

## **Doris Stamm B 8 Abschlussarbeit zur Synergetik-Therapeutin 102**

Zusammenfassung meiner Abschlussarbeit:

Thema: „Ich habe Kraft mich zu wehren“

Die Klientin hat in ihrer Kindheit fast täglich unter den Aggressionen ihrer Mutter gelitten und wurde von ihrem Vater sexuell missbraucht. Sie hat sich schon ganz früh von ihren Gefühlen abgeschnitten und alles in ihren Körper gedrückt. Die Folge waren heftige körperliche Schmerzen und Depressionen die sie ihr Leben lang begleitet haben und die auch viele verschiedene psychosomatische Therapien nicht wesentlich verbessern konnten. Mit Hilfe der Synergetik-Therapie konnte schon eine erhebliche Verbesserung erzielt werden. Die Session macht aber auch deutlich, dass noch viel Arbeit zu leisten ist.

In dieser Sitzung erlebt sie immer wieder die Übergriffe der Mutter und hat ganz stark das Gefühl sich nicht wehren zu können, bzw ihre ganze Kraft dafür zu brauchen. Mit Hilfe der Therapeutin setzt sie sich aber doch zur Wehr und schafft es die Mutter auf Abstand zu halten und auch ihre Kraft zu spüren. Da sie das grosse Ziel, nämlich eine fürsorgliche Mutter zu haben, die immer für sie da ist und sie liebt, damit aber noch nicht erreicht hat, schafft sie sich in ihrer Innenwelt eine sogenannte „Wunschmutter“ die ihr die so notwendige Zuwendung gibt. Dadurch kann sie das Vertrauen in sich selbst stärken, um in ihrem Prozess weiter gehen zu können. Um wieder Kontakt zu ihren Gefühlen zu bekommen, muss sie so lange weiterarbeiten bis sie sie wieder integriert hat. Sie macht daher eine Verabredung mit ihrer Mutter, um in der nächsten Session am Thema weiter zu arbeiten.

### **Vorgeschichte:**

**Die Klientin ist 50 Jahre alt, verheiratet und hat eine Tochter. Sie hat eine sehr heftige Kindheit erlebt, mit häufigen manchmal täglichen Schlägen und Aggressionen der Mutter und sexuellem Missbrauch durch den Vater. Sie hat schon früh unter Schmerzen und anderen körperlichen Symptomen zu leiden gehabt. Jahrelange verschiedene psychosomatische Therapien konnten ihr nicht helfen. Die Therapien haben die Thematik alle ins Bewusstsein geholt, sie aber nicht aufgearbeitet und damit die Symptomatik noch verschlimmert.**

**Mit Hilfe der Synergetik-Therapie die sie jetzt seit ca 2 Jahren anwendet, konnte schon eine erhebliche Besserung ihrer Beschwerden erzielt werden, unter anderem eine bessere Leistungsfähigkeit, weniger Schmerzen und ein Rückgang der Depressionen.**

**Die Sitzung findet noch ausschliesslich in der Projektion statt. Später müssen diese Anteile, die von der Mutter, dem Vater, dem inneren Kind repräsentiert werden, wie Wut, Aggression, Traurigkeit usw. noch als eigene Anteile angenommen und integriert werden. Im Moment sind diese noch abgespalten.**

**Während des Sitzungsverlaufs findet ein häufiger Wechsel von einem zum anderen Anteil statt. Das zeigt sich z.B. an der Art der Sprache, wie Babysprache bei dem inneren Kind, oder sehr laut und deutlich, wenn sie wütend ist. Das innere Kind ist im Text unterstrichen dargestellt.**

**Die Sitzung beginnt ohne Entspannungstext, da schon ein Prozess im Gange ist.**

**Th:** Was ist da jetzt?

**KI:** Ich kann gar nichts sagen, ich schäme mich. Mama ich glaube du hast dich auch für mich geschämt Wenn ich so klein war und so geweint habe, hast du dich für mich geschämt - *traurige Stimme*-.

**Th:** Ist deine Mama jetzt da?

**Kl:** Ja, sie sagt ich werde dann wütend. Ja du schämst dich und wirst dann auch noch wütend auf mich, weil du dich durch mich blamiert fühlst. Jetzt sagt sie, ich blamiere sie ja auch dauernd. Ich soll mal endlich meine Brüllschnautze halten.

**Th:** Wie ist das für dich, wenn sie das sagt?

**Kl:** Au, Au, Au, Aua – *Sie ist entsetzt-*.

**Th:** Bist du jetzt das Kind?

**Kl:** So ein brutales Wort für ein kleines Kind. – Brüllschnautze—

**Th:** Spür mal wie das für dich ist, wenn sie das zu dir sagt.

**Kl:** Das trifft wie ein Messerstich, der so durchgeht.

**Th:** Spür mal, wo fühlst du das Messer?

**Kl:** Hier – *Sie zeigt auf ihren Bauch - ich so klein bin und so Aua hab, so Aua hab, so Aua hab.*

**Th:** Geht das Messer mitten durch?

**Kl:** Ja das ist wie eine Sichel, die einfach da rein haut. AAAAAA.

**Th:** Ja, drück aus was da ist.

*Es ist wichtig alles auszudrücken, da das den Prozess unterstützt*

**Kl:** Aua hab und taub macht, alles weg.

**Th:** Das nimmt dir die Sprache.

**Kl:** Keine Sprache, nicht mehr brüllen, nicht mehr brüllen können, du Mama weggemacht hast. – *Sie verzieht das Gesicht und alles wird starr-*

**Th:** Ja, zeige es ihr was das mit dir macht.

*Das ist eine Form der Konfrontation, die in der Kindheit nicht stattgefunden hat und damit nachgeholt wird.*

