ist rechts neben mir, dass ich so rausgucke und er mehr nach innen ist. Und es ist so wie ein Schreiten, weil der Boden etwas schwingt, dieses Holz ... ja es ist schon irre....

Th: Schweigt

Kl: Ja ich hab ganz verrückte Impulse, so ihn an beide Hände zu nehmen und im Kreis zu tanzen...so wie Kinder oh wie schön ist es da zu sein, so irgendwas sehr kindisch kindliches. Mehr kindliches, sich freuen.

Th: Ja machs doch mal –Kl: Nö, lacht ich will mich an dem Bild freuen

Th: Ja, das ist ja mit den inneren Bildern so, dass du's auch machen kannst

Kl: Ich weiß, ich möchte..ich bin sehr kontemplativ gerade.. ich spüre im Körper als ist es da, es ist jetzt aber nicht mein Anliegen. Weil ich ja nicht wirklich mit ihm da bin und nicht wirklich kindlich bin

Th. Ich meine Du könntest ihm im Bild an beiden Händen fassen.

Kl: Ja das habe ich schon, ich bin schon mit ihm herumgehoppst...es ging halt wahnsinnsschnell und dann war's schon wieder gut ..lacht *Mein Versuch, den Impuls noch mehr herauszuarbeiten, wird abgelehnt, das ist in Ordnung, die Kl. hat die Regie.*

Th: Ah ja,...Kl: Jetzt bin ich wieder am Fenster mit ihm und ich steh wieder an ihm mit dem Rücken, im Rückenstütze quasi, das ist toll. ...Das ist mir neu, dieses Anlehnbedürfnis zu spüren. Also ganz körperlich spüre ich das auf der ganzen Rückseite.

Hier hätte ich sie gut in Kontakt mit ihrem Mann bringen können, ich weiß nicht, weshalb mir die Idee nicht kam. Stattdessen hab ich sie mehr in den Kontakt zu ihrem Gefühl gebracht.

Th: Ja spür das einfach mal diese Stütze im Rücken, diese Aussicht nach vorne

Kl: Ja das ist toll, ja jetzt vermiss ich eine Tür in den Garten, die ist aber nicht in dem Raum, der Raum hat nur Fenster zu Garten.

Th: Ist das so ein Impuls rauszugehen, so als hätte sich der Raum Dir jetzt erschlossen und Du willst weiter nach draußen ? *Widerspiegeln des Inhalts und Fördern von Weiterbildung*

Kl:Ja..

Th: Du könntest jetzt gucken, ob mit dem Raum soweit alles klar ist, ob Du genug gesehen hast und wieder rausgehen und einer der anderen Türen angucken, du kannst aber auch eine Tür in Deinen Raum machen.*Y Frage, um eigene Entscheidung zu fördern*

Kl: Das hab ich schon überlegt, ob ich da noch eine Gartentür reinmache oder so, aber das passt nicht, der Raum ist vollkommen, so wie ich ihn sehe. Ich gehe wieder zur Tür raus und Wende mich nach rechts.

Th: Das heißt Du verlässt den Raum wieder und machst die Tür zu..

Kl: Ich laß die Tür auf ! ... die rechte Tür, die ich jetzt seh, da ist es etwas zögerlich
Da es die erste Sitzung ist, gebe ich ihr eine haltende Struktur, um auch die 2. Tür öffnen zu können. Es wäre auch die Möglichkeit das Zögerliche aufzugreifen.

Th: Dann stell dich doch auch wieder davor, schau sie erst mal an und schau mal, wie erscheint sie dir denn *.Durch das Beschreiben wird das Bild deutlicher und damit auch das Zutrauen in die inneren Bilder.*

Kl: Sie ist dunkler, schon auch Kirschholz aber dunkler und hat keine Intarsien. Ich höre da Gemurmel drin.

Th: Steht irgendetwas auf der Tür ?

Kl: Nee, aber ja ich weiß jetzt, ich weiß, was das Zögern ist, ich überleg ob ich klopfen soll, wenn ich da reingeh....

Th: Ja schau mal, willst Du klopfen vorher ?

Kl: Ja ich hab den Horst dabei.

Th: Ah ja, kannst ihn ja mal fragen, vielleicht kennt er sich aus mit dieser Tür. *Begleiter kann als Ressource genutzt werden.*

Kl: Ja ich sag schon mal, wolln wir da jetzt klopfen, ja sagt er und dann klopf ich

Th: Gut / und klopft) Kl: Jetzt wird's still drin. Komisch ...

Th: Willst du einfach aufmachen ?

Kl: Ja , vorsichtig halt,

Th: Ja

Kl: Ich schieb mich da so vorsichtig durch die Tür rein, ich guck so rein und es ist dämmriger.

Th: Kannst Du was erkennen ?

Kl: Ja ich streng mich an ich zieh den Horst so ein bisschen hinter mir her, so als geht man die Tür zu zweit rein, es ist wie ein altes Esszimmer, ah ja da ist nur ein Fenster, wo ein Nussbaum davor steht, der es dämmrig macht, da seh ich nicht gut.

Th: Wie ist es für dich da nicht so gut zu sehen

Kl: Ja das ist mir natürlich vertraut aber nicht, nicht wirklich unangenehm....ich hab so den Impuls zu fragen, ist da wer.

Th: Ja ok.fraqs. *Immer wieder ermutigen in den direkten Kontakt zu gehen.*

Kl: Ja da kichern welche, da sitzen welche, da ist so ein Tisch, so'n großer und dunkle Esszimmermöbel und dunkler Tisch und da sitzen welche.

Th. Willst du mal näher hingehen und gucken, wer da sitzt. *Durch das näher gehen, wird die Struktur deutlicher und konkreter.*

Kl: Ja, ich bin noch etwas schüchtern, ich kenn die nicht

Th: ..fremde Leute?

Kl: Fremde Leute, die unterhalten sich, Wirtshaus denk ich ,ja ich weiß, die sitzen einfach da, die gehören hier hin, es ist so eingerichtet wie eine Wirtshausstube, genau darum auch altes Esszimmer und die sind am Trinken, Essen seh ich da grad nicht, ja und da hab ich den Impuls zu fragen, kann ich mich daher setzen (sie lacht fröhlich) und da zieh ich so den Horst daher und da gibt es so eine Sitzbank.

Th: Und wie reagieren die...

Kl: Ja die sagen Grüß Gott (fränkisch)

Th. Aha das heißt die sind aus Franken ? *Ich weiß, dass die Kl. in Franken aufgewachsen ist.*

Kl: Die sind aus Franken, oder die sind in Franken, nehmt a weng Platz.

Th: Wie ist das, ist das eine freundliche Stimmung oder...

