

Synergetik - für die Prüfung zum Synergetik Therapeuten - 155

Session Abschrift

Autor: Christian Salzmann
Anlass: Berufsausbildung B12
Datum: 24. April 2004
Dauer: ca. 2 Std.
Klientin: 38 Jahre, 2. Session

T.: = Therapeut
K.: = Klientin

Vorgespräch:

Hauptproblematik Schwierigkeiten bei der Entscheidungsfindung und Selbstwertgefühl.

Klientin ist auf dem Weg der Selbstständigkeit und hat in den letzten zwei Wochen zwei Situationen gehabt, in denen sie jeweils für einige Tage Psychisch in den Keller gerutscht ist. Ansonsten schwieriges Elternhaus mit Vater und Mutter Problematik. Einleitung:

Freier Entspannungstext mit einem Absetzen der Klientin an einem Ort der jetzt wichtig für sie ist.

Sie landet in ihrer gewohnten Umgebung an einer Straßenkreuzung in Frankfurt, wo sich viele Möglichkeiten ergeben etwas zu unternehmen bzw. eine Richtung einzuschlagen. Sie weiß nicht so recht was sie machen soll, oder welchen Weg sie einschlagen soll. Auf meine Nachfragen was sie denn jetzt am liebsten machen möchte änderte sich das Bild und sie landete in einer Irischen Landschaft mit ganz viel Wiese und einem Weg der sich zwischen den Feldern immer wieder gabelte. Sie entschied sich aber spontan den Weg gerade aus zu gehen und nicht abzubiegen. Plötzlich tauchte ein Baum auf. Ich habe sie gebeten mit dem Baum Kontakt aufzunehmen und ihn anzusprechen.

Hier beginnt die Aufzeichnung:

K: Baum, hast du mir was zu zeigen? *(Pause)* Nee, da kommt irgendwie nichts

T: Da kommt nichts? Hat er dich gehört? oder reagiert er gar nicht? *(die Klientin neigt dazu herumzusrufen und geeignete Gelegenheiten zu ignorieren um nicht hinsehen zu müssen, daher das nachhacken.)*

K: Nee ich bin da jetzt auch aus der Situation irgendwie raus auf einmal. Mir ist zwischendurch ein anderer bestimmter Baum eingefallen und jetzt komme ich nicht mehr zu dem anderen Baum zurück.

T: Dann geh doch mal zu dem bestimmten Baum, was ist das denn für ein Baum? *(Sie hat sich jetzt selber heraus und wieder in die richtige Situation hinein manövriert)*

K: Das ist jetzt auch in einem Feld, aber das ist das Feld das in der relativen Nähe von meinem Elternhaus war wo ich als Kind immer Rumliefen bin.

T: Ok, dann gehen wir doch mal dahin. Sei einfach da, sehe diesen Baum und spür mal in dich rein, wie es dir da geht.

K: Seufz. Ja da habe ich mich immer wohl gefühlt da auf diesem Feld.

T: Kannst du mir das mal beschreiben wie es da aussieht, das Feld, der Baum, gibt es da noch mehr zu sehen.

K: Also da steht ein Baum, und ein paar Meter... etwa dreihundert Meter weiter kommen so ein paar Büsche, hohe Büsche, wie so etwas... mehrere so aneinander entlang des Weges, und dann gibt es da auch einen Bachlauf. *(Pause, Erinnerungen werden wach, die Grundstruktur immer mehrere Wege oder Richtungen zu haben und nicht wissen was soll sie machen zeigt sich jetzt schon zum dritten mal).*

T: Du hast gesagt da ist auch ein Weg, wo führt denn dieser Weg hin?

K: Der führt jetzt ins Feld rein, also weiter Richtung Feld und der geht so.. ein leichter Hügel da geht er hoch und den bin ich früher ganz viel gegangen in meiner Kindheit.

T: Und wo kommt dieser Weg her?

K: Ja der geht an meinem Elternhaus los, und führt da in dieses freie Feld.

Leicht ansteigend aber das ist ziemlich frei alles hinten kann man ziemlich weit laufen, bevor da irgendwas anderes Mal kommt.

T: Du bist jetzt auf dem Weg bei dem Baum, der Weg kommt von deinem Elternhaus führt an dem Baum vorbei und geht dann in die Felder auf den Hügel, sehe ich das richtig?

K: Ja.

T: Und du fühlst dich da ganz wohl?

K: Ja

T: Und du gehst jetzt Richtung Feld

K: Ja genau

T: Magst du diesen bestimmten Baum mal fragen, ob er dir was zu sagen hat, warum er da an diesem Weg steht, was er für dich bedeutet? *(die Klientin hat für sich eine Vereinbarung im Außen getroffen, sich nicht mehr mit ihrem Elternhaus zu beschäftigen, sie sagt so kann sie das alles besser ertragen, sie hat diese Einstellung auch mit die die letzte Session gebracht, und es ist hier vielleicht eine Chance diese Barriere zu überwinden)*

K: Baum bedeutest du was für mich, warum stehst du da an dem Weg.

Also ich.. Der Baum jetzt glaube ich.. er hat jetzt weiße Blüten.

Sehe ich jetzt, antworten tut er mir nicht, aber er hat weiße Blüten.

T: Spür mal in dich rein, wenn diesen Baum da so siehst mit diesen weißen Blüten, wie er da so steht,

K: Ja das ist so eine Frühlingsituation, Frühlings- Aufbruchsstimmung.

T: Magst du mal an den Baum näher ran gehen?

K: Ja

T: Kannst du ihn auch anfassen?

K: Ja

T: Spür mal wie sich das anfühlt. Dieser Baum, wenn du ihn anfässt.

K: Er hat ne raue Rinde, teilweise auch glatte Stellen.

T: Schau mal wie es dir damit geht, wenn du diesen Baum anfässt, wenn du ihn so direkt bei ihm bist. *(Ich versuche sie mit allen Sinnen in diese Situation zu bringen)*

K: Ja irgendwie habe ich jetzt so gar keine Lust mich da zu lösen von diesem Feld irgendwie gefällt mir das mal im Moment da so ne.. , so ne... wäre es mir am liebsten wenn die Zeit so stehen bleiben würde erstmal. So gut gefällt es mir da.

T: Ja das darf auch so sein, wenn du möchtest such die mal ein Plätzen da bei dem Baum, unter dem Baum, du kannst dich da gerne einen Moment ausruhen. *(Pause um spüren zu ermöglichen)*

Spür mal in deinen Körper rein wo du das fühlst dieses Bedürfnis da jetzt auszuruhen, da jetzt zu bleiben.

K: Ja, das Bedürfnis habe ich jetzt mal an gar nichts zu denken, mich da auf ne Bank zu setzten, ich hab mir da jetzt mal ne Bank dahingezaubert, die es eigentlich nicht gibt, aber die hätte ich jetzt gerne da und da würde ich mich gerne draufsetzten und in die Sonne gucken.

T: Dann mach das doch einfach. *(Pause, sie nimmt sich Zeit um eine Entscheidung zu treffen, sie schwankt zwischen ich will mich damit nicht befassen und es liegt doch so nah vor mir)*

K: Mich für und gegen nichts entscheiden zu müssen und einfach nur an nichts denken, und den Morgen genießen, den Vormittag

T: Ja dann genieße doch einfach mal diesen Vormittag. Und manchmal ist es ja auch so, dass wenn man da so ganz müßig und träumerisch in der Sonne sitzt das man so weg träumt vielleicht ganz wo anders hin. *(Musik zum Träumen, lange Pause)*

K: Mmh ich weiß auch nicht, ich bin da immer noch und ich habe auch keine Lust da weg zu gehen.

Und auch nicht da weg zu.. irgendwie kann mich alles andere mal kreuzweise.

T: Möchtest du das „alles andere“ mal auftauchen lassen, Was dich da... oder tu was du tun möchtest. *(Versuch mit dem Konflikt der Entscheidungsfindung zu konfrontieren)*

K: Ja eben auch zum Beispiel all die Dinge die ich eben erwähnt habe also den Finanzbeamte und dieses Bewerbungsgespräch und ja...