**Kl:** Ja, guck alles nach innen zieht, alles nach innen zieht, alles starr wird. Heidi Traurigkeit gezeigt hat und Schmerz. Mama weggemacht hat Ratsch

**Th:** Genau, ratsch weg. Wie fühlt sich das jetzt an?

**Kl:** Taub, Tod, keine Sprache, starr, alles starr, nicht mehr sprechen kann. – *Sie wird immer leiser-*

**Th:** Ja, zeig es mal deiner Mama was das mit dir macht.

**Kl:** Keine Sprache, kein Ausdruck der Mund ist starr, die Gedanken starr, alles ist weg.

**Th:** Überall Starre. Wie reagiert denn deine Mutter auf dich?

**Kl:** Ich sehe, bei dir auch alles weg, deshalb du mich nicht so sehen können.

**Th:** Genau, die kann dich gar nicht wahrnehmen.

**Kl:** Heidi nicht mehr leben können, Heidi so nicht leben können, leben, lieben eins ist.

**Th:** Ja, spür mal wie es ist so abgeschnitten zu sein, nichts mehr wahr zu nehmen, keine Liebe mehr.

**KI:** Leben ohne Liebe will Heidi nicht, will Heidi nicht. – *immer leiser-*

**Th:** Schau mal ob deine Mama darauf reagiert wenn du ihr das sagst.

**KI:** Mama sagt ich bin doch für dich da. Ja, mit deinen Schlägen mit deiner Wut, mich immer wegmacht, jeden Lebensimpuls wegschreit, weghaut.

**Th:** Wie ist das für dich wenn sie das sagt? Sie ist immer für dich da.

**KI:** Will ich nicht, so will ich nicht, so will ich nicht, so will ich dich nicht!

**Th:** Genau, weisst du denn wie du sie willst?

**KI:** So nicht mit mir ,so nicht, so nicht. Heidi ganz traurig, ganz traurig, Traurigkeit nicht fließen kann, Traurigkeit da ist , aber Traurigkeit nicht leben kann, Traurigkeit ganz tief.

Hier wird deutlich, dass die Klientin von ihrer Traurigkeit abgeschnitten ist.

**Th:** Genau, spür das mal, sie ist so tief, dass du sie nicht erlauben kannst. Kriegt deine Mama das auch mit?

**KI:**Mama Traurigkeit nicht sehen will, Mama bei Traurigkeit böse wird.

**Th:** Dann darfst du sie ihr auch nicht zeigen?

**KI:** Oder Heidi im Stich lässt, Mama in Ruhe gelassen werden will.

**Th:** Ja, du würdest sie ja dann mit ihrer Traurigkeit konfrontieren, wenn du sie ihr zeigst.

**KI:** Macht Heidi noch trauriger, noch trauriger, noch trauriger. Heidi bei dir so nicht leben kann , Heidi bei dir zugrunde geht , immer mehr – Stimme immer leiser-

**Th:** Bekommt sie es mit?

**KI:** Mama jeden Tag bei Heidi eine Kerbe schlägt.

**Th:** Immer wieder neu? – *Verstärkung durch körperliche Berührung Klientin reagiert mit Husten – Immer wieder neu? So? – Weitere Verstärkung-*  
Durch diese körperliche Verstärkung, das parallel zu dem Geschehen in der Innenwelt passiert, wird die Spannung erhöht. Die Therapeutin ist sehr sensibel dabei, um der Klientin auch weiterhin das Gefühl zu vermitteln, dass sie für sie da ist.

**KI:** Jeden Tag eine neue Kerbe schlägt, immer eine mehr, immer eine mehr, immer eine mehr. Heidi spürt immer weniger von Kerbe, zuerst gespürt, dann immer weniger gespürt.

**Th:** Ist das sowas wie, jetzt schneidest du dich ab?

**KI:** Immer weniger spürt, Heidi immer weniger spürt, immer mehr Kerben, Heidi immer weniger spürt. Immer mehr abgeschnitten, immer mehr resigniert, immer mehr ganz allein.

Hier, wie auch an vielen anderen Stellen der Session, schneidet sie sich von dem Geschehen ab. Das war auch in der Kindheit ihre einzige Möglichkeit um zu überleben. Das Ergebnis ist aber nicht Leben sondern nur Überleben.

**Th:** Genau, ganz allein.

Jetzt beginnt das Ganze zu kippen, sie beginnt sich zu wehren.

**KI:** Stop!

**Th:** Sagst du es deiner Mama?

**KI:** Stop! Aufhören damit, jetzt ist Schluss -Stimme noch etwas verhalten-

**Th:** Hört Sie dich? – *Therapeutin schlüpft in die Rolle der Mutter und sagt: Ich habe aber keine Lust aufzuhören. –Verstärkt das Gefühl von Kerben schlagen- Klientin sagt: Jetzt ist Schluss und wehrt sich gegen die Angriffe.*

Die Therapeutin macht weiter mit der Provokation, denn je mehr Energie die Klientin einsetzt um sich zu wehren, desto effektiver ist der Prozess.

**KI:** Jetzt ist Schluss, Heidi auch stark ist, Heidi sagt Stop.– *Gegenwehr wird stärker-*

**Th:** Spürst du deine Stärke. Schau mal, hört deine Mama auf.

Wichtig ist bei Provokationen, die Verbindung zur Innenwelt zu halten.