Kl: Ja,ja so natürlich, normal, so das gehört fei so so ist es

Th: Das man sich einfach dazusetzt,

Kl: ja, ein Brotkorb steht auf dem Tisch, da ist ein Kachelofen in dem Raum der ist nicht an, wahrscheinlich ist es warm genug, aber es ist schön da,Stube..

Th: Schau mal Wie's Dir da geht mit diesen Leuten am Tisch in dieser Stube. *Einbeziehen der Gefühlsebene*

Kl: Jas das merkwürdige ist, ich mag da sitzen mit meinem Horst, aber ich hab keine Lust mit denen zu reden.

Th: Sag Ihnen das mal.

Kl: Das ist ungewöhnlich, ja ich mag jetzt nur hier sitzen, vielleicht ein bisschen zuhören, aber ich mag mich jetzt nicht unterhalten....Die lachen, aber nicht wie auslachen, so als geht das auch, also ist vielleicht normal.. oder seltsam

Th: So ein gutmütiges Lachen...

Kl.: ja,ja genau das ist die Bezeichnung, so ein gutmütiges Lachen.

Th: Wie ist das für dich...

Kl: Das ist gut, da sitzt man halt so da, ja

Th: Und muß sich nicht unterhalten

Kl: Muß sich nicht unterhalten ..lacht... ist natürlich ungewöhnlich ja ja aber es hat was und der Horst ist ja auch froh, wenn er sich nicht unterhalten braucht. Da sitzen wir da, wir altes Paar, hören ein bisschen zu, gucken zu dem Nussbaum raus, ja, seltsam..

Th: Und du hast gesagt, du willst lieber zuhören, gib'ts denn da was zu hören, wenn du da zuhörst...um was geht's denn bei denen...*Versuch, den Energiefluß zu halten, damit sich die Geschichte weiterentwickeln kann, den letzten Impuls des Zuhörens habe ich dabei aufgegriffen*

Kl: Das ist auch komisch, es geht um den Herbst, und wo man die Kartoffeln kauft, okay lacht, was der Zentner kostet, die Kartoffeln sind wichtig.

Th: Wie ist das für dich das zu hören? *Wichtig immer wieder, dass die Kl. in direkte Resonanz mit ihren Bildern geht*

Kl: Ja eigenartig, ich bin ja nicht so ein Kartoffelesser, aber es kommt mir so vor wie, daß es wie früher ist, wo es wichtig war, Kartoffeln zu haben im Herbst, Krummbeern...Die Krummbeern muß ma käf..... Ja es ist angenehm (sagt es staunend) da einfach so was normalem zuzuhören. Und wieder fällt mir eine schöne Holzfarbe auf, da sind nämlich die Tische in dem honigfarbenen Holz, wie vorhin in dem anderen Raum der Boden, also ich weiß gar nicht, so Holzfarben sind was tolles....Weißt Du, ich könnt da sitzen und über das Holz streicheln, von dem Tisch, so anziehend find ich das.

Th: Du kannst es ja mal machen und es dem Tisch direkt sagen.

Kl: Ach bist doch ein schöner Tisch, da muß gar nicht viel drauf sein. Ach ist das schön, einfach da sitzen an dem schönen Tisch, bisschen hören, bisschen rausschauen und gut ist –Jetzt hab ich wieder dieses rührende Zufriedenheitsgefühl ...weint....ich glaub ich lieb die einfachen Dinge auch sehr.

So einfach, es braucht nicht viel...

Th: Willst du das den Leuten mal sagen. *Immer wieder in direkten Kontakt bringen.*

Kl: Gell das ist schön da, es ist schön bei euch, da fühl ich mich wohl, das ist wie zu Hause, das ist zu Hause.

Th: Gibt's Reaktionen, wenn du das sagst?

Kl: die lachen wieder so wohlgefällig, so ja, als bräucht man darüber auch nicht zu reden und ich kann erkennen, die sind verschiedenen Alters, die Leute, die sind so von 40 –80, so in der Preisklasse, also nicht ganz so junges Gemüse, aber so miteinander - einfach gut.

Th: Ist da denn jemand, der dich besonders anzieht, der oder die dich besonders interessiert. *Versuch noch näher in den Kontakt zu gehen, um die Struktur weiter zu differenzieren.*

Kl: Ja da sitzt mir gegenüber so eine Frau um die 40, die hat so ein besonders nettes Lachen, die sieht so ein bisschen aus, wie meine Freundin Sigrid früher. Da war sie noch bisschen molliger so lebenslustig, ja die hat so ein Lachen gehabt, meine Freundin.

- 8 -

Th: Ja jetzt wäre die Möglichkeit die Freundin Sigrid dazuzuholen, kannst aber auch bei der Frau bleiben, die da jetzt vor Dir sitzt. *Y Frage, damit die Entscheidung bei der Kl. bleibt, in einer späteren Sitzung, hätte ich direkt die Freundin auftauchen lassen. Da es die erste Sitzung dieser Kl. ist, bin ich eher vorsichtig*

Kl: Bei meiner Freundin S. fällt mir ein, dass ich sie anrufen möchte, weil sie war das letzte Mal so depressiv.

Th: Ja willst Du sie einfach mal dazuholen.

Kl: Mir fällt ein, dass ich sie in das Bild jetzt nicht holen möchte, das ist mir zu patientig, ich wollte mit den einfachen Leuten sitzen und diese Frau da drüben ist schon auch anders, das ist eine Frau die ich noch treffen will.

Th: Ja, sag ihr das mal.

Kl: Du bist eine Frau, die ich noch treffen will, etwas jünger als ich und so dieses völlig normale und offene Lachen und da sein, das kenne ich schon aus meinem Leben und das brauche ich .und das gehört für mich zu so einer Einfachheit.

Th: Ja wie reagiert sie denn, wenn du ihr das sagst.

Kl: Sie schaut mich an und es ist als gehe ich ein Stück zurück, als hätte ich zuviel gesagt, ich bin ja, so als bin ich schüchtern und hätte mich weit vorgewagt oder so und des ist auch was, was ich aus Franken kenne, dass es länger dauert bis eine gewisse Offenheit da ist, als hätte ich zu schnell zu viel gesagt, und da ist es passiert, dass der Abstand größer geworden ist. Und das ist auch okay. Also Ich hab den Impuls auch aus dieser Stube zu gehen, ich weiß die gibt's und ich kann immer hin, so was ist da jetzt. Ich hab gesagt, ich mag die Treffen – ja eigentlich möchte ich mehr von dir wissen, aber es muß nicht jetzt sein, wenn sie auch so ein bisschen zurückweicht

Th: Schau mal Du kannst gehen, du könntest aber auch mit ihr weiterarbeiten, ja das ist ja jetzt auch ein Ausdruck von Scheuheit, der bei Euch beiden ist...