T: Ja schau mal, da ist einiges aus deinem Alltag, was dich belastet, und da ist ein Baum der dir Ruhe und Kraft geben möchte, den du auch genießen kannst, und da ist ein Weg, der in zwei Richtungen führt, du hast gerade vor kurzem gesagt „mal nichts entscheiden müssen“ das klingt so als wäre das so die ersehnte Pause „nicht Entscheiden zu müssen“. Das kannst du hier gerne probieren. Das ist die Situation. Aber du musst dich entscheiden, möchtest du da bleiben, oder möchtest du weiter machen. Wieder eine Entscheidung...

K: Bei dem Baum zu bleiben, oder ...

T: Ja

K: Ja ich bin jetzt irgend da irgendwie bei dem Baum und würde mir wenn überhaupt diese ganzen Möglichkeiten oder vielen Dinge die da so alle noch sind, die würde ich mir bestenfalls mal alle angucken, aber im Moment will ich und kann ich keine Entscheidung treffen.

T: Ja. Schau mal... Da ist der Baum und da ist der Weg, der geht einmal in Richtung Felder und einmal in Richtung deinem Elternhaus, da steht die Bank auf der du sitzt und da sind all die Dinge die dich dazu gebracht haben da mal auszuruhen, vielleicht kannst du ja mal eine Person aus einer dieser Situationen fragen wie du dich entscheiden sollst? Ob du sitzen bleibst, oder in die eine oder andere Richtung gehen sollst, oder was er dir vorschlagen würde. Frage ihn einfach mal.

z.B. den Finanzbeamten, oder den aus dem Vorstellungsgespräch *(Ich versuche ihr eine Entscheidungshilfe zukommen zu lassen)*

K: Ja genau frage ich mal den Finanzbeamten.

Finanzbeamter was glaubst du denn welchen Weg ich einschlagen sollte?

Entweder den zum Elternhaus oder den weg vom Elternhaus ?

Ja das brauche ich den gar nicht zu fragen, das geht auf jeden Fall weg vom Elternhaus.

T: Das sagt er?

K: Ja das sagt er, aber das weiß ich auch besser *(sie Lacht, der Entschluss sich nicht mehr damit zu befassen ist durchgedrungen)*

T: Du frag ihn mal, frag ihn mal direkt was er sagt

K: Finanzbeamter, soll ich jetzt weg vom Elternhaus gehen, oder soll ich zurück gehen?

Ja dem bleibt gar nichts anderes übrig weil der weiß was ich hören will, da traut er sich nichts anderes zu sagen.

T: Ist das Ok für dich so wenn er das so sagt?

K: Ja

T: Glaubst du ihm das, dass es das ist was er meint?

K: Ja ich glaub ihm das, weil er halt... weil er jetzt seine eigenen Vorstellungen da weglässt und sich nur auf mich konzentriert und bei den beiden Alternativen die es da im Moment gibt da sieht er das der Weg zurück für mich keine alternative darstellt.

Das kann er auch erkennen.

T: Magst du es mal probieren einfach mal den Weg zu gehen mal gucken wo du raus kommst, wo der Weg hingeht? Vielleicht kommt er ja auch mit und kann dir vielleicht ein paar Tipps geben, oder zeigen wo es lang geht. Wenn es für dich Ok ist

K: Nee mitgehen will er nicht. Er ist mit seinem eigenen Kram beschäftigt. Tja eh und ich muss da jetzt sagen wenn ich jetzt Lust hätte müsste ich den Weg alleine da lang laufen.

T: *(Es zeigt sich, dass der Helfer von ihrem Kopf gesteuert wird, er ist nicht autonom)* Hast du Lust?

K: Eigentlich nichtNee. Da auf der Bank in der Sonne unter dem blühenden Baum hat es mir eigentlich ganz gut gefallen.

T: *(Der Konflikt zeigt sich, eine innere Ausweichstrategie sich nicht mit dem kommenden auseinandersetzen zu müssen, ich versuche durcheinander mit unsauberen Aussagen anzurichten)*

Magst du noch ne Weile sitzen bleiben wenn du möchtest oder auch nicht? Oder hast du sonst noch eine Idee was du machen möchtest? Bleib einfach so lange wie es die gut tut .

(Klientin Räkelt sich, innerer Konflikt) Bleib einfach mal da und genieße die wunderbare Situation. Diese Bank diese Ruhe

(Pause)

K: Tja ich ... Ja es hat schon Parallelen, ich liege auch auf der Bank da. Wie ich hier auch liege.

Und ich habe irgendwie überhaupt keine Lust irgendwas zu entscheiden oder irgendwas zu machen. Weiß ich nicht, oder wenn dann nur was mir jetzt Spaß machen würde, weil jetzt ja auch das Wochenende... steht vor der Tür, und das Wetter ist schön, und da habe ich so ein Freizeitprogramm, und da habe ich schon auch Lust zu das zu machen. Also so Urlaub bzw. eben Freizeitgestaltung... Und da habe ich jetzt auch keine Lust zu irgendwie einen anderen Gedanken zu fassen.

T: Du kannst mal nachspüren in dir, ob alle Seiten/ Anteile in dir damit einverstanden sind.

K: Ja also für die Zeit also für eine abgegrenzte Zeit dieses Wochenende mit allen Vorhaben und was ja alles nur Freizeitvergnügungen sind die mir da bevorstehen mit dieser Zeitlich abgegrenzten Art und Weise sind alle Teile damit einverstanden dass ich das jetzt genieße.

T: Das darf ja auch sein. *(ich gebe ihr die Möglichkeit den Bedürfnis nachzugeben und doch noch ein bisschen weiter zu machen)* Kannst du die Teile mal fragen ob jemand was dagegen hat ob wir vor diesem Wochenende mal gucken ob da noch etwas zu tun ist für dich. Ob da noch etwas angeschaut werden möchte.

K: Ist einer der Anteile von mir der Ansicht, dass es vor dem Wochenende noch etwas zu tun gibt?

Ja eigentlich nur um sicherzugehen, dass ich meine Sachen zusammengepackt habe weil ich ja auch verreise morgen, dass ich noch meine Koffer packe und meine Tasche packe und rechtzeitig am Treffpunkt bin und dass ich meine Blumen gieße zu hause und das ich so gucke dass alles in Ordnung ist, aber sonst gibt es da nichts mehr zu regeln. Das wird alles aufgeschoben bis auf Montag.

T: Stell dir doch mal vor das ein Teil von dir während du da so auf der Bank liegst und träumst, ein Teil von dir schon mal die Zeit überspringt und schon mal am Montag landet was da so aufgeschoben ist ansieht.

K: Ja am Montag dann mache ich mein Programm wieder weiter, was ich alles so vorhabe. Gibt es bestimmte Dinge die ich vorhabe, die ich noch erledigen muss, die da mit meiner Existenzgründung zusammenhängen? Da muss ich noch den Businessplan fertig machen und meine Schranktüren streichen, Schreibtisch aufräumen, und ja wenn ich da halt fertig bin, dann kann ich entweder an dem einen Projekt , an dem einen Auftrag arbeiten, den ich schon habe, werde ich wahrscheinlich auch anfangen damit, und nebenbei mir eine Akquise - Strategie zurechtlegen, und gucken wie ich das ansetze.

T: Dieser Teil der da jetzt mit diesen ganzen Todo's beschäftigt ist braucht der vielleicht Hilfe, kann da mal jemand auftauchen, der dir dabei helfen könnte?

K: Nee, (lacht) soll keiner auftauchen, die bringen mich nur durcheinander, Finanzbeamte und was weiß ich was es da noch so alles gibt.

T: Vielleicht ein Akquise Berater, PR Manager oder so etwas vielleicht?

K: Ja gut, eventuell die von den Frauenbetrieben, wo ich diese Existenzgründung gemacht habe, ja die vielleicht, die könnten da eventuell auftauchen.