**KI:** Ich habe hier die Macht, ich habe hier die Macht.

**Th:** Spür sie die Macht.

**KI:** Du kannst schlagen wo hin du willst, du triffst mich nicht mehr. – *etwas bestimmender-*

**Th:** Schau mal ob sie dir auch hört.

**KI:** Nein sie will nicht hören, versucht es immer wieder.

**Th:** Wie ist das für dich?

**KI:** Du versuchst es immer wieder in mich einzuschlagen, immer wieder einzugreifen, reinzuschlagen, obwohl ich mir einen Schutz baue und auch Kraft habe. Du immer wieder in mich einschlagen . AU AU AU AUA.... - *Therapeutin fordert auf es auszudrücken- Au Au Au Au Au Au Au Au Au.*

**Th:** Hört Sie dich?

**KI:** Du mich nicht hören, du immer nur in mich reinschlagen, was ist da nur los, dann muss ich dich weiter festhalten- *wehrt sich gegen die Provokation der Therapeutin- mich schlägst du nicht mehr, das ist so zermürbend, ich brauche meine ganze Kraft –wehrt sich weiter-*

**Th:** Spür mal deine Kraft, spürst du sie?

**KI:** Ich habe Kraft, aber ich brauche meine ganze Kraft um dich abzuwehren.

**Th:** Ja spür die Kraft und zeig sie ihr.

**KI:** Aber es bleibt dann für mich nichts übrig.

*-Die Gegenwehr der Klientin wird stärker und auch ihre Stimme wird immer lauter . Die Therapeutin unterstützt durch weiteres Gegenhalten den Prozess. Sie versucht die Aufmerksamkeit der Klientin auf die schon vorhandene Kraft zu lenken, während diese immer noch den Focus auf das Abwehren hat. Sie wird immer wütender und sagt: Das ist eine Sauerei. – wehrt sich immer heftiger.-*

Durch das sehr heftig vorhandene Material fällt es der Klientin sehr schwer ihre Aufmerksamkeit auf das Positive zu lenken. Die Therapeutin versucht es trotzdem um ihr dabei zu helfen, dass sie nicht immer nur das Negative sieht. Eine andere Möglichkeit wäre gewesen mit dem Gefühl zu gehen: Sie hat keine Kraft mehr für sich übrig.

**Th:** - *in der Rolle der Mutter: Ich habe keine Lust aufzuhören, ich muss das immer wieder machen..- Gleichzeitig unterstützt sie die Klientin dabei der Mutter ihre Kraft zu zeigen, indem sie sie dazu auffordert sowie durch eine laute Stimme.*

Wichtig ist bei der Begleitung auch die energetische Unterstützung durch die Stimme, die der Situation angepasst sein sollte.

**KI:** Ich werde jetzt ganz wütend , das ist eine Sauerei , du Heidi damit umbringen. - *wird immer lauter-*

**Th:** - *Wieder in der Rolle der Mutter* - Ich muss das aber weitermachen , ich kann damit nicht aufhören.

**KI:-** *schreit* - Du musst das nicht bei mir, du glaubst, du musst das bei mir, ich hole dir alles hoch und du meinst du musst bei mir, du drehst dich jetzt um und gehst zu deiner Mama und zu deinem Papa, du drehst dich jetzt sofort um und ich schreie mit dir genauso wie du mit mir...- *hustet* - siehst du Heidi nicht schreien dürfen und Heidi doch schreit, wenn Du schreien darfst, ich auch schreien. Ich kann nur schreien, weil du so geschrieen hast mit mir, habe ich auch soviel Schreien in mir. - *Die Therapeutin unterstützt den Prozess mit ihrer Stimme* -

**Th:** Guck mal wie sie reagiert?

**KI:** Böse, wütend, ablehnend, zornig. - *laut* - Du könntest mich umbringen für mein Schreien. - *Erkennend* - Ah, ja du könntest mich umbringen. Aber guck doch, du schreist mich doch immer an, ich schreie doch nur zurück, - *verzweifelt* - ich schreie doch nur zurück, du schreist mich doch zusammen. Deine Schreie für Heidi nicht gut sind, gar nicht gut sind, zu weh tun deine Schreie. - *Stimme wieder leise und abgehackt* -

**Th:** Spür das mal wie das ist für dich. Du kannst dich nicht schützen.

**KI:** Deine Schreie so weh tun, so weh tun.....deine Schreie gehen wie Stiche rein , so wie Stiche rein. - *Therapeutin ahmt die Stiche nach. Klientin wehrt sich sofort und schreit:* Aufhören, aufhören, aufhören, ich will keine Schreie mehr und ich will keine Stiche mehr und ich lasse es nicht mehr zu, ich lasse es definitiv nicht mehr zu.

**Th:** Genau, spür die Entscheidung, du lässt es nicht mehr zu.

Die Therapeutin spiegelt der Klientin, dass sie eine Entscheidung getroffen hat, die für den Prozessverlauf wichtig ist. Entscheidungen müssen immer wieder neu getroffen werden, denn ohne Entscheidung gibt es auch keine Veränderung.

**KI:** Du Heidi nicht mehr treffen und du Heidi nicht mehr anschreien und ich schreie sofort zurück und ich bin stark.

**Th:** Spür das, spür wie stark du bist. -*proviziert noch ein bisschen weiter* - *Klientin wehrt sich* -

**KI:** - *schreit immer lauter* - : Ich bin stark, ich bin saustark, saustark, ich bin S T A R K, ich bin S T A R K und ich halte dich auf Abstand und ich bin stark genug, ich bin stark genug dich auf Abstand zu halten.

Hier scheint was gekippt zu sein, da sie jetzt selbst das Gefühl hat stark zu sein.

**Th:** Spür das, dass du stark genug bist, kannst du es spüren?

Es ist wichtig, dass die Klientin auch spürt, dass sie stark ist um das neue Gefühl zu ankern.

**KI:** Ich bin trotzig entschlossen dich auf Abstand zu halten. - *sehr laut und bestimmend* -

**Th:** Ja, genau, guck mal wie sie in der Innenwelt auf dich reagiert.

**KI:** Sie sagt: Wie gehst du mit deiner Mutter um..... - *sehr laut* - Ich scheuer dir gleich eine, wenn du mich immer weiter beschuldigen willst und nicht mal auch bei dir guckst, alles bei mir ablädst, ich scheuer dir gleich eine. Festhalten reicht ja nicht, dir sagen reicht ja nicht.