Das schnelle Weggehen wollen, erschien mir wie eine Flucht und ich will mit der Intervention eine Verlangsamung hineinbringen und ihr anbieten dranzubleiben.

Kl: unterbricht.. ja, ich könnte sie noch fragen, woher kenn ich dich denn, also ich hab auch das Gefühl sie duzen zu wollen..

Woher kenn ich dich denn, ich kenn dich doch woher

Th: Ja, wie nimmt sie's auf, wenn du so fragst.

Kl: Nachdenklich, also sie hat es aufgenommen – es ist nicht mehr so als blitz ich da ab, sondern...das war früher sagt sie, das war früher

Th: Weißt du was sie damit meint

Kl: Nee, es ist so wie ein Rätsel, ich..es ist so als streng ich mich jetzt an zu erinnern, aber es steigt nicht so auf.

Th: Dann laß dir von ihr doch mal zeigen, was das“früher“ bedeutet

Ich versuche die Ressource des Anteils zu aktivieren und will verhindern, dass die Kl. ins Denken kommt.

Kl: Was war früher, wo war das? In einem Mai, sagt sie

Th: Frag sie mal ob sie dir die Szene zeigen kann in diesem Mai.

Kl: Lacht, das ist wie so eine Vertrautheit unter Freundinnen,

Th: Sags ihr ruhig direkt.

Kl: Du bist mir so vertraut, wie eine Freundin von früher, wo wir versucht haben abends möglichst länger draußen bleiben zu können, wo es schon warm war und länger hell, und nicht so früh nach Hause, so wie in der Jugend, und da so gerne draußen rum g'streunt ist. Ja, du bist wie eine dieser Freundinnen, wir waren ja immer zu viert und das ist jetzt so ein Gefühl wie Abschied (weint) ja das war mal und diese Unbefangenheit ist jetzt nicht mehr

- 9-

ganz so da. Also die Frau ist da, mir zu zeigen, so ist es nicht mehr, es gibt andere schöne Freundschaften, aber diese Art Unbefangenheit, einfach so miteinander dazusein und zu lachen und so ist nicht mehr, so ist es nicht mehr. Die Frau sie war jetzt so ein Symbol dafür

Th: Willst Du dir mal zeigen lassen, wann diese Unbefangenheit abhanden gekommen ist, was da passiert ist, dass du die nicht mehr haben kannst?

Angebot auf die biographische Ebene zu wechseln.

Kl: Hä, das ist bisschen verrückt, weil ich denke, ich kann die haben, aber ich finde die dann im Aussen nicht, so, wie ich es brauche, damals habe ich das gefunden im Aussen, so war das und das ist ein Symbol für was, was nur ganz schwer noch zu haben ist, also es ist so als kommts aus mir und ich öffne was und die Korrespondenz ist nicht mehr so da, beim andern. (schnieft..) und das ist ein bisschen traurig.- Das ist wie ein Abschied von was, also als verhalte ich mich fast ein bisschen daneben, wenn ich zu schnell, zu spontan zu unbefangen oder so was. Ja, also das ist komisch, also es lässt mich dann auch zögern.

Th: So wie du auch vorhin zurückgegangen bist.

Kl: Ja ich merk das auch jetzt, ich denk Vorsicht, also ich hab, ich kann diese Spontaneität spüren und dann werde ich vorsichtig

Th.: So als dürftest Du die nicht mehr leben, diese Unbefangenheit und Spontaneität,
An dieser Stelle hätte ich die Spontaneität auftauchen lassen können, ist mir leider nicht eingefallen – auch ich war ja vorsichtig mit der Klientin

Kl: Ja so was

Th: Ja wir könnten trotzdem gucken wann das passiert ist, daß du so vorsichtig geworden bist und das nicht mehr gelebt hast – wir können auch gucken, was du brauchst, um das wieder leben zu können.

Y-Angebot, um zu schauen, ob sie bereit ist in die biographische Arbeit zu gehen, oder eher auf der Mentalebene bleiben will.

Kl: Ja ich glaube das ist es, ich brauch da was, um das unbefangener erleben zu können. Also ich kenne das ja, z.Bsp. aus Basel

Th: So als ob du was brauchst, wieder unbefangener zu sein

Kl: Ja das ist, es macht mich fast ungeduldig, dass ich da, dass mir da was abhanden gekommen ist. Das ist komisch Pause

Th: Ja laß dir doch mal Zeit, vielleicht kann dir ja die Frau gegenüber, die scheint ja auch etwas damit zu tun zu haben, dir mal zeigen, wo dir das abhanden gekommen ist- oder vielleicht kann sie dir es sagen. *Versuch die Ressource dieses Anteils zu aktivieren und wieder in die Interaktion zu kommen.*

Kl: also ich frag die mal ganz vorsichtig: Wie ist das, kann das sein, dass man so was nicht mehr so hat, (lacht) und da sagt sie, mach dir nicht soviel Gedanken. Okay also vielleicht ist das dann in mir, dass ich mir soviel Gedanken mache...

Th: Frag sie weiter *Ich will sie in der Konfrontation halten.*

Kl: Kann das sein, dass ich mir zuviel Gedanken mache?

Sie sagt:“Du grübelst schon manchmal viel jetzt.

Th: Aha jetzt...

Kl: Ja jetzt, seltsam, das kann ich schlecht annehmen, weil ich bin immer mal wieder ein Grübler.

Th: Ja dann sags ihr doch

Kl: Ja das jetzt weiß ich nicht, ich hab immer in meinem Leben immer wieder mal die grüblerischen Seiten auch gehabt, wo ich viel denk, also das ist jetzt so, als nimmt sie mich nicht ernst und sagt Obladi, oblada.. was ja Unsinn ist.

Th: Wie ist es für Dich, dass sie so antwortet?

Kl: Bissel ärgerlich aber nicht schlimm, bissel so wie Pfff gutmütiger Spott okay, ja, ja aber da ist was

Th: Ja spür mal was da ist.

Kl: Da ist was, wo ich gucke wie in den Spiegel bei ihr, wenn sie das so sagt, als ähhh ist da irgendwas zu ernsthaft, dann manchmal wo es nicht nötig ist –

Th: Ja..

Kl: das fühlt sich jetzt ausgeglichener an, also bin ich nicht mehr traurig, da gluckert mein Magen, da ist irgendetwas was mich angerührt hat, da ..an der Stelle ist es dann, wo ich mich wieder in den Raum mit dem Garten zurücksehne, wo die Stille ist (lacht) also es ist so, als müsste ich mich da immer wieder zurückziehen, als scheu ich da was

Th: Was scheust du im Moment *Ich betone das hier und jetzt, um die Klärung in Gang zu halten.*

Kl: Ich scheu im Moment da mich, vielleicht mich nicht auseinanderzusetzen. So was ja als ist mir das zuviel, ja ist mir zuviel. Das ist komisch.