T: Versuch das doch mal, ob da jemand auftaucht, von dem du dir vorstellen kannst das er dich da beraten kann.

K: Ja da taucht gerade die eine der Trainerinnen auf die mir da ..., wo wir das gelernt haben... auch unter anderem auch Kommunikation/ Akquise.

T: Ja dann schau mal ob sie dir ein Paar Tipps geben kann, wie du Vorgehen kannst, wie sie dir helfen kann.

K: Ja die kann mir schon Tipps geben, ja die kann mir vor allen Dingen auch von ihren eigenen Erfahrungen erzählen, weil die selbst auch immer wieder am Akquirieren ist, das fand ich damals schon sehr interessant zu hören wie es ihr da ergeht bei ihren Akquise Bemühungen, und da würde ich mich jetzt mit ihr darüber unterhalten.. ja.

T: *(Sie soll in der Situation ankommen daher lasse ich sie erstmal erzählen)* Ja dann mach das doch mal.

Unterhalte dich mal mir ihr, und lass dir mal ein paar ganz konkrete Tipps geben was du jetzt tun kannst, was für dich jetzt das richtige ist, was du jetzt machen kannst.

K: Ja Frau B. was geben sie mir denn jetzt für Tipps, was könnte ich denn jetzt tun?
(Pause)

Ja die fragt mich jetzt in welche Richtung ich Akquirieren will, welche von meinen Bereichen ich da jetzt angehen will, als erste erzähle ich ihr...

T: *(Sie kommt immer wieder aus der direkten Anrede heraus, was auch mit noch wenig Übung in der Innenwelt zusammenhängen kann)* Erzähle ihr mal direkt, sag: "Ich möchte"...

K: Ich möchte jetzt erstmal meine Bereiche Sortieren, die ich Akquirieren will, das sind zum einen die Einfamilienhäuser / Wohnhäuser die es umzubauen gilt, die eine Modernisierung, einen Umbau oder Anbau nötig haben oder die da eben der Eigentümer vorhat.

Das ist die eine Akquise Richtung, die andere ist Barrierefreies Bauen, wo ich evtl. noch am Überlegen bin ob ich da noch eine Fortbildungsmaßnahme in Angriff nehme um mich da noch ein bisschen Fitter zu machen, und da gibt es dann auch die Möglichkeit evtl. noch mal bei einem Nachzuharken, der in dem Bereich schon arbeitet wo ich mir meine freie Mitarbeit vorgestellt habe und mit dem auch schon mal drüber gesprochen hab, und er hat das aber noch ein bisschen in die Ferne Den könnte ich vielleicht noch mal anrufen, das ist jetzt auch schon ein bisschen her das ich mit ihm darüber gesprochen hab. Ja das sind so die zwei Bereiche

T: Und was meint die Frau B. dazu? Findet die das Ok?

K: Ja die findet das gut Ja.

Und jetzt überlege ich ob es noch einen dritten Bereich gibt wo ich evtl. noch Akquirieren will und da gibt es noch ein drittes Thema was aber jetzt im Moment nicht so interessant ist.

T: Was wäre das? *(Sie ist jetzt voll da an diesem Montag)*

K: Ja und zwar, ich hab mich auch schon mal damit beschäftigt mit alternativen Wohnformen, jetzt auch gerade im Alter also so Wohngruppen. Also verschiedene Menschen die sich zusammen tun um eben ihre Vorstellungen vom Leben im Alter umzusetzen.

Damit habe ich mich auch schon mal angefangen zu beschäftigen, aber ich habe da festgestellt das es sehr schwierig ist da einen Ansatzpunkt zu finden weil das sind oft Gruppen die sich Jahrelang mal unterhalten über das was sie wollen, aber da oft nichts so

konkret nichts bei raus kommt , weil wenn dann wollte ich ja ein konkretes Projekt da schon haben, da gibt es keine so richtigen Eingriffspunkte da so im Moment.

T: Ja dann die beiden viel versprechenden .

K: Ja genau.

T: Was schlägt dir die Frau B. vor was du jetzt tun kannst, wie du da jetzt vorgehst?

Die sind jetzt sortiert, die beiden Gruppen. Was sind die nächsten Todo's, die nächsten Schritte?

K: Die nächsten Schritte, die hab ich mir ja auch schon eigentlich zurechtgelegt, weil ich mir da ja auch schon Gedanken darüber gemacht habe, oder machen musste. Ich habe ja einen Businessplan gemacht, wo das ja auch schon alles festgehalten ist was ich da mache, was es da zu tun gibt.

Zum einen will ich mich da mit diesem Wohnhaus und Grundstücks Eigentümerverein Kontakt aufnehmen, um zu schauen wie das bei denen läuft, wenn einer der Mitglieder da ne Baumassnahme vorhat ob es da Möglichkeiten gibt über diese Vereinigung, so seine Dienste anzubieten sozusagen. Ob es da irgendwelche.. keine Ahnung.. Regularien gibt, wie das ansonsten gehandhabt wird ob die da prinzipiell Architekten haben oder empfehlen oder ...

Das würde ich jetzt mal herausfinden wollen, ob es da Möglichkeiten gibt.

Und das ist so das erste was ich da so vorhabe.

T: Magst du das mal probieren, wie sich das so anfühlt (*Lust auf experimentieren machen, lernen in der Innenwelt kann man alles ausprobieren, Pause*) Oder was meint die Frau B. dazu?

Findet die diesen Vorschlag gut oder ...?

K: Ja die findet das schon gut

T: Und wie fühlst du dich damit?

K: Ja irgendwie traue ich mich noch nicht so ganz da anzurufen, vielleicht

Will ich mir noch andere Alternativen zurechtlegen, damit ich mich nicht zu sehr so abhängig fühle von dem Erfolg oder dem Misserfolg von so einem Anruf, und würde mir vorher vielleicht noch Alternativen zurechtlegen, wo ich dann für mich weis worauf ich dann für mich bei einem möglichen Misserfolg zurückgreifen könnte.

T: (*Mögliche Ursache für Entscheidungsschwierigkeiten könnten in der Kindheit zu finden sein*)

Kennst du das irgendwoher, dass du gerne verschiedene Auswahlmöglichkeiten hast?

K: Ja das auf jeden Fall, ja weil wenn damit wenn das eine dann nicht klappt das es dann noch wahrscheinlich zumindest nach einer Rückschlagssituation sozusagen das dann irgendwann aber halt die Alternativen auch da eben schon vorhanden sind, auf die man dann zurückgreifen kann, das kenn ich deswegen weil gerade in solchen Situationen wo eben auch da jetzt da jemand so wenig Mut macht für irgend was, wie zum Beispiel dieser Finanzbeamte das ich dann auch noch andere Alternativen hab evtl. das finde ich dann schon ganz gut.

T: Kennst du irgendwelche Situationen aus deinem Leben vielleicht auch schon ganz früh, wo du keine Alternativen hattest? Lass dich doch einmal in eine solche Situation bringen, wo du etwas vorhattest und da hat jemand nein gesagt, oder so geht es nicht und du hast da gestanden. Guck mal ob da so eine Situation kommt.

K: Ja jetzt kommt gerade ne Situation, ja weil du jetzt auch gerade gesagt hast an früher .

Das erinnert mich daran, da erinnere ich mich daran und zwar ich hab mal , ich war ja so ein Tiernarr gewesen als Kind, also alle Viecher waren meine Schützlinge und da bin ich mit einer Freundin auf die tolle Idee gekommen wir könnten uns weiße Mäuse halten. Und dann haben wir irgendwie angefangen aus alten Obstkisten irgendwie so ziemlich Dillethantisch da irgendwelche Mäusekäfige zu bauen. Also wir fanden das alles ganz toll und haben uns das überlegt wie wir das da machen und was die Mäuse da alles brauchen könnten und so und haben dann angefangen diese Holzkisten da irgendwie mit so einer, ich weis gar nicht mehr, mit Styroporboden auszulegen und haben uns da Tagelang gemacht und getan und diese Kisten gebaut und waren also vollen Mutes gewesen ein paar weiße Mäuse anzuschaffen und die da leben zu lassen, in diesen Holzkisten und mein

Vater hat sich das Treiben so ein Schönes Spiel sozusagen, und irgendwann hatten wir unsere Holzkisten fertig wollten dann die Weißen Mäuse kaufen, in der Tierhandlung, und das haben wir dann verboten bekommen, da gab es dann ein kategorisches nein .