**Th:** Genau, was reicht denn?

**KI:** Dann hole ich patsche aus und scheuer dir eine. - *Die Therapeutin hält ein Kissen stellvertretend für die Mutter hin und die Klientin schlägt viele Male wütend zu.*

Es ist gut und wirkungsvoll die Wut auch im Aussen auszuagieren, dadurch wird mehr Energie frei.

**Th:** Guck mal wie sie reagiert?

**KI:** - *Sehr wütend* - :Bis dein Kopf Matsche ist, dann brauchst du gar nicht mehr zu reagieren, wenn du eh nicht hören willst was ich dir sage. Ich will deine scheiss Abwehrreaktionen nicht mehr. Ich brauch, dass du mich hörst und mich verstehst. Deine scheiss Abwehr will ich nicht. Beklopte K..... u..... h.

**Th:** Ja, genau, wie reagiert sie?

**KI:** - *traurige Stimme* – Jetzt hat sie sich zusammengesunken und weint darüber, was sie für eine schlimme Tochter hat.

**Th:** Ach, ja, wie ist das für dich?

**KI:** - *wütend* – Scheiss Kuh, du willst ne Mutter sein, Scheisse bist du. Ich rede gar nicht mehr mit dir. So ein Theater machst du, türmst immer noch was auf, ich erreiche dich ja gar nicht.

**Th:** Spür mal, willst du sie denn erreichen?

Für die Therapeutin ist es wichtig zu wissen ob sie überhaupt will, dass ihre Mutter zu ihr kommt. Wäre das nicht der Fall müsste sie zunächst mit der Ablehnung weiter arbeiten.

**KI:** - *traurig und verzweifelt* – Ja sicher, ja sicher.

**Th:** Sag ihr mal was du willst.

**KI:** Ich brauche eine richtige Mama die mich hört – *sehr heftig*- und jetzt will ich mit dir nichts mehr zu tun haben, mit dieser Seite von dir will ich nichts mehr zu tun haben – *sehr leise und traurig*- und jetzt hole ich meine grosse Heidi, die versteht mich.

Hier findet wieder der Wechsel zwischen den Anteilen statt.

**Th:** Ja hol die mal.

**KI:** - *traurig*- Heidi guck mal meine Mama – *atmet schwer* – Heidi sagt, das ist schrecklich für dich, grauenhaft.

**Th:** Ja, so gar nicht die Mama erreichen können.

**KI:** Mama so böse zu Heidi ist und Heidi kann sagen was sie will, Mama hört einfach nicht, dreht es einfach wieder um. Mama immer Heidi anschreit und Heidi beschuldigt und Heidi sagt Mama böse ist. Mama sagt Heidi böse ist und Heidi sagt Mama böse ist. Mama so böse ist, so böse, so böse und Heidi das nicht aushalten, nicht aushalten.

**Th:** Spür mal, du kannst es nicht mehr aushalten.

**KI:** Da wird alles taub und alles tut weh, alles geht weg, kein Gefühl, kein Antrieb mehr, kleine Heidi weiss nicht mehr wo sie hingehört.

**Th:** Kannst du die kleine Heidi verstehen, dass sie sich abschneidet?

**KI:** Heidi nicht weiss was sie machen soll, Heidi nicht weiss wie sie das aushalten soll, Heidi nicht weiss wo sie jemand finden kann der ihr hilft. Heidi ganz verzweifelt und traurig, hilflos – hustet –

Das ist ein Grundlebensgefühl von ihr, das auch in Sitzungen immer wieder auftaucht, solange bis sie es durch Aufarbeitung kippen kann.

**Th:** Will der Husten dir etwas sagen?

Wenn die Seele die Sprache verliert fängt der Körper an zu reden.

**KI:** Heidi möchte gerne alles zusammenschreien, aber keinen Sinn hat, Heidi erreicht niemand.

**Th:** Spür mal die Sinnlosigkeit

**KI:** Heidi erreicht nur Mamas Wut nicht Mamas Verständnis

**Th:** Ja, das ist noch nicht da. – *Klientin ruft jetzt ihre grosse Heidi, die stellvertretend für ihre Wunschmutter steht* – Kommt die?

**KI:** - sehnsüchtig - Grosse Heidi ich brauch dich so, sonst kann ich nicht überleben. Ich brauch dich so. Ja, grosse Heidi sagt ich weiss das, ich bin für dich da. – *hustet* – Heidi so husten muss, hör mal Heidi husten muss.

**Th:** Sprich doch den Husten mal an und frag ihn.

**KI:** Grosse Heidi sagt so ne Wut hat,so ne Wut hat.

**Th:** Frag sie mal was du mit der Wut machen sollst.

Wichtig ist, dass die Klientin die Botschaften aus der eigenen Innenwelt erhält, das ist stimmiger und für die Klientin nachvollziehbarer, als wenn die Therapeutin Ratschläge erteilt.

**KI:** Was soll ich denn Heidi machen mit der Wut? Immer ausdrücken, wenn sie Wut spürt, immer ausdrücken. – Wechsel der Lautstärke von ganz leise zu richtig laut – Ja ich spüre meine Wut und ich drücke die jetzt aus und ich zeige euch allen was ich für eine Wut habe. – *wieder leise* - Heidi was sagst du zu meiner Wut, die ist ja riesig. Ja sagt sie die ist riesig, riesig, riesig.....