Th: So als stünde jetzt eine Auseinandersetzung an und du bist dir nicht sicher, ob dir es zuviel ist, ob du die führen willst oder ob du eher zurückscheust. *Ich möchte diesen Punkt ganz ins Bewusstsein heben, damit die Kl. sich bewusst entscheidet.*

Kl: Ich hab eher das Gefühl, my hobili, so weißt du und jo also das ist ganz merkwürdig, ich seh'n mich da schon auch wieder nach so etwas freundlich, spontanem, unverbindlichen aber nicht, wenn ich darum kämpfen muß oder so, ja..da bin ich mir selbst genug, das ist ne ganz komische Situation, also ich will der nichts böses

Th: Sags ihr doch mal direkt !

Kl: Ich will dir nichts böses ich wollte einfach da sitzen und mit Ihnen freundlich sein und unbefangen aber ich habe keine Lust auf Diskussionen oder Schwierigkeiten, so als ob die Zeit da zu kurz dafür ist, die wir da jetzt in der schönen Stube sitzen. Es müsste so automatisch geschehen.

Von allein, von alleine wie früher – aber es stimmt ja nicht, früher war es auch nicht so.

Das kommt mir auch schon grad, es ist so wie ne Nostalgie.

Th: Mmmh, ja aber es klingt schon so als gäbs mal ne Zeit, wo es von alleine war und dann wurd's schwieriger, und dann wär das so ein Muster wenns schwieriger wird, dann bin ich lieber alleine. *Deutlich machen des zugrundeliegenden Musters, ich will sie auch in der Konfrontation halten.*

Kl: Ja, das Muster war auch früher, ich war ja viel alleine und das hab ich schon auch drauf, ja, das stimmt.

Th: Jetzt schau mal, ob du's erforschen willst, ob du noch mal gucken willst, wo Dir das verloren gegangen ist das Spontane.

Kl.: In der Situation in der Kammer ist es mir verloren gegangen...

Th: Ich meine auch in deinem Leben *Nochmaliges Angebot auf die biographische Ebene zu gehen.*

Kl: in meinem Leben ist es mir nur manchmal verloren gegangen, aber ich find die Situation nicht, es gibt Situationen, da ist es da

Th: Ja

Kl.: Also es könnte sein, daß es mir z.Bsp. jetzt in der Situation so mit meinen Kindern verloren gegangen ist. *Sie geht nicht auf das Angebot ein, wechselt aber doch die Ebene und findet Parallelen in ihrem jetzigen Alltag. Ich begleite sie darin weiter, ohne zu insisitieren.*

Th: mm,

Kl: Da ist noch mal so eine Veränderung, als nabeln wir uns noch mal voneinander ab, wo so was Leichtes Spontanes nicht mehr so gerade ist, das könnte es sein, das ist irgendwie, das kommt mir gerade.

Th: Ja dann hol doch mal deine Kinder her (*Direkter Kontakt*) in deine Wirtsstube dazu, schau mal, ob die schon aufgetaucht sind.

Kl: Ja, die sind jetzt schon aufgetaucht, die setz ich jetzt so mal gegenüber auf die Bank, neben diese Frau.

Th: Ah ja, vielleicht sagst Du es ihnen mal.

Kl: Ich wünsch mir wieder mehr mich spontan auszutauschen und stückweit wieder unkritischer miteinander umzugehen, ja... genau ich weiß was ich nicht vertrage, ich möchte jetzt nicht rationalisieren, dass die das tun müssen, um, und als Psychologin weiß ich das wohl, um sich ein stückweit von mir wieder ein Stück zu distanzieren, weil sie so nah waren, das will ich jetzt mal nicht

Th: Mmm (*ermutigend, bestätigend*)

Kl: Im Grunde gefällt mir nicht, dass ich mit irgendwas spontanem weniger akzeptiert werde, das sind so kleinere Sachen auch, wie wenn ich eine bestimmte Plastiktüte hole und „nimm doch die“, ja das sind so, das sind so kleinere Beispiele oder wenn ich der Christin mitteile, „was schon wieder umziehen“, sag ich: „Moment, das sind jetzt 13 Jahre, ja, wie oft bist du in den letzten Jahren umgezogen.“

Also ich erleb mich dass ich mich dann wehre, ja und im Grunde würde mir da so eine spielerische Spontaneität da besser tun.

Th: Sowas wie hoppladi, hopplada? *Ich schaffe Verbindung zu dem Anteil – Frau am Tisch-*

Kl: Ja genau (lacht) so genau, weil das hab ich mit allen Kindern gelebt, das ist mit dem Nico nochmal auf eine andere Art abgegrenzt, dass er mich nicht einlädt seine neue Kaffeemaschine zu besuchen, sozusagen, ja weil er sagt, -will er erst aufräumen, er hat keine Zeit. Find ich auch blöd...also als.., wobei er sehr herzlich und freundlich auf der anderen Seite ist, wenn er kommt. Also die nabeln sich ab, können sie ja auch, für mich ist das glaube ich schwierig, dass ich nicht alle drei, das betrifft alle drei gegenüber, einfach spontan sagen kann, des so, weil immer irgendwie, das kommt schon eine Weile so, mach's doch so, mach's doch so, nimm doch des...

Des will ich net, so als müssten die mich erziehen jetzt.

Th: Ja da kommt jetzt auch ein bisschen Ärger, kannst Du den spüren *Einbeziehen des Gefühls und zurückspiegeln, dadurch wird es für die Klientin klarer*

Kl: ja also ich wehr mich dann auch und sag das

Th: Guck mal, was Du Ihnen jetzt sagen willst, die sind ja jetzt auf der Bank auch und hören Dir zu *Ich bringe sie wieder aus dem Erzählen heraus in den direkten Kontakt.*

Kl: ja, lacht also..

Th: Willst du jedem einzelnen was sagen?- machs mal ganz konkret.

Kl: Ganz konkret ärgert mich, wenn ihr mich jetzt nicht so sein lasst, wie ich gerade bin, Ja das ist es und wenn ich das will und das sag, ihr müsst das ja nicht mit mir machen, aber lasst mich so sein wie ich bin

Th: Ja

Kl: Zum Dunnerlütsch lacht, ja genau das ist das direkte spontane.

Th: Schau mal...

Kl: Fühlt sich gut an.

Th: Kommt es an, bei den dreien ?