T: Sei mal da in dieser Situation, du mit deiner Freundin, ihr mit euren Holzkisten, und dann kommt dein Papa dazu und sagt nein. Sei mal ganz in dieser Situation da. Wie alt warst du damals?

(sie befasst sich jetzt mit ihrer Kindheit und ihrem Elternhaus, ich muss jetzt ganz vorsichtig sein, damit sie nicht wieder blockiert)

K: Vielleicht so acht /neun Jahre alt, schätze ich mal.

T: Stell dir vor du bist jetzt acht /neun Jahre alt die Welt sieht ein bisschen anders aus als heute, du bist ein bisschen kleiner, du hast eine Freundin bei dir, ihr sei da so frohgemut beim Holzkisten basteln und da kommt jetzt dein Papa und sagt nein. Spür mal wie sich das anfühlt für dich.

K: Auf der einen Seite sehr überrascht, weil mein Vater eigentlich sonst zu nichts nein gesagt hat, das war eine der ganz wenigen Situationen wo mein Vater mal nein gesagt hat, weil der ja so ein ganz guter, lieber Vater war, der eigentlich immer alles mögliche Möglich gemacht hat, und auf der einen Seite halt eben überrascht das er überhaupt nein gesagt hat.

T: Sag ihm das mal: „Du Papa ich bin ganz überrascht, dass du nein sagst“ *(Ich versuche den direkten Kontakt herzustellen mit ihrem Innenwelt Papa)*

K: Ja Papa ich bin ganz überrascht dass du nein sagst zu diesen Mäusen.

T: Wie reagiert er darauf?

K: Er sagt jetzt, dass er das erst gar nicht so empfunden hat, das wir das wirklich so ernst meinen, und die Mäuse da wirklich anschaffen wollen, und versucht mir dann zu erklären, das diese Holzkisten die wir da gebaut haben auch nicht dafür geeignet sind um da Mäuse darin zu halten.

T: Was macht das jetzt mit dir?

K: Ich merke, dass er Recht hat

T: *(da zeigt sich ein Familien Muster „ der Papa hat immer Recht“)* Bist du sicher, dass er Recht hat? Ihr habt jetzt Tagelang da rumgebastelt und habt euch das vorgestellt, erklär ihm doch mal was das für Gründe hatte warum ihr das so gemacht habt, versuche ihn doch mal zu überzeugen.

K: Nee das kann ich jetzt nicht, ich kann ihn jetzt nicht davon überzeugen, weil ich das schon einsehe, dass diese Holzkisten da ungeeignet sind.

T: *(Ich versuche dieses Muster zu umgehen mit hinterfragen)* Du, dann frag ihn doch mal was du machen kannst damit sie geeignet sind.

K: Was kann ich denn machen, damit diese Holzkisten geeignet sind?

Er gibt mir jetzt keine Antwort, aber da fällt mir eben ein man ja eigentlich auf die Idee hätte kommen können einfach Mäusekäfige zu kaufen, die dafür geeignet sind, dass die Mäuse da auch nicht ausbüchsen können.

T: Frag ihn doch mal ob es dann Ok ist, wenn ihr richtige Käfige kauft.

K: Können wir auch richtige Käfige kaufen, und die Mäuse dann darin halten? *(Pause, weil das ist eine neue Erfahrung: sie hat das Familienmuster gebrochen)*

Ja da sagt er jetzt dazu das er nicht mehr so kategorisch was dagegen hat und verweist dann auf die Mutter weil wenn dann so Mäusekäfige, Mäuse in der Wohnung gehalten werden sollen in Käfigen dann ist es schon auch ein Thema wo es die Mutter zu fragen gilt.

T: Ja Schau mal was da ist. Es geht gar nicht um die Holzkisten, dass die nichts taugen.

K: Ja also Mäuse in Käfigen, das kriege ich schon durch. (Lacht). Wie ich alle Tiere angeschafft habe die ich anschaffen wollte, eigentlich, und sei es mit Tränen und mit schimpfen und mit sonst was, habe ich eigentlich alle Tiere die es da so gab angeschafft, und dann wären mir die Mäuse auch noch gelungen.

T: Ja schau mal was dein Papa gemacht hat: der hat dir ein klares nein gegeben, hat dir gesagt die Holzkisten taugen nichts, und ihr habt euch so viel Mühe damit gemacht, wie fühlst du dich denn dabei?

K: Sagen wir mal so, wenn mein Vater das sagt, das die Holzkisten dafür nicht geeignet sind, dann ist das so, bzw. dann kann ich das auch selbst einsehen, das das so ist, weil sie sind wirklich nicht geeignet, da waren relativ große Schlitze und da hätten die Mäuse auch raus gekonnt.

T: Jetzt hast du eine Alternative: Käfige. Und dann sagt er trotzdem noch nicht ja (*ich versuche ihr Muster das jetzt wieder erscheint in Widersprüche zu verwickeln*)

K: Also das ist ihm glaube ich jetzt im Augenblick relativ egal. Also da hat er jetzt nicht so ne Meinung zu, weil, das geht wieder mehr in die Richtung, dass er mir den Wunsch dann erfüllt, weil da hatte ich sonst eigentlich auch keine Probleme so was durch zu kriegen.

T: Dann spreche ihn doch mal an, ob er ihn dir erfüllen kann. Er soll dir mal ein klares Ja geben, „Ja du darfst“. Frag ihn doch mal, ob er das kann.

K: Ja darf ich diese Mäuse in Käfigen halten? Ja da sagt er jetzt ja.

T: (*ich versuche die Autonomie des Papa zu erfahren, das erfahrene gegebenenfalls zu verankern*)

Frag ihn ob er jetzt mit dir geht die Mäuse einkaufen, ob er dir hilft.

K: Gehst du mit mir die Mäuse einkaufen? Nee das macht er glaube ich nicht.

T: (*sie ist wieder im Kopf*) Frage ihn doch mal warum. „Du Papa warum gehst du denn nicht mit, warum hilfst du mir nicht?“

K: Papa warum gehst du nicht mit mir die Mäuse einkaufen? Ja weil Mäuse sind für ihn keine Haustiere, damit kann er nichts anfangen, Mäuse sind für ihn sozusagen mehr Schädlinge die Vorräte auffressen und ist die halt als Schädlinge gewöhnt und da hat er auch kein Interesse daran, und außerdem macht er mich jetzt darauf aufmerksam, das diese Mäuse sich auch ungezielt vermehren können, so dass ich dann hinterher nicht mehr weiß wohin mit den ganzen Mäusen.

T: So Jetzt sprich ihn doch mal darauf an, du hast ihn gerade gefragt gib mir ein klares ja ob ich die Anschaffen darf oder nicht, und dann hat er dir ein klares ja gegeben. Frage ihn doch mal warum er jetzt schon wieder einschränkt.

K: (*sie lässt immer noch keine Widerrede zu*) Er schränkt ja gar nicht ein, er sagt das ist jetzt mein Problem, er hat es ja erlaubt, aber er hilft mir auch nicht weiter, weil er selber eben sich nicht damit mit diesen Folgen der Mäusehaltung auseinandersetzen will. Das überlässt er jetzt mir, das ist jetzt mein Problem.

T: Wie geht es dir damit? (*ich versuche in Gefühle zu der Situation zu bringen, ohne Erfolg*)

K: Ja ich muss sagen diese ungehemmte Mäusevermehrung behagt mir auch nicht.