Hier wird wieder der Wechsel zwischen den Anteilen deutlich

**Th:** Die muss raus oder? Ist das so?.

**KI:** So ein Berg voll Wut, so ein Berg - *Sie ist erschüttert über den Berg* – Therapeutin fragt wem die Wut gehört. – *Klientin nimmt den Schlagstock und sagt -:* Mama mir ist scheissegal, wie du jetzt guckst, ich zeig dir jetzt mal wie viel Wut ich in mir hab. – *schlägt mehrere Male mit dem Stock auf den Boden bricht aber abrupt ab weil es ihr schwindelig und schlecht wird* -.

Wichtig ist, dass die Wut der Mutter zurückgegeben wird, so lange bis ein Ausgleich geschaffen ist, oder der Flügelschlag des Schmetterlings passiert.

**Th:** Was passiert jetzt ?

**KI:** Mama schickt mir den Papa auf den Hals, ihren grössten Feind, den sie am liebsten umbringen möchte. Den den du am liebsten umbringen möchtest, den schickst du deinem kleinen Kind auf den Hals. – *Sie ist erschüttert* - Mama das ist so gemein, so gemein, du erzählst mir von Morgens bis Abends, was das für ein gemeiner brutaler Kerl ist und dass du gar nicht sagen darfst, was du am liebsten mit ihm machen würdest und den hetzt du auf mich. Was hälst du denn dann von mir? Was hälst du dann von mir, wenn du mir den auf den Hals hetzt. – *Sie ist ganz verzweifelt* -. Die Mutter antwortet: Du bist genau wie der Alte.

**Th:** A, ja, du bist genau wie der Alte. Wie ist das für dich? - *Prozessmusik wird eingespielt* –

Durch Musik wird Energie von aussen hineingegeben, die den Prozess unterstützen kann.

**KI:** - *sitzt zusammengekauert auf den Knien und sagt - :* Das bringt mich um.

**Th:** Das bringt dich um, ja das bringt dich um, spür mal, das bringt dich um. Kannst du das in deinem Körper auch fühlen wie es ist umgebracht zu sein? – *Klientin reagiert mit Husten* – Guck mal da ist der Husten wieder. Ist das so, dass du, wenn du es nicht ausdrückst, der Körper reagiert?

**KI:** Ich Wut nicht mehr spüren kann. Es ist zu gefährlich Wut zu spüren und auszudrücken.

Zwischendurch schneidet sie sich immer wieder ab.

**Th:** Ja, du wirst dann umgebracht. Du kannst ja jetzt mal ausprobieren ob das wirklich so ist, probiers mal aus oder meinst du es wäre jetzt wichtig dieses Gefühl mal wahrzunehmen. – *Klientin bejaht* –

**KI:** Ich mich mehr an grosse Heidi halten, sonst werde ich verrückt, mit denen werde ich verrückt, mit euch werde ich verrückt. Ihr unterstützt mich nicht, ihr werft mir nur die grössten Brocken in den Weg. – *Klientin*

*reagiert mit unkontrollierten Körperbewegungen die an Menschen in der Psychatrie erinnern - Ihr setzt immer alles auf den Kopf so wie es nicht stimmt. Ihr lasst immer alles bei mir, alles, alles, alles.*

*Diese Körperbewegungen sind auch eine Möglichkeit inneren Druck abzubauen. Sie sind ein Ausdruck von verdrängtem seelischem Schmerz, den sie im Moment noch nicht fühlen kann, weil der noch zu heftig ist. Wichtig ist diese Bewegungen geschehen zu lassen.*

**Th:** Und das macht dich schier verrückt.

**KI:** Das macht mich wahnsinnig, ihr lasst alles bei mir und zu mir gehört es nicht, das spür ich, das spür ich, das spür ich, das ist so gemein und das bringt mich um. – *Die Klientin ist weiter in dem Zustand der absoluten Verwirrung und der Körper bewegt sich unkontrolliert. Sie stellt fest, dass das noch ihre einzige Lebens-äusserung ist. Die Therapeutin fordert sie auf ihre Reaktionen auch Den Eltern zu zeigen. Ausserdem hat sie auch das Gefühl wie tod zu sein. Muss dann aber husten.*

**Th:** Ist das so, wenn du dich abschneidest, dass dann der Körper anfängt zu sprechen.

**KI:** Ich kann Kopf aber nicht fühlen, ich nicht wissen wohin soll, Heidi nicht wissen wohin .

**Th:** Wer kann es denn wissen?

**KI:** - *plötzlich sehr laut und panisch* – Nur grosse Heidi kann es wissen.

*-Sie sucht verzweifelt nach Schutz, die sie nur bei ihrer grossen Heidi finden kann. Sie nimmt die Decke und wickelt sich dort ein und ruft laut und richtig panisch nach ihrer Heidi. Sie hat das Gefühl wahnsinnig zu sein, so dass sie auch nicht spüren kann, dass ihre Heidi doch da ist. Ihr Körper macht wieder unkontrollierte Bewegungen. Sie schreit mehrere Male hintereinander: Ich wahnsinnig werden, ich wahnsinnig werden. Sie weiss zwar dass ihre Heidi da ist, aber sie hat panische Angst dass diese wieder weggeht. Bei Papa und Mama fühlt sie sich wie in der Hölle und das jeden Tag. Auch Nachts ist es die Hölle, immer hat sie Schmerzen. Nachdem sie das sehr heftig zum Ausdruck gebracht hat sagt sie plötzlich wieder ganz leise:*

*Dieses Gefühl wahnsinnig zu werden kennt sie aus ihrer Kindheit. Um es nicht zu werden, hat sie das Gefühl in den Körper verdrängt, was jetzt hier zum Ausdruck kommt.*

**KI:** Ich mich fühle wie komisches Kind, ich nicht richtig bin, immer falsch bin, komisches Kind.

**Th:** Wem sagst du das jetzt?

*Die Therapeutin will wissen wem sie es sagt, weil es wichtig ist den Dialog in der Innenwelt fortzuführen und nicht im Aussen.*

**KI:** Der grossen Heidi. Mich nicht richtig freuen können, nicht richtig spielen können, nicht lustig sein, nicht wissen was richtig ist für mich, nicht wissen was ich anfangen soll.