Kl: Die gucken sich an (lacht) die drei, lacht sehr laut), die sitzen gegenüber und gucken sich so ein bisschen ratlos an, so als hätte ich sie bei irgendwas erwischt.

Th: Ja genau

Kl. (lacht herzlich weiter) ja das ist witzig, ja und das ist schon auch interessant die drei sind ja jetzt auch viel Einheit, ja also ich bin da jetzt auf der anderen Seite der Bank, so da ist der

Tisch zwischen uns und die sind zusammen, sind die Geschwister, das ist eigentlich auch ganz schön.

Th: Ah ja, dann sag ihnen das mal,

Kl: es ist schön, dass ihr Da Euch auch einig seid und so miteinander und dass ich da auch ein Stück ausgeschlossen bin, ja das bin ich. Und das ist nicht wirklich traurig

Th: Traurig ist das mit der Spontaneität. *Ich will sie am Thema halten.*

Kl: Ja, das heißt, da, ja irgendwann gibt's da schon wieder vielleicht...

Th: Schau mal wie es jetzt ist, die gucken sich ratlos an in deinem Bild, ja?..*Weiter in der Konfrontation halten*

Kl: Ja und da sind die unter sich, die reden dann unter sich, da bin ich dann

Th: Aha, heißt das die beratschlagen da gerade wie sie mit dir umgehen wollen oder so ,

Kl: nö, lacht, die gehen zur Tagesordnung über

Th: Wie haben die das denn aufgefasst, dass du ihnen das gesagt hast, kommt da keine Reaktion ?

Kl: Nö,

Th: Ist dir das recht so...? *Konfrontation*

Kl: Nö, ich denk...

Th: Also...

Kl: das heißt ich weiß es nicht, also ich bin da sehr gespalten, ich freu mich, dass die so autonom sind und dass die untereinander sind und gleichzeitig genau, hab ich das Gefühl die hören mich da nicht

Th: Ganz genau, dann mach dich mal hörbar. *Ich bestätige die Wahrnehmung und fordere sie noch mehr in den Kontakt zu gehen, bis zur Grenze zu gehen, denn nur da ist Veränderung möglich.*

Kl: Hört mal, ihr solltet da wirklich mal hinhören, wenn ich was sag,- ja, das tut mir auch gut.

Th: Was passiert ?

Kl: Ja, wir hören dich doch, sagen sie

Th.: Aha,

Kl: Wir hören dich doch, aber wir wollen das so machen, wie wir wollen. Lacht ..Scheiße, ja- bin da immer so hin und her gerissen, weil ich ja weiß, dass das gut ist sich wieder ein bisschen auseinander zu dividieren und gleichzeitig merk ich Hey, aber ich will doch auch da noch was sagen

Th: Ja, sag ihnen das

Kl:(Laut) Ich will aber mehr da auch noch von euch haben. Ja, das fühlt sich gut an, genau das könnte ich aber ruhig noch jedem einzelnen sagen. Genau, ich glaub ich müsst des denen einzeln sagen

Th: Ja, machs mal

Kl: Also Nico, ich will dich besuchen und ich will einen Kaffee von dir gekocht kriegen in deiner neuen Kaffeemaschine, ich will das einfach, gib mir einen Termin und ich komm.

Ja Th: Guck mal, ist er mit einverstanden

Kl: Ja er nickt, dann sag ich, ich ruf dich an, also so direkt muß ich das sagen –okay-

Th: Da geht's...ist in Ordnung? *Zur Verstärkung*

Kl: Ja das ist gut, das ist eigentlich auch ein kleiner legitimer Wunsch, ja

Th: Also das ist jetzt gut für dich, oder gibt's noch was mit dem Nico?

Kl: Ne, des ist gut, das will ich und das ist auch was Deutliches damit kann ich, das ist so was wie ein guter Boden oder ein guter Tisch, lacht...was einfaches handfestes. So jetzt die Antje: Antje ich möchte mit dir öfter mal eine Zeit alleine verbringen, so wie in der Zeit neulich vor ein, zwei Jahren, wo du mich so oft gebraucht hast und wir einfach Arm in Arm durch die

Stadt sind und dann gelacht haben. Ich wünsch mir, dass du dir dafür, für mich dafür etwas Zeit nimmst.. das wünsch ich mir sehr

Th: Und ?

Kl: Ja sie lacht und nickt und sagt ja, machen wir, sobald ich meine nächsten 2 Seminare rum hab...also das deutlich so handfest sagen, ich glaub da können die zwei gut mit

Th: Also das geht bei ihr auch ?

Kl: Die Antje lacht da , ja das muß ja nicht morgen sein, morgen hab ich eh keine Zeit, also ich hab ja auch nicht dauernd Zeit, für so was, aber ich muß ihr das, ja ja das ist es, ich muß ihr das so handfest deutlich sagen, des möchte ich von dir und mit dir machen, ja genau.

Th: Schau noch mal, wie guckt sie da jetzt, wie ist ihre Reaktion, du hast schon gesagt dass sie lacht..

Kl: Sie guckt mir in die Augen,

Th: Ah ja und wie ist der Blick,

Kl: Als freut sie sich, wenn ich das sag, sehr

Th: Ah ja, ja schau dir das ruhig noch mal an, *Vertiefung der Rückkopelung, Aktivierung der Gefühlsebene*

Kl: Das ist schön, sie kann so richtig offen gucken, das ist nämlich toll, das konnte sie schon immer.. es rührt mich auch sehr (leichtes Weinen)

Th: Da ist jetzt eine Verbindung ?

Kl: Da ist eine Verbindung, der Blick, mein Blick in ihrem, ihr Blick in meinem des ist gut.

Th: Ja

Kl: Auch sehr rührend die Antje, meine Antje.

Th: Ja sag ihr das ruhig mal *Wieder direkte Ansprache*

Kl: Du bist meine Antje, ja das kennt sie auch, das nimmt sie auch nicht übel, das kann ich ihr auch so sagen, genau das liegt jetzt auch so an mir das zu sagen. Das könnte sie jetzt auch gesagt haben „Mamma sag mir das doch wenn du mit mir sein möchtest.

Th: Ah ja.

Kl: Genau das könnte sie jetzt sagen (lauter)“Mamma sag mir das doch einfach, sag mir das doch klar und einfach, ich möcht doch was mit dir machen.