Das ist ein Aspekt, der mir bislang nicht bewusst war und ich würde jetzt auf jeden Fall versuchen so Mäuse anzuschaffen, dass die sich nicht vermehren. Also entweder nur Weibchen oder nur Männchen, oder wie immer man das macht.

T: Du dann schlag das deinem Papa doch mal vor. „ Du ich schaff mir nur männliche oder nur weibliche Mäuse an, dann vermehren die sich nicht“, vielleicht hilft er dir ja dann.

K: Hilfst du mir dann, wenn ich nur weibliche oder nur männliche Mäuse anschaffe?

Also irgendwie ist das nicht mehr sein Thema, da würde ich mich jetzt sogar evtl. an die Mutter auch wenden, mit den Mäusen.

T: (*Der Konflikt wird verlagert, von dem „guten Papa“ auf die „böse Mama“*) Lass sie doch mal auftauchen, lass mal deine Mama dazukommen.

K: Ja die ist komischerweise sogar bereit dazu mit mir da in die Zoohandlung zu gehen, um sich da zu erkundigen, wie das da so mit den Mäusen, was es da auf sich hat, das man die so anschafft, dass die sich nicht vermehren können.

T: Wie geht es dir damit, wenn dein Papa sagt das ist jetzt nicht mehr mein, es ist dein Problem, mach was du willst, und jetzt kommt die Mama und hilft dir. Wie geht es dir damit?

K: Och eigentlich ganz gut, es ist eher ungewohnt, weil es eigentlich immer rumgekehrt war.

T: Kannst du ihr das mal sagen: “Du Mama das ist für mich ganz ungewohnt, dass du mir hilfst und der Papa nicht“

K: Ja Mama das ist mir ganz ungewohnt, dass du mir hilfst, und nicht der Papa.

T: Wie reagiert sie darauf?

K: Ja ich kümmere mich halt jetzt mal darum und auch um die Mäuse Geschichte.

T: (*wo ist die meiste Energie auf dem Papa oder dem Mama Konflikt?*) Hat der Papa das mitgekriegt?

K: Ja

T: Und wie reagiert er darauf?

K: Der sagt lass die Mal machen.

T: Kennst du das irgendwo her? Sagt er das öfters?

K: Nein wenn dann hat er das gesagt, denn er lebt schon seit zehn Jahren nicht mehr

T: (*sie ist aus der Situation draußen, ich versuche sie wieder hineinzubringen*) Du bist jetzt 8/9 Jahre alt, sei mal da kannst du dich daran erinnern, macht er das öfters mal, dass er das sagt?

K: Ja Ja

T: (*sie ist unwillig sich mit dieser Problematik auseinander zu setzen*) Und wie geht es dir damit wen er das so sagt, wie fühlst du dich dabei?

K: Ja das ist dann nicht sein Thema. Das sind dann Dinge mit denen er nichts anfangen kann.

T: Du sag im mal: „Du Papa das ist ganz wichtig für mich, das mit den Mäusen, und möchte gerne das du dich darum kümmerst“, guck mal wie er reagiert.

K: Papa das ist ganz wichtig mit den Mäusen. (*Pause*)

Ja aber ich finde das jetzt auch ehrlich gesagt gar nicht so schlecht, dass jetzt die Mutter sich darum kümmert um die Mäuse. Also ich will ihn dazu jetzt nicht zwingen, ich finde das jetzt auch mal ganz interessant, dass jetzt die Mutter sich um die Mäuse kümmert. Weil er will damit jetzt nichts zu tun haben, und das ist ja auch sein gutes Recht.

T: Dann sag das mal deiner Mama, dass du das toll findest, das sie sich jetzt mal darum kümmert. Und sag ihr Mal wie es dir damit geht.

K: Ja ich finde das toll, dass du dich jetzt mal um die Mäuse kümmerst, und das gefällt mir, das finde ich gut, so wie ich es mir da gerade vorstelle, wie sie ja eigentlich nie war hätte ich sie gerne öfter gehabt.

T: (*die Energie liegt auf der Mamaproblematik, sie hat Schwierigkeiten in der direkten Anrede zu bleiben,*) Sag ihr das direkt: „ ich hätte das gerne öfter gehabt, das du so bist wie ich das eben hier sehe“

K: Ich hätte das gerne öfter gehabt, dass du so bist wie ich dich da jetzt sehe.

T: Was genau ist das besondere, was sie jetzt hat?

K: Ja das besondere ist das sie jetzt ein Vorhaben hat was sie auch bereit ist zielstrebig durchzuführen.

T: Sag ihr das direkt, sag ihr: „Du Mama ich finde das toll das du jetzt diese Vorhaben...“

K: Du Mama ich finde das toll, dass du jetzt dieses Vorhaben mit mir durchziehst.

T: Schau mal wie sie jetzt reagiert.

K: Ja das findet sie gut, soweit so gut, und ich wundere mich jetzt aber dann doch schon sehr, also für diese Mäuse Geschichte macht sie das jetzt auch.

T: Sag ihr das, rede direkt mit ihr.

K: Also ich glaube., ich finde das gut dass du das mit den Mäusen jetzt machst, und das finde ich gut, aber jetzt kommt meine jetzige Sicht irgendwie wieder dazu , also von der Situation Damals finde ich das nur gut, und ich kann das ja auch in dem Moment noch mit keiner Situation vergleichen, oder fallen mir jetzt andere Situationen dazu ein, die da wieder das sehr in Frage stellen wie ernst meine Mutter solche Zielgerichteten Situationen durchführen könnte, das weiß ich in dem Moment ja noch nicht, weil mir fällt jetzt eine andere Situation ein ...

T: Ja gehe mal da hin in diese Situation.

K: Ja und zwar fällt mir jetzt da ein, dass meine Mutter , die hatte auch mal da so ein Vorhaben gehabt was eigentlich in einer ähnlichen Zielstrebigkeit vorangetrieben wurde , am Anfang zu mindestens, da war ich allerdings ein paar Jahre älter, da war ich so ich sag

mal so elf/zwölf, da hat meine Mutter, das hat jetzt weniger mit mir zu tun gehabt, sonder hat meine Mutter beschlossen dass sie wieder anfängt zu Arbeiten, und das fand ich, das fand ich toll , da wollte sie anfangen zu Arbeiten, sie hatte sich ein Auto gekauft, und damit war sie irgendwie flexibler , moderner und irgendwie war Hoffnung gewesen, dass sie sich mal was anderem zuwendet als nur uns und dem Haushalt, dass da neue Aspekte neue Einflüsse , also ich fand das einfach ganz toll und hab mich darauf gefreut und ...

T: *(Das aktuelle Problem zur Mutter zeigt sich)* Erzähl ihr das mal, sei ganz da. Sei da bei deiner Mama.

K: Ich finde das ganz toll, dass du das machen willst *(tränen, geht stockend weiter)* und das freut mich, dass du jetzt da mal was anderes in deinem Leben machen willst als nur Kinder, Küche, Haushalt, ich finde das ganz toll. *(Windet sich, schämt sich etwas)*

Ja eigentlich macht sie diese Vorhaben ja auch noch... das klappt ja noch.....Also dieses ganze Vorhaben das weiß ich nicht wie lange das ungefähr gegangen ist vielleicht ein paar Wochen oder Monate *(Trauer in der Stimme)* und das ist das ganze das alles total zusammen gefallen, das ganze Vorhaben, und mir kam das damals auch vor wie die verpasste Chance für meine Mutter jetzt irgend was aus ihrem Leben zu machen, und von ihren Problemen los zu kommen. Aber die hat's dann... Es ist dann von einem auf den anderen Tag zusammen gesackt. Das Auto wurde verkauft, meine Mutter wollte nicht mehr arbeiten gehen, sie war der Meinung gewesen sie könnte sich dann nicht mehr ausreichend um ihre Kinder kümmern, also um ihre Kinder heißt dann immer im speziellen Fall um ihren Sohn, und eigentlich ist das bis heute unverändert. Diese Entwicklung damals hat sich , dieser Rückschritt damals der irgendwann in den 70er Jahren stattgefunden hat der hat sich ...er ist unaufhaltsam ...ist dieser Rückschritt weiter betrieben worden, bis...