**Th:** Guck mal wie reagiert denn die Heidi?

**KI:** Jetzt bist du ja bei mir, jetzt bist du richtig, so wie du bist, bist ganz richtig so wie du bist. – *entspannt sich sichtlich* – Ja ich dich gut verstehen kann, dich gut verstehen .

**Th:** Kannst du es spüren, dass sie dich versteht?

**KI:** Ein bisschen ja, ich spüre, dass du da bist und dass du mich verstehst, aber noch nicht richtig fühlen können.

*Wirklich fühlen kann sie die positiven Dinge erst, wenn sie in der Lage ist die negativen Gefühle zu erlauben.*

**Th:** Ist das erst mal ok für dich?

**KI:** Heidi du bei mir bleiben, bei mir bleiben, du mich schützen.

**Th:** Kannst du den Schutz spüren? – *Klientin bejaht* – Wo spürst du den?



**KI:** Ich spüre dass du da bist, dass du ehrlich bist und dass du mir helfen willst und kannst und dass ich mich auf dich verlassen kann.

**Th:** Sagt sie irgendwas?

**KI:** Sie streichelt mich jetzt. – *Die Therapeutin fragt wo sie gestreichelt wird - am Kopf -Die Therapeutin streichelt zur Verstärkung des Gefühls auch über den Kopf* - Ja jetzt spüre ich deine Hand, jetzt spüre ich mehr, dass du da bist. Ja Gott sei Dank, Gott sei Dank, dass du da bist. Oh, ist das eine Erleichterung. - *Atmet erleichtert auf* –

Durch das Streicheln im Aussen wird das Gefühl verstärkt.

**Th:** Spüre die Erleichterung.

**KI:** Endlich jemand dem ich mich anvertrauen kann.

**Th:** Spürst du das Vertrauen? – *Klientin bejaht leise, muss aber dann husten* – Hat der Husten noch eine Botschaft für dich, frag ihn mal.

**KI:** Hast du noch eine Botschaft für mich? Ja, lass alles raus wie es gerade kommt.

**Th:** Ist das OK für dich? - *Klientin bejaht* – Sags dem Husten.

**KI:** Ist OK. – *Atmet schwer – Kurze Pause – Heidi jetzt Unruhe wieder kommt, Unruhe spürt, Unruhe, Unruhe, Unruhe, gleich wieder was passiert, Angst ist. –Angst in der Stimme* –

Sie kann sich noch nicht ausruhen, weil sie sich immer noch verfolgt fühlt. Das zeigt darauf hin, dass sie noch nicht die Macht hat. Deshalb muss der Prozess noch weitergehen.

**Th:** Was passiert?

**KI:** Mama, Heidi wieder attackiert, Mama Heidi wieder attackiert.

**Th:** Wie macht sie das?

–*Die Therapeutin verstärkt das Gefühl attackiert zu werden. Klientin wehrt sich sofort und sagt Schluss damit. Die Th. versucht die Aufmerksamkeit auf die schon vorhandene Kraft zu lenken während die Klientin noch mehr bei dem Gefühl ist, dass sie ihre ganze Kraft für die Abwehr braucht. Sie will sich aber nicht mehr totschlagen lassen. Die Th. fordert sie auf das als Entscheidung wahrzunehmen und lenkt die Aufmerksamkeit wieder auf die vorhandene Kraft.* –

**KI:** - *wehrt sie sich weiter und sagt sehr laut - : Ja, Heidi hat Kraft, Heidi hat Kraft, Heidi sich nichts mehr gefallen lassen . Ich die Kraft für mich brauche, ich nicht mehr kämpfen will. Hörst du jetzt?*

**Th:** Hört Sie dich?

**KI:** Im Moment hat sich sich ein bisschen zurückgezogen.

**Th:** Hast du sie abgewehrt? – *Klientin bejaht* – Ja, dann spüre, dass du sie im Moment abgewehrt hast. Kannst du den positiven Aspekt in dem Ganzen sehen. – *Es gelingt noch nicht* –

**KI:** Ich mit grosse Heidi sprechen, ich ganze Kraft brauche um Mama abzuwehren, ganze Kraft brauche. Ich nicht ganze Kraft verbrauchen will um Mama abzuwehren.

**Th:** Kann sie dir nicht vielleicht helfen?

**KI:** Heidi sagt, ich ihr mehr vertrauen soll, dann Mama immer weniger macht.

**Th:** Weißt du wie es geht?

**KI:** Ich meine Probleme mit Heidi besprechen und klären, ich dann nicht mehr auf Mama angewiesen bin und Mama keine Macht mehr hat. – *Die Therapeutin fordert sie auf, es ihrer Mutter direkt zu sagen* – Mama ich jetzt

meine Probleme mit Heidi klären. Heidi wenigstens richtig für mich da ist. Ich dann nicht mehr bedürftig und ich nicht mehr dich brauchen und du keine Macht mehr hast. Sauerei sagt sie - lacht herzlich –

Direkte Ansprache hat eine andere Qualität.

**Th:** Wie ist das für dich wenn du sie nicht mehr brauchst? Das ist doch echt ne Sauerei wenn du sie nicht mehr brauchst, dann hat sie keine Macht mehr über dich.

**Kl:** Ja genau, das ist echt ne Sauerei, da stehst de da, da musst du dich glatt an deine Mama wenden. Ich nicht mehr da für dich, ich Heidi hab, Heidi gute Mama und gute Freundin ist. Heidi alles ist, du alleine für dich gehen.