Th: Kannst Du’s hören, wie hört sich das für dich an? *Vertiefung der Gefühlsebene*

Kl: Gut, das ist gut (atmet ganz tief) sagt sie dann noch „Mamma hab dich lieb. Sie sagt Mamma und nicht das blöde Tante Mutti. Also klar alles ganz deutlich klar –es ist immer wieder ein bisschen rührig so, ich hör das total gern. Ja das ist jetzt so was, wo sie wieder Mamma sagen kann

Th: Wenn du so klar und deutlich bist

Kl:..Ja,

Th: Kannst du mal gucken was Du das jetzt empfindest, wo fühlst du das jetzt. *Einbeziehung der Körperebene, Verankerung des Körpergefühls*

Kl: So hier im Brustbereich und die Augen sind flüssig ja , ja (spürt)

Th: Wo bist du jetzt? *Ich will wissen, wo sie jetzt in ihrem Bild ist, will ihr signalisieren, dass ich als Begleitung noch präsent bin und sie wieder mit ihrem Prozess in Kontakt bringen*

Kl: Ja ich bin immer noch bei den Worten klar und deutlich.

Th: Willst du jetzt noch was klar und deutlich zu Chr. Sagen? *Da sie drei Kinder hat, ist die Gestalt noch nicht geschlossen, ansonsten wäre ich auf das “ klar und deutlich” eingegangen.*

Kl: Ja das ist schwieriger,

Th: Schau sie doch mal an, nimm Kontakt auf, vielleicht sagst du ihr auch bei dir ist es schwieriger

Kl: Ja, lacht, Chrisitin bei Dir ist es schwieriger, da sag sie: „Ja Mamma ich weiß, ich bin dein schwieriges Kind.“ Ja es ist schwieriger dir klar und deutlich was zu sagen aaach ja (stöhnt) weinerlich)weil Du meinem Herzen am nächsten stehst, das darf man ja so nicht sagen

Th: Hier darfst Du es *Ermutigung alles auszusprechen*

Kl: erleichtert ja, ja stöhnt atmet heftig und tief aus

Th: erlaub Dir das, erlaub dir das ! *Unterstützung des körperlichen Ausdrucks, damit das heftige Atmen im Fluß bleiben kann, die Kl. das Signal bekommt, dass auch das in Ordnung und hilfreich ist. Durch die verstärkte Atmung kommt sie tiefer in ihre Gefühle.*

Kl: Du warst so nah am Tod als Baby, das, sooo ein Wunsch dich am Leben zu haben, Haach es war so furchtbar, soo furchtbar (sehr emotional), wie du so bleich warst und fast gestorben wärst, soo furchtbar..Ich kann dir gar nichts, ich will dir gar nie was böses sagen, nie dir weh tun, Haaach (atmet tief aus) ich wünsch mir so, dass du lebst. Ich glaub so genau hab ich dir das auch noch nie gesagt. Haaach, ich muß ja auch die gerechte Mamma sein, ja das, och

Th: Kann sie's denn hören, hat sie es eben gehört

Kl: Ja

Th: obwohl du's zum ersten Mal gesagt hast

Kl: Ja (immer noch sehr emotional)

Th: Aber wie ist es für sie

Kl: Es ist, als ist es zuviel, als ist es noch zuviel

Th: Frag sie mal direkt, ob es ihr zuviel ist, ob sie mit dem Kopf schüttelt oder nickt, dass du es noch einmal überprüfst *Ich schlage vor, die Rückkoppelung nochmals direkt überprüfen, um sicher zu gehen, ob das Energiebild antwortet, oder ob sich die Kl. das denkt. Auch um den Punkt deutlich herauszuheben*

Kl:(sehr ernst) ist dir das zuviel Chr.?

-sie nickt, lacht sie sagt ich bin noch nicht frei genug von dir.

Th: Ah ja, willst du sie mal fragen, was sie braucht um frei zu werden, also in deinem Inneren wäre es gut sie frei zu machen evtl. *Veränderungsarbeit, die Möglichkeiten der Innenwelt wieder ins Bewusstsein holen*

Kl: Ja, Chr. Was brauchst Du denn, um frei zu sein. –„Ich brauch dass du mich lässt, Mamma“ – Ich laß dich doch –„Ich bin mir nicht sicher, ob du mich lässt, ich glaub du willst immer noch gern dass ich einen erfolgreichen Beruf hab“ – Ich weiß es nicht, ich weiß es nicht, was ich will für dich, ich weiß es nicht mehr, ich glaub ich kann dich mehr und mehr lassen, vielleicht noch nicht ganz es ist da doch noch etwas hin- und her –zerriges.

Th: Kannst du das mal in einem Bild erscheinen lassen, das „Hin-und Her-zerrige?“ *Angebot das hindernde Element in einem Bild zum Ausdruck zu bringen, auch um die Dialogstruktur zu lockern.*

Kl: lacht das Hin- und Herzerrige ist ganz real, sie steigt am Donnerstag in ein Flugzeug und fliegt eine Woche allein nach Ägypten. Da will ich sie am liebsten wieder rauszerren. –Das tu ich natürlich nicht, denn ich weiß,“ ich muß das einmal tun, dass ich alleine wohin fliegen“. Das hat sie noch nicht! Ganz alleine eine Woche in Urlaub zu fahren. Aber ich möchte sie eigentlich –ja ich bin hin- und hergezerrt. Ich finds eigentlich toll, aber ich denke auch, Huch ist das gefährlich

Th: Dann sag ihr das mal

Kl: Also ich bin da hin- und hergezerrt, ich find das toll, dass du das machst, aber ich hab natürlich total Angst um dich. Ja, ja und das hab ich ihr noch nicht gesagt

Th: Schau mal wie sie das jetzt aufnimmt, ob ihr das jetzt auch zuviel ist

Kl: Nö, sie lacht und sagt, „ach Mamma“

Th: Wie ist es für Dich.

Kl: Ja ist okay, sie geht den Weg, den sie geht, im Grunde hab ich jetzt keine Angst,

Th: Aha,

Kl: Ich glaub ich muß ihr das sagen

Th: Aha, also wenn du es aussprichst und eine Reaktion darauf bekommst, dann geht deine Angst weg.

Kl: Ja eine andere Klarheit und Deutlichkeit , genau.

Th: A,ja Aha..., gibt's noch was anderes was Du ihr auf diese Weise sagen willst, es ist ja jetzt eine Gelegenheit, sie ist da in deinem Inneren und du kannst ausprobieren. *Wieder in den Kontakt bringen*

Kl: Ja, nur was will ich ihr noch sagen, also Chr. Ich wünsch mir auch sehr dass du dieses Studium, dass Dir doch sehr, im Moment auch immer wieder gefällt, dass du's abschließt. Das ist doch ein Herzenswunsch von mir

Th: Ja, nun und schau, wie sie reagiert.