T: *(es ist ganz viel Wut auf die Mutter zu spüren, kommt aber nicht so richtig in die Handlung, es fehlt der Klientin auch noch an Übung mit den inneren Personen umzugehen, und die Mutter war ja sowieso Tabu)* Geh doch mal in die Situation als sie noch das umgesetzt hat, was anderes gemacht hat, kurz bevor es rückwärts ging. Geh mal da hin wo es noch lief, wo es noch funktioniert hat, kurz bevor das umgekippt ist. Was ist passiert?

K: Ja ich erinnere mich jetzt da gerade wie sie mich da irgendwann mal, mit dem Auto, das was sie da ja auch eben noch hatte, da hat sie mich irgendwie in die Flötenstunde gefahren, und das fand ich natürlich toll, dass mich meine Mutter mal irgendwohin fährt, das hat es sowieso sonst nie gegeben, sonst hat mein Vater mich überall hingefahren, jetzt hat sie ja ein Auto, und hat mich da irgendwo hin gefahren.

T: *(Die Trauer vor der Wut steht im Vordergrund und will jetzt erfahren werden)* Ja schau mal was das mit dir macht, wie stolz du bist auf deine Mama, wie es dir damit geht.

K: Seufzt erregt aufgewühlt

T: Du kannst ihr das auch ruhig mal sagen. Lass das mal da sein, wie sehr dich das bewegt.
Pause (Tränen, Emotionen)

Erlaube es dir.....Deine Mama.....

(PauseMusik)

Spüre wie gut das tut, die Mama kümmert sich um dich....

(Pause)

Lass die Tränen ruhig fließen, las sie laufen....

(Pause)

K: Ja aber es hat sich halt herausgestellt das sie das nicht wollte, sie wollte ... es war offensichtlich doch nicht ihr's, sie hatte anderes vor..

T: *(der erste Schritt auf die Eltern zu ist getan, sie lässt jetzt nicht mehr zu)* Wie hat sich das gezeigt, oder hat sie das gesagt?

K: Ja sie hat das gesagt, sie hat gesagt nein wenn sie das macht, dann hat sie ein schlechtes Gewissen ihren Kindern gegenüber, und die brauchen sie, ist sie der Auffassung.

Ich war überhaupt nicht der Auffassung, im Gegenteil ich hätte das toll gefunden wenn die mal ein bisschen weg gewesen wäre, wenn man da mal ein bisschen Freiraum gehabt hätte,

wenn die auch mal nicht da war wenn wir nach Hause kamen, es war immer wie ein Fest wenn die mal nicht da war, da kamen wir nach Hause und dann haben wir uns selbst irgendwas zu Essen gemacht das war einmal das ,Abenteuer pur.

T: Erzähl ihr das Mal, wie du das empfindest, vielleicht weiß sie das gar nicht.

K: Doch, doch, das weiß die schon, und sie hat sich immer bemüht immer rechtzeitig zu Hause zu sein, wenn wir von der Schule nach Hause kamen. (erregt leicht aggressiv)

T: Was passiert? (*ich versuche noch etwas von dem Zorn, der Wut abfließen zu lassen, ohne Erfolg*)

K: Ja es passiert eigentlich so diese Geschichte mit diesem Auto und dem Arbeiten wollte, das kommt mir jetzt so vor als wäre sie das geworden was ich gewollt hätte als Mutter, und aber aufgrund dieses Abbruchs des ganzen was für sie auch sehr überzeugend dann auch war, also für sie schien das dieser Abbruch dieses Vorhabens dann der richtige Weg. Da war sie auch sehr überzeugt davon, und so schien mir das, und in diesem Augenblick habe ich dann auch wieder gemerkt, dass meine Mutter eben nicht so ist wie ich mir eine Mutter vorstelle oder wie ich es gerne gehabt hätte.

T: Und da bist du auch ein bisschen wütend?

K: Ja schon ja

T: Erzähl ihr doch mal, wie du sie gerne gehabt hättest.

K: Ja ich hätte dich gerne so gehabt, dass du Auto gefahren wärst, und einen Beruf hast und da mal andere Leute kennen lernst, mal neue Einflüsse hast, mal ne Aufgabe hast, und mal ein paar nette Kollegen und neue Anstöße für dein Leben überhaupt, dass du irgendwie was eigenes entwickelst, separat von Kindern und Haushalt und das hätte mir gefallen, so eine Mutter wollte ich immer haben so eine die so ganz flink und fix ist eigentlich und da gab es so einige Mütter in meinem Umfeld von meinen Freundinnen, die ich da beneidet und bewundert habe für ihre Mütter und so ne Mutter hätte ich gerne gehabt , aber diese Ereignis hat mir dann auch in der ganzen Dimension gezeigt das meine Mutter einfach so nicht ist, wie ich sie haben wollte, und das war eigentlich auch so sehr endgültig, diese Ent... , da hat sich auch nichts daran geändert also. Die ist eben so wie sie ist, eben überhaupt nicht so wie ich sie haben wollte, in keinster Weise, ich hab mich zwar mittlerweile damit arrangiert, das sie so ist wie sie ist, aber ich wollte mal ne ganz andere Mutter haben.

T: Weil?.....Dann hättest du auch jemanden gehabt wo du hingucken könntest zum Beispiel?

K: Ja genau. Zum Beispiel (*Emotionen, Tränen, stockend*)

Dann hätte meine Mutter auch irgendwas gemacht, was auch meine Zukunft gewesen wäre, da hätte ich mich auch daran orientieren können, wie sie zum Beispiel sich..., wie sie ihren Beruf..., wie sie zurecht gekommen wäre, oder was sie dann für Themen gehabt hätte , dann hätte man vielleicht daran lernen können....

Also das wäre schon schön gewesen (*Schluchzen*)

T: Das ist ganz schön traurig,

K: Das ist ganz schön traurig.

T: Zeig ihr das einfach, das brauchst du gar nicht sagen.

Zeige es ihr wie traurig dich das gemacht hat und immer noch macht.

(*Pause, Tränen*)

Und sie hat es dir auch schwer gemacht...

(*Pause*)

So ganz auf dich gestellt...

K: (*Da greift ein anderes Muster, wenn die Mutter versagt habe ich immer noch meine Papa, der liebe, der immer Recht hat*) Nein ich hatte ja noch einen Vater.

T: Aber du bist eine Frau.

K: Ja das wäre schon bereichernd gewesen. (*weiter Emotionen*)

T: (*Lange Pause kurze unterstützende Bemerkungen*)

Ja da ist soviel Schmerz

Und deine Mutter hatte halt den Konflikt, nehmen wir mal an

K: Nee das war dann ganz schnell kein Konflikt mehr, ich hatte den Eindruck das die dann mit ihrem Abbruch des Unternehmens zu dem Zeitpunkt sehr zufrieden war mit sich.

T: Genau, sie hat das für sich klar entschieden, aber sie hatte den Konflikt.... Sie hatte Kinder...

K: Ja aber in dem Moment war die Entscheidung dann klar und sie hatte dann irgendwie auch keine Lust mehr sich da um ihren Beruf zu kümmern, das war ihr dann nicht mehr so wichtig.

T: Uns schau mal, an dieser Stelle hast du es viel leichter.

K: Das finde ich überhaupt nicht. Ehrlich gesagt, ich finde sie hat es viel leichter gehabt. Es wäre für die viel leichter gewesen es umzusetzen, das alles. Weil mein Mutter das war eben auch das Problem, was ich auch eben auch nicht verstanden hab weil meine Mutter die hat.....

T: Sag es ihr! Was hat die Mutter gehabt?

K: Du hast es eigentlich viel leichter gehabt, du hast aus dieser Sicherheit aus dieser Familie heraus..