**Th:** Wie ist das jetzt für dich?

**Kl:** Ich bin froh, aber irgendwas kräuselt sich noch. Da ist immer noch so ein Besitzanspruch an mich. Ich habe immer noch das Gefühl, dass ich für dich da sein muss. Heidi ich immer noch das Gefühl hab, ich muss für Mama da sein und Mama helfen.

**Th:** Guck mal ist das so?

**Kl:** Heidi sagt: Ich muss nur ganz allein für mich da sein und mir helfen, nur für dich da sein.

**Th:** Glaubst du ihr?

**Kl:** Ja, aber Mama lässt nicht locker, Mama einen Besitzanspruch hat

**Th:** - *in der Rolle der Mutter* – Ja Heidi ich brauch dich doch, du sollst für mich da sein.

**Kl:** Mama sagt: Sauerei ist.

**Th:** Ja genau, dann hat sie keine Macht mehr über dich. Wenn du nichts mehr von ihr willst, dann hat sie auch keine Macht mehr über dich.

**Kl:** Heidi was ich machen soll? Heidi sagt, jetzt kuschel dich erst mal ein, bis deine Kraft wieder kommt. Damit du mehr Vertrauen in unsere Beziehung bekommst

**Th:** Willst du es machen?

**Kl:** Ich mich bei dir einkuscheln, ich mich bei dir einkuscheln. – Klientin kuschelt sich in die Decke-

**Th:** Wo liegt sie denn, liegt sie in deinem Rücken. – *Klientin bejaht. Therapeutin legt sich in den Rücken um das Gefühl zu verstärken, dass Heidi da ist –*

**Kl:** - *Atmet tief auf -* Endlich da ist, Mama guck mal, Heidi, Heidi hat. – Th. fordert sie auf es der Mutter zu zeigen – Heidi ganz ruhig wird und Heidi Hilfe hat.

**Th:** Ja, spür das und lass es sich ganz tief ausbreiten in dir. Da ist jemand für dich da, du bist nicht allein. Frag sie mal ob sie auch in deinem Alltag für dich da ist.

**Kl:** Mama hier immer noch reingreifen will, hier immer noch reingreifen will.

Hier zeigt sich wieder, dass sie sich kaum auf ein schönes Gefühl einlassen kann. Sofort taucht wieder das nächste Problem auf. Das zeigt die enorme Spannung auf, in der sie sich ständig befindet.

**Th:** Guck mal ob die Heidi dich beschützt?

**Kl:** Heidi was ich jetzt machen kann? Mama hier immer noch reingreifen will. Heidi sagt, sie gibt ihre Energie ganz darum, aber ich da Wunde hab und ich die Wunde immer noch spüre. Ja, weil ich die Wunde da spüre, genau. Mama in mein Herz greift, ich die Wunde spüre.

**Th:** Guck mal, kann die Heidi dich nicht schützen?

**KI:** Doch, sie gibt ihren energetischen Schutz darein, aber da ist noch die Wunde.

**Th:** Was braucht es denn noch, damit sie nicht mehr reingreifen und dich verletzen kann.

**KI:** Heidi sagt, dass es wichtig ist, dass ich Wunde spüre.

**Th:** Kannst du dich darauf einlassen?

**KI:** Ja, wenn ich weiss, dass es Wunde ist und nicht Mama, die immer wieder reingreift, kann ich mich darauf einlassen.

**Th:** Ja, dann spür mal deine Wunde.

**KI:** - *leise* - Ja, da mein Schmerz ist, grosse Wunde ist. – *Therapeutin fordert sie auf es auch der Mutter zu zeigen* – Mama mir mein Herz geklaut hat, nur graues Tuch ist.

**Th:** Kommt sie immer noch dran?

**KI:** Nein sie kommt da nicht ran, das ist wie ein Phantomschmerz.. Heidi auch spürt, dass sie immer wieder hin will, sich aber nicht traut.

**Th:** Dann spür, dass du geschützt bist, dass sie jetzt nicht reingreifen kann, wenigstens nicht offensichtlich. Die Wunde ist halt noch da. Im Moment bist du geschützt.

**Die Therapeutin macht wieder auf den positiven Aspekt aufmerksam um diesen zu ankern.**

**KI:** Heidi ganz viel Heilkräuter gesammelt hat, draufpackt. – hustet – Alles sich entzündet hat, Herz und Bronchien, Heilkräuter drauf tut und Balsam. Durch liebevolle Verbundenheit zu Heidi Stoff wieder rot wird, nicht mehr grau ist, jetzt wieder rot wird.

**Th:** Ja, guck mal wie das ist für dich.

**KI:** Heidi ganz erleichtert.

**Th:** Wo spürst du die Erleichterung?

**KI:** In meinem Oberkörper und in meiner Brust.

**Th:** Ja, lass sich dieses Gefühl ganz tief ausbreiten in dir, da ist jemand da für dich, legt dir Heilkräuter auf, dass es jetzt heilen kann und es gibt dir Erleichterung.

**KI:** - *Pause* – Heidi sagt was da wächst ist jetzt dein Herz, dein Gefühl und deine Liebe. Das Herz kann nicht mehr beschädigt werden von der Mama.

**Th:** Glaubst du ihr?

**KI:** Ja..... Ja.....ich glaub dir. Ja das ist mein Herz, ganz klein, aber mein Herz. – sie ist sehr berührt davon – Wie ein Herz von einem ganz kleinen Kind.

**Th:** Wie alt bist du jetzt?

**KI:** Babyherz und Babykind, aber meins.

**Th:** Bist du jetzt das Kind?

**KI:** Ich spür das Baby in mir. Baby liegt da drin.

**Th:** Wo pürst du das Baby?

**KI:** In der Brust, Baby nicht mehr oben auf liegt, Baby in der Brust ist.

**Th:** Ah, ja, hast du es schon integriert. Wie ist das für dich?

Hier ist eine Kippung passiert.