Kl: Sie sagt, ja ich weiß, ich will's der Pat. will's auch, ist okay, ist eigentlich kein Problem, eigentlich hab ich da keine Angst. Ja, ja da ist auch gar nichts komisches in ihrer Stimme, des war ganz normal und natürlich, ja

Th: Wie ist das jetzt für dich das einmal auszusprechen

KL: Es ist so schön. Als kann ich mich wieder zurückziehen, ja, als kann ich mich da wieder zurückziehen.

Th: Kannst Du's mal ausprobieren, wie das in deinem Bild ist, wenn du dich wieder zurückziehst, wie ist das denn. *Ich greife den letzten Impuls auf, sie ist auch ein wenig erschöpft.*

Kl: Ja ich sag, ja so ist das kann ich jetzt wieder gehen, kann ich meinen Mann an die Hand nehmen aus der Kammer rausgehen

Th: Ach so, so weit sogar, schau mal für die Chr. Ist das okay.

Kl: Ja sie grinst, so wie sie ist, wenn sie zufrieden ist, das kenn ich.

Th: Frag sie doch mal, ob sie jetzt bereit wär, das aufzunehmen, was du ihr vorhergesagt hast. *Die vorangegangene Gestalt aufnehmen und beenden, überprüfen, ob durch die Arbeit eine Veränderung eingetreten ist.*

Kl:(sehr ernst) Chr. Bist du bereit, das wirklich an dich ranzulassen wie wichtig es für mich ist, dass du lebst.....

Ja es ist so als nimmt sie's auf, kann aber nichts sagen. Ja es ist was angekommen, sie nickt so ein bisschen, aber sagen kann sie nichts

Th: Sie nickt und nimmt es auf, wie ist es für dich, wenn du siehst, dass sie es aufnimmt

Kl: Es ist so als wird sie ein Stückchen größer, straffer. Sie ist ja eh größer als ich und da wird sie noch mal ein Stückchen größer, ja aber so aufrecht groß, nicht so überheblich groß, so aufrecht groß.

Th: Als gäb ihr das so eine Kraft aufrechter zu sein

Kl.: Ja genau

Th: Ja schau's die ruhig mal an, wie ist es für dich, sie so zu sehen.

Kl: Ja, eine erwachsene Frau –

Th: Ja sag ihr das mal.

Kl: Du bist jetzt eine erwachsene aufrechte Frau, ja

Th: Schau mal wir's bei ihr ankommt? Sie nickt wieder, was seltsam ist, weil sie ja sonst so viel redet.- Lacht-

Th: Scheint eher was so ohne Worte zu sein

Kl.: ja.

Th: Guck doch noch mal, wie ist die Qualität von dem Nicken, wie ist ihr Augenausdruck, wie ist ihr Gesichtsausdruck *Ich möchte die Veränderung, die jetzt mit diesem Anteil geschehen ist, noch mehr verankern.*

Kl: Äh es ist, als hätte sie wieder die Grübchen, wie sie so gelacht hat mit 10-12 Jahren, so diese Backengrübchen und die Augen sind offen.

Th: Ist da so etwas spontaneres auch in ihrem Gesicht

Kl: Ja, ja auf jeden Fall.....schön..es ist richtig schön

Th: Guck mal, ob Du ihr noch was sagen willst, oder ob du was von ihr brauchst, oder ob es so gut ist im Moment.

Kl: Also, das ist gut so, alles weitere wäre zuviel. Ja...

Th: Und das „Hin-und Hergerissen“ ist das noch da für dich

Kl: Nö, ich bin ruhiger jetzt, einfach so .

Th: Wärs denn okay jetzt alle drei noch mal vor dich zu holen, hast ja zu jedem etwas anderes gesagt. Willst du mal schauen, wie es jetzt für dich aussieht in der Wirtsstube mit deinen 3 Kindern.*Ich will sie zum Ausgangsbild führen, um die Struktur wieder zu integrieren.*

Kl: Ja das ist jetzt so, die laß ich jetzt allein und geh, können die sich jetzt alleine austauschen, wenn sie wollen, wahrscheinlich wollen sie.

Th: Ist das so wie, Du bist jetzt frei.

Kl: Ich bin jetzt frei da raus zu gehen ,ja und die können da unter sich, die sind ja alle nicht alleine

Th: Willst du mal gucken, wie es jetzt am Tisch ist.

Kl: Am anderen Ende unterhalten die sich auch ganz angeregt, wobei ich nicht höre über was, also nicht mehr über die Kartoffeln. Nur einfach so über Familie oder so –aber ich hab keine Lust dahinzuhören- aber irgendwie gut ist. Gut und die Kinder haben da hingehört

Th: Willst du noch mal nach der Frau gucken

Kl: Die ist nicht mehr da, komisch hab ich gar nicht mitgekriegt, dass die gegangen ist. Da drüben ist ein Ehepaar ein altes und links neben mir sitzen noch drei so, 2 Männer und eine Frau so ältere Menschen, die unterhalten sich. Ne wo die Frau ist, das weiß ich nicht. Ich war so beschäftigt, dass ich das nicht gemerkt hab, wo die hin ist.

Th: Kann das sein, das ist so meine Phantasie, dass die dich so auf die Spur gebracht hat, nach dem Spontanen zu gucken

Kl: Ja.

Th: Und wo das jetzt erledigt ist, konnte sie gehen.

Kl: Ja, das ist ein sehr wichtiges Thema, das werde ich pronto ausprobieren. Mit jedem einzelnen, denn das sind ja einzelne Menschen, erwachsene einzelne Menschen. Ja genau *.Spontaner Transfer in den Alltag*

Th:und jetzt? Willst du wieder aus dem Raum raus, nimmst du den Horst. mit oder bleibt der sitzen.

Kl: lacht, den nehm ich mit, den nehm ich immer mit,- lacht- ja das hat sich jetzt nach Arbeit angefühlt.

Th: Jetzt ist auch die Frage, wenn Du draußen bist, ob du auch die nächste Tür noch anschauen willst oder ob es so okay ist.

Kl: Ne, es ist okay wird sonst zuviel.(sehr bestimmt)

Th: Du kannst trotzdem noch mal gucken, wenn du draußen auf dem Gang bist, ob die Tür noch da ist. Ob sie evtl. schon weg ist. *Ich möchte die 3. Tür ins Bewusstsein rufen, um zu signalisieren, dass ich alle Bilder, die da waren auch ernst nehme und nichts einfach hintenrunter fällt*

Kl: Die ist da, und die wartet auch

Th: Das heißt du könntest eine Verabredung mit der Tür machen, dass du noch mal nach ihr schaut.

Kl: Ja Tür, ich komm da noch mal wieder zu dir hin auf dich zu und möchte dich auch öffnen, für mich ist jetzt im Vordergrund die direkte Kommunikation mit meinen 3 Kids auf dem Weg zu meiner Spontaneität- lacht- so das ist im Vordergrund.