Das mein Vater ja der Alleinverdiener war und auch da für die Familie finanziell gesorgt hat, aus der Situation war es viel einfacher gewesen den Beruf aufzunehmen , weil das Risiko war relativ gering und mein Vater hat dir da die bestmögliche Unterstützung zukommen lassen er hat sich da, was weiß ich, da halt mit ihr.

T: (*ich versuche ihr die Unterschiede von ihrer Situation und die der Mutter erfahrbar zu machen, um den aktuellen Konflikt etwas zu entschärfen, da es in dieser Session zu keiner befriedigenden Auflösung kommen wird.*) Sag es ihr direkt

K: Du hast dieses Auto zusammen mit meinem Vater da aussuchen können und kaufen können und er hat dich da unterstützt in dem Vorhaben, und das Risiko diese Arbeit aufzunehmen war sehr gering und es hat eigentlich nur positive Aspekte gegeben, dass war eine nette Firma wo sie da hätte anfangen können.

T: Sag es ihr direkt

K: Das schien mir eine nette Firma zu sein wo du da anfangen hättest wollen, sehr abwechslungsreich und interessantes Arbeitsgebiet. Es war ein Handwerksunternehmen gewesen, Es hätte auch wieder einen Bezug zu meinem Vater gehabt, und das hätte mir gut gefallen, das hätte ich total gut gefunden, und dieses Risiko war so klein gewesen, und es hätte eigentlich nur positives bringen können, auch für ihre persönliche Weiterentwicklung.

T: Und für dich auch.

K: Ja und für mich auch.

T: Und wie reagiert sie wenn du ihr das sagst?

K: Sie sagt halt eben, tja aber so ist sie nicht.

So ist sie halt nicht.

T: Wie geht es dir damit?

K: Tja auf dem Boden der Tatsachen zurück, mit dem man sich abfinden muss.

Seit dem eigentlich, weil sie das eigentlich gar nicht will, dass sie diese Vorhaben wenn es die mal gegeben hat, es gab da noch mal einen sehr unglücklichen unseligen Versuch in einen Beruflichen Start für meine Mutter, der aber dermaßen für die Füße war, den habe ich auch nie als positiv empfunden. Es war ein paar Jahre später gewesen und...

T: Ging das von ihr aus oder von deinem Papa?

K: Das ging von ihr aus, das war ein Fluchtverhalten, also das war dann als mein Vater krank wurde, und meine Mutter mit der Situation total überfordert war, das der krank war, ist sie dann plötzlich auf die Idee gekommen, sie könnte ja mal Arbeiten gehen, um der Situation zu entfliehen. Da ist sie dann wie panisch hat sie sich dann Jobs gesucht, irgendwie hat sie da zwei Jobs gehabt, das ist aber dann auch letztendlich nicht gut gegangen, die hat sie nur kurz gemacht. Nachdem mein Vater dann gestorben war dann konnte sie dann in ihrer Masche da weiter machen, zu Hause wie sie das für richtig hält.

T: Ja dann geh doch noch mal dahin wo sie ihre Jobs gesucht hat, und der Papa krank war, sie sich um ihn kümmern sollte und sie dann angefangen hat sich Jobs zu suchen. Erzähl ihr doch mal wie du das empfindest. Erzähle es ihr direkt.

K: Ja ich empfinde es im Nachhinein schon als Scheiße, dass sie das so gemacht hat.

T: Bleib mal da. Wie hast du es damals empfunden?

K: Damals habe ich das so empfunden, dass aufgrund der schlechten Ehe die meine Eltern geführt haben, war das eigentlich gar nicht verwundernswert.

T: Du empfandest das als Ok?

K: Ja das war folgerichtig gewesen, sagen wir mal so.

T: *(sie erkennt sowohl parallelen zwischen ihrem Verhalten und dem der Mutter, aber auch Unterschiede)* Was hast du dabei empfunden?

K: Empfundene habe ich dabei, dass dieser ganze Druck mit der Krankheit meines Vaters auf mir gelegen hat, und ich hab diese Aufgabe sofort angenommen, erst mal und weil ich auch das Gefühl hatte, dass meine Mutter da bei meinem Vater vollkommen in falschen Händen ist, aber ich habe das Ganze dann für mich auch ganz schnell wieder aufgegeben, weil ich auch ganz schnell überfordert war mit der Situation.

T: Sag das mal deiner Mama. Erzähl es ihr mal damals in der Situation: „Ich bin überfordert, das ist dein Job“

K: Ich bin überfordert damit, dass ist dein Job.

T: Wie reagiert sie darauf?

K: Sie guckt mich nur Verständnislos an weil sie da überhaupt nicht in der Lage ist das irgendwie zu reflektieren

T: Sag ihr das. „Du guckst mich nur Verständnislos an..“

K: Du guckst mich nur Verständnislos an, und bist überhaupt nicht in der Lage das zu reflektieren.

T: Was passiert?

K: Es passiert einfach, dass da an dieser Situation.. dass das eben so gelaufen ist wie es dann laufen musste. Also es gab dann auch keine....Es gab damals schon...oder sagen wir mal so: es war halt wieder mal ein weiteres..

T: Bleib mal damals da in dieser ‚Situation. Du bist Kind, dein Papa ist krank und deine Mama sucht sich Jobs.

K: Nee ich war da ja kein Kind mehr, ich war da ja schon erwachsen. Ich hab da schon gar nicht mehr zu Hause gelebt in der Zeit. Und war ja schon allein damit überfordert, das ich überhaupt nicht mehr da gewohnt habe. Ich bin da ja nur am Wochenende hingefahren und ich war dann mit dieser Situation auch sofort überfordert und hab dann die Flucht angetreten, im Grunde eigentlich kann man schon fast sagen, vielleicht habe ich sie sogar in ähnlicher weide die Flucht angetreten wie meine Mutter sie auch angetreten hat aus dieser Situation, wenn auch mit größerem Recht wie ich das so empfinde.

T: Spürst du die Parallelen zwischen dir und deiner Mama? Kannst du die Wahrnehmen?

K: Bei dieser Flucht ergreifen schon ja.

T: Kipp doch mal zwischen zwei Bildern.

Einmal du machst dich jetzt Selbstständig und deine Mama macht sich jetzt Selbstständig. Da ist dein Papa der bezahlt deiner Mama ein Auto, er unterstützt sie, gibt ihr alles was sie braucht.

Und wie sieht es bei dir aus? Da ist keiner der dir ein Auto gibt, keiner der dich unterstützt, du vollständig auf dich allein gestellt. Und schau was bei deiner Mama passiert ist. Die hat all die Unterstützung gehabt, und wollte es trotzdem nicht machen, es war nicht das richtige für sie, und trotz der Unterstützung ist es nichts geworden. Jetzt schau mal was bei dir ist. Du bist noch am Anfang.

K: Ja bei mir ist die Situation schon teilweise anders, weil erstens mal habe ich diese Aufgabe die sie hatte die sie damals davon abgehalten hat gar nicht, weil ich keine Kinder habe..

T: Dafür hast du auch kein Auto.

K: Ja ich habe kein Auto und keine Kinder, und von daher .. ich habe auch diese Alternative nicht, die sie hatte.

T: Welche Alternative?

K: Diese Alternative die sie ja auch wahrgenommen hat, nämlich in dieser Familie zu verharren und sich ausschließlich um die Kinder und den Haushalt zu kümmern. Was sie zwar auch nicht auf die Reihe gekriegt hat aber sie konnte sich die Bequemlichkeit erlauben.

T: Schau mal, letztes Jahr hast du noch da gestanden und überlegt, ob da vielleicht ein Kinderwunsch die Oberhand hat. Das wäre auch eine Gelegenheit gewesen sich nicht selbstständig machen zu müssen.

K: Ja genau. Das hätte ich auch gerne genommen, das wäre schon nicht schlecht gewesen, das war ja auch.. diese Kinder waren ja auch ein ... oder dieser Kinderwunsch war vielleicht auch eventuell ein Fluchtverhalten aus dieser unseligen Berufssituation. Also vielleicht sogar andersherum wie bei meiner Mutter fast schon.