Th: Gibt's ne Reaktion von der Tür?

Kl.:Die biegt sich so ein bisschen, ja putzig, als hätte sie so einen Busen und dann geht sie wieder zurück

Th: Und hast du eine Idee, was es zu bedeuten hat.

Kl: Ist gut so, so was wie okay, ja das ist okay, das spür ich jetzt auch und das andere, das ist, ist auch im Vordergrund, das ist genauso da, wie dieser wunderbare Raum der da irgendwo auf mich wartet, was weiß ich, mit Natur und Holz und ist genauso da wie der Horst. Und das ist wichtig.

Th:Das klingt so, als wäre es für dich jetzt so abgerundet, als ob du aufhören wolltest.

Kl: Ja

Th: Vielleicht guckst Du Dir noch mal den Flur an, wie der jetzt aussieht.

Das Eingangsbild wird noch einmal angeschaut, um auch hier zu überprüfen, ob es zu spontanen Veränderungen, zur Selbstorganisation gekommen ist.

Kl: Ja ich bin jetzt einige Schritte zurückgegangen, um zu gucken, wie er jetzt aussieht und find das auch ganz schön, dass es diese drei Türen gibt und im Flur brennt jetzt elektrisches Licht (lacht)

Th: es ist also hell geworden

Kl: Ja da hat wohl einer den Lichtschalter gefunden (lacht).

Th: Moderneres Licht Kl.: Ja es ist aber trotzdem ein ganz besonders schöner Flur, es ist nicht ein Keller.

Th: Der Flur eines Schlosses?

Kl.: Schloss nicht, es gibt so Häuser, die liegen so ein bisschen am Hang auch früher Häuser, eher so 20er, 30er Jahre, so ne kleinere Villa, die haben manchmal so was so, was halt schon merkwürdig ist, weil in dem Flur keine Fenster sind.

Das ist halt das überraschende, dass es dann in den 2 Räumen so verschiedenartige Fenster gab. Ne Schloss ist es nicht, der Bedienstete muß sich wohl geirrt haben (lacht). Oder es war einfach mein Wunsch, oder ich kenns von ganz früher,- nein mit dem elektrischen Licht ist jetzt besser.

Für mich symbolisiert der Flur auch, dass es darunter ein biographisch früheres Thema gibt (Schloß, Bediensteter, Kerzenlicht), aber in der heutigen Sitzung die modernere Variante angeschaut werden wollte. Diese Deutung behalte ich für mich, um nichts zu überfrachten.

Th: Tja wie geht's Dir da jetzt in dem Flur, wie ist das so von der Stimmung her

Kl: Ein schöner Flur, die Düsternis ist ein Stück weg.- die ist eigentlich ganz weg, weil es hell erleuchtet ist. Und diese rötlichen Farbtöne, die sind wunderbar.

Th: Da würd ich sagen ich mach dir noch mal zum Abschluss eine schöne Musik und wenn du willst kannst du noch mal in den ersten Raum reingehen, könntest auch jetzt noch mal gucken, ob sich da jetzt was verändert hat, das macht man immer zum Schluß, das man alles noch mal anguckt, die war ja vorher noch offen die Tür, ist sie jetzt wieder zu.

Kl: Die ist einen Spalt offen, nicht ganz zu, es ist so was wie, jetzt nicht, er ist da, aber das andere ist jetzt wichtiger.

Th: Ja ich sags noch mal als Angebot, es ist manchmal ganz schön, gerade in den ersten Raum noch mal reingehen, manchmal kann sich da noch was verändert haben, also nicht reingehen um zu arbeiten, sondern nur noch mal zum gucken, also gucken, ob der gleich geblieben ist, oder ob sich da was verändert hat, weil im Flur hat sich was verändert, da ist auf einmal

elektrisches Licht, ohne dass du dir das ausgedacht hast oder was gearbeitet hast, jetzt wärs die Möglichkeit noch mal kurz in diesen Raum so einen Spicker reinzumachen.

Kl: Ja, da ja eh der Spalt noch offen ist, heißt das vielleicht, das ich ruhig noch mal reingucken kann – ich nehm den Horst rechts bei der Hand und tu mit der linken Hand des noch ein bisschen weiter aufmachen eine Spalt und schau rein. Ja...ich seh einen Teppich da drin, so einen schönen ist fast das blau drin, wie wir in der Wohnstube hatten. Ja, Teppich mit blau...also sieht ein bisschen wohnlicher aus - schönes blau

Th: Und sonst ist alles so geblieben, die Helligkeit auch

Kl: Ja, die Helligkeit ist geblieben und das grün hinter den Fenstern und der honigfarbene Boden,

Th: Es ist ein Teppich dazu gekommen,

Kl.: Ja schön, das ist die Überraschung (lachen) - blauer Teppich

Th: Als würde es ein Stückchen mehr dir gehören,

Kl: Ja, doch das ist schön mit dem blauen Teppich. Ja und da mach ich jetzt die Tür zu und wie, das wartet auch auf mich.

Th: mmm dann mach ich dir jetzt ne schöne Entspannungsmusik

Kl: Au ja,

Th: Und du ruhst dich noch ein bisschen aus, kannst in deinen Bildern noch ein bisschen spazieren gehen und sie auf dich wirken lassen, wenn du willst.

Kl: Oh ja, muß grad an das Bild mit Horst denken Ringelreihen, das war auch ein schönes Bild.

(sie räkelt sich und genießt die Musik) Th bietet ihr an sie 5-10 Minuten alleine zu lassen, so dass sie noch für sich genießen kann. Sie ist einverstanden. (Musik mit Kinderlachen)

Kl: Ja spontan, klar bodenständig, das ist dran und es ist dran nach diesem Raum immer wieder Ausschau zu halten im Aussen und im Innen.

Im Nachgespräch äußert sich die Kl. erstaunt, erfreut und zufrieden über ihre Erlebnisse im Innenraum Sie bedankt sich für die feinfühligte Begleitung.

Es tat ihr gut, ihren neuen Räume symbolisch im ersten Raum, zusammen mit ihrem Mann, zu begegnen. Und im zweiten Raum mit ihren Kindern unausgesprochenes zu klären.

Sie möchte in einer weiteren Sitzung die 3. Tür anschauen und meint die vielen Hinweise mit „rechts“ und „links“ könnten damit zu tun haben, dass sie als Kind von der Linkshänderin zur Rechtshänderin umerzogen wurde. Das könnte auch noch mit ihrer Spontanität zu tun haben. Sie wollte dieses Thema aber noch nicht aufgreifen.

Sie freut sich ihren Kindern jetzt auch im realen Leben direkter zu begegnen.