T: Deine Mama in deiner Innenwelt hat jetzt ganz viele Erfahrungen gemacht und hat alles mögliche ausprobiert, Situationen mit Kindern, mit krankem Mann, mit Versuchen sich selbstständig zu machen, zu Arbeiten und es auch wieder aufzugeben. Hol sie doch mal zu deiner jetzigen Situation dazu. In deiner Innenwelt, also nicht so wie sie jetzt Physisch ist sondern in deiner Innenwelt, wie da ist. Mit all den Erfahrungen die jetzt hat. Schau mal ob sie dir helfen kann, ob sie dir sagen kann, was gut oder richtig für dich ist. (*Das Mutterbild ist noch nicht soweit, das es helfen kann, war ein Scheibchen*)

K: Nee das kann die mir nicht sagen, weil, meine Mutter ist niemand von dem ich einen Ratschlag haben will, weil die ihr Leben so sehr vor die Wand gefahren hat, dass ich da keinen Ratschlag von so jemandem will

T: Aber sie beeinflusst dich dein ganzes Leben. Sie konnte dir als Kind nicht die Mutter sein, die du dir gewünscht hast.

K: Tja das ist schwierig, was macht man damit?

T: Wir können noch mal in eine Situation gehen, wo du versucht hast ihr zu erklären wie du sie gerne gehabt hättest, oder wir können gucken ob du ihr was geben möchtest, dass sie ihr Leben leben kann und du dein Leben leben kannst.

K: Ja das ist ja das wie es auch Lebe in den letzten Jahren, ich lebe das eben so dass ich das bewusst so mir immer wieder Bewusst mache, dass meine Mutter ihr Leben so lebt wie sie das für richtig hält, wenn sie auch ständig darüber jammert, aber ist ja egal. Ich meine sie macht es trotzdem so wie sie es macht, und das auch mit ziemlicher Entschiedenheit.

Gegenüber diesem Gejammer ist die Entschiedenheit es aber so zu leben wie sie es lebt interessanterweise sehr groß.

T: Dann lass sie doch jetzt mal in deiner Innenwelt auftauchen. Deine Mama. Und sage ihr mal: „Diese Gejammer da kannst du so machen wie du willst, ich lass dich so wie du bist und du lässt mich in ruhe.“ Schau mal wie sie dann reagiert. Sag ihr das mal. (*so etwas wie eine Vereinbarung, um im Moment erstmal Ruhe zu haben*)

K: Ja genau. Ja genau.

T: Lass sie mal auftauchen.... Oft ist es so, dass die Personen in der Innenwelt sich anders verhalten als im Außen. Lass dich mal überraschen wie sie reagiert.

K: Gerade in der Innenwelt wird mir diese Entschiedenheit noch klarer. Das sie trotz allem Gejammer ihr Leben so leben will, wie sie das gerade macht. Und diese ständige Irreführung, dass sie mich eigentlich damit ärgert, in dem sie ständig mich fragt was sie denn machen soll oder wie sie denn ihre Situation verbessern könnte und das will sie auf der einen Seite immer wieder von mir wissen, aber die Tatsache das sie ja in keinster Weise irgendeinen Aspekt den man ihr anbietet aufnimmt, diese Tatsache zeigt mir immer wieder aufs neue , dass es wirklich einfach so ist wie es ist und dass es sich auch so nicht ändern wird. Das erlebe ich immer wieder, auch in meiner Innenwelt letzt endlich.

T: Das ist so ein bisschen wie das Bemühen an einem Aussichtslosen Fall.

K: Genau.

T: (Da die Zeit ziemlich vorangeschritten ist versuche ich die Sitzung rund zu machen, in dem ich die „schönen“ Augenblicke noch einmal verstärke und erleben lasse, und sie dann im Nachgespräch auf die nächsten Schritte aufmerksam machen werde) Dann gehe doch noch mal ein paar Minuten zurück, als du so traurig warst, als dir so deutlich wurde, dass es so ist wie es ist. Sie ist einfach so, und das ist ein richtiges Dilemma. Du hast dir eine Mama gewünscht und du hast auch mal eine Erfahrung gemacht gerade als sie dich um Auto zur Flötenstunde gefahren hat, das war vorhin das Bild dafür, wie wundervoll es war für Momente, wenn sie nur an dieser Stelle nur weiter gemacht hätte.

K: (Tränen Schluchzen) genau.

T: Und wenn du die kleine D. spürst, so wie da jetzt im Auto sitzt und stolz ist auf ihre Mama....

Und wenn du dann mal selber als die große D. dazu gehst in diese Situation,... schau dir mal die kleine an, schau ihr mal in die Augen.....was nimmst du wahr?

K: Ich nehme schon diesen Stolz wahr in der Situation, aber auf der anderen Seite eben auch diese Unwissenheit über den Ausgang der Story.

T: Ok. Jenseits von dem Ausgang dieser Story, schau mal das ist das kleine Mädchen,

K: Na so klein war ich da gar nicht mehr. Ich war zwölf/ dreizehn also ich war schon ausgewachsen und ...

T: Ok. Das ist die jugendliche D. die es in dir gibt, die gerade so an der Schwelle zum erwachsen werden steht, und sie schaut dich mit diesen stolzen Augen an, die sie hat weil sie sich so wünscht das sie stolz sein kann auf diese Erwachsene Frau.

K: Auf mich oder auf die Mutter?

T: Auf dich.

K: Ich habe das jetzt anders empfunden.

T: Ich weiß, darum lenke ich deine Aufmerksamkeit jetzt innerpsychisch. Weil du bist auch an dieser Stelle in den Beruf zu starten.

Und ich weiß nicht ob wir das heute lösen können, nur.. du kannst einfach wahrnehmen, wie viel Hoffnung sozusagen die kleine D. in dich setzt. (lass die Tränen einfach laufen)

Lange Pause

Wie geht es dir als der großen D. wenn das so wahr nimmst?

Lange Pause.

K: Also auch ziemlich desillusionierend, auf jeden Fall.

T: Was heißt das genau?

K: Ja das man eben diese Erwartungen und diese stolzen Erwartungen die in gewissen Situationen halt waren, dass die halt eben sich sehr stark relativiert habe im Leben. Und zwar halt bis zu dem Maße, dass es halt keine Spaß mehr machte.

T: Ja dann nimm doch dieses Bild von dieser kleinen D. einfach so in dich auf, die da ist und die so große Hoffnungen in dich setzt, und die auch an dich glaubt, mit diesem Stolz in den Augen.

Diesen Teil hast du mitgenommen....Diese Momente gab es, auch wenn du dich nicht erinnern konntest, jetzt hast du sie erleben dürfen....Nimm dieses Gefühl einfach in dich auf, diesen Stolz.

Diese Ermutigung.....Und mach dir gleichzeitig klar, dass das wirkliche vollziehen im Leben natürlich nicht mal ne Abenteuerreise für sich ist, und dennoch

(längere Pause, Emotionen, Tränen)

Möchtest du der kleine D. noch etwas sagen oder etwas mitgeben, oder vielleicht hat die kleine D. noch etwas für dich zum mitgeben?

K: Ich versuche mich da in der Situation so zu lassen wie ich da bin, weil dieser Stolz und diese frohe Erwartung, die will ich da mal nicht schmälern, weil alles was ich jetzt sagen würde wäre desillusionieren.

T: Du kannst ihr einfach sagen: „kleine D. ich nehme wahr mit welcher frohen Erwartung und wie viel Bewunderung du zu mir hinschaust....ich sehe dich, ich spüre dich....“

K: Ich spüre dich wie du dich da fühlst in dieser Situation und mit dieser frohen Erwartung.

T: JaUnd dann schauen wir mal.....

(Lage Pause)

Band zu Ende

Rückführung auf die Bank zu den Teil der aufs Wochenende wartet, noch mal all die Eindrücke da in der Sonne auf der Bank spüren lassen und in ihrer Zeit zurückkommen lassen.