**KI:** Ich seh Baby lachen, das ist schön.

**Th:** Ist das sowas wie ,dass jetzt die Lebensfreude zurückgekommen ist?

**KI:** Vielleicht! Kann ich aber nicht spüren. Baby nuckelt am Daumen, Baby beruhigt ist und zufrieden.

**Th:** Ja, dann spür mal die Zufriedenheit.

**KI:** Heute geht noch nicht, weil noch zuviel Schmerz.

Um diese Situation durchgreifend zu kippen, muss sie diesen Schmerz auf der seelischen Ebene spüren und ihn dann durch entsprechendes Handeln bearbeiten und damit auflösen.

**Th:** Guck mal ob du es akzeptieren kannst ? – Klientin bejaht –

**KI:** Jetzt Teil von Mama kommt und sagt: Ach seid ihr süß. Sie will sich dazulegen. Mama aber ich unsicher bin, ob du nur von uns was haben willst, oder ob du für mich da bist.

Das ist ein Test ob die Situation wirklich gekippt ist.

**Th:** Wie reagiert sie denn?

**KI:** Will was haben. – bestimmend – Dann musst du gehen.

**Th:** Ja genau, zeig du ihr die Entfernung die du erlaubst. Sie soll es sich aber angucken wie es richtig geht.

**KI:** Du kannst dir angucken wie es richtig ist, wie es geht. Nur der Teil darf kommen der für mich da ist, der mich braucht und ausnutzt, der soll jetzt nicht da sein. – kuschelt sich wieder in die Decke ein –

**Th:** Ja, nimm das Gefühl ganz tief in dich auf, dass du da jetzt jemand hast, der dir Packungen macht, dass die Heidi jetzt immer für dich da ist. Geniesse diesen Zustand, wenn du kannst. – Musik wird eingespielt –

Hier ist es wichtig dieses Gefühl zu ankern, da die Mutter noch dabei stört, wird sie erst noch mal weggeschickt. Weitere Bearbeitung ist noch nötig.

**KI:** Grosse Heidi mich jetzt badet und schön spielt beim Baden. Schön streichelt, Körper krabbelt und dann immer schön warmes Wasser über den Körper laufen lässt. Ganz schön ist, ganz schön ist. Heidi so schön lächelt und Kind so freundlich anlächelt. Dann Kind auch lächeln kann. Heidi jetzt warmes Handtuch hat und ganz schön abreibt. Den ganzen Körper schön abreibt. Dann ein bisschen Quatsch machen, Heidi lachen kann. – lacht und freut sich – Therapeutin macht auch ein bisschen Quatsch und kitzelt die Klientin – Heidi schön anzieht, Heidi in den Arm nimmt und Heidi füttert. Lecker ist, schön gefüttert werden. Obstbrei essen, ganz lecker ist.

- Sie lässt sich dann weiter von ihrer grossen Heidi versorgen, die mit ihr spielt und sich um sie kümmert. Dann gehen sie gemeinsam spazieren.

**KI:** Grosse Heidi immer lieb ist und immer freundlich ist und immer fühlt was für kleine Heidi richtig ist. Ja, sie sagt ich habe dich ja auch ganz lieb. Heidi fährt jetzt mit dem Kinderwagen bei der Mama vorbei.

**Th:** Ja, die grosse Heidi soll ihr mal zeigen wie man sich richtig um ein Kind kümmert.

**KI:** - Jammert – Ich nicht zu meiner Mama will, ich Angst vor dir hab.

**Th:** Probier es doch mal aus, vielleicht hat sich ja was verändert. Du weißt doch, dass du die Macht hast. Du bestimmst wie nah du sie an dich heran lassen willst.

**KI:** Die Mama fragt: Warum hast du denn Angst vor mir? Frag doch nicht so doof. Warum ich Angst vor dir hab?

Weil du so böse bist, so böse bist. Sie sagt: Schau mal ob ich jetzt böse bin. Jetzt nicht, aber ich traue dir nicht. - Die Therapeutin fordert sie auf das wahrzunehmen und sich trotzdem zu trauen, ihrer Mutter einen Vertrauensvorschuss zu geben.

Die Therapeutin ermutigt sie, doch mal über ihren eigenen Schatten zu springen, damit sie auch mal andere Erfahrungen machen kann, als die die sie kennt

**KI:** Mama nicht böse ist, aber auch nicht mit Heidi spielen kann.

Hier wird wieder deutlich wie stark das negative Denken der Klientin ist. Die Therapeutin ermutigt sie auch den anderen Teil wahrzunehmen.

**Th:** Guck mal was kann sie dir denn jetzt geben.

**KI:** Was kannst du mir denn jetzt geben? Sie kann mir noch keine Nähe geben, aber sie muss nicht mehr aggressiv sein.

**Th:** Gut dann nimm das wahr, dass sie im Moment nicht aggressiv ist, guck mal ob du den positiven Aspekt jetzt wahrnehmen kannst. Dass sie dir zwar das eine noch nicht geben kann, aber dass sie auch nicht aggressiv sein muss.

**KI:** Sie gibt mir das Böse nicht, aber das Gute kann sie mir noch nicht geben.

- *Sie ist damit nicht zufrieden. Die Therapeutin versucht auch hier den positiven Aspekt der Veränderung hervorzuheben. –*

**Th:** Guck mal wie nah du sie an dich heranlassen kannst, jetzt.

**KI:** 1-2 Meter weg.

**Th:** Ist das schon näher als vorhin, wo du ihr die Grenze aufgezeigt hast?

**KI:** Das war auch nur Armlänge, aber jetzt muss ich nicht mehr kämpfen und meine Arme dagegen halten, jetzt kann ich meine Arme bei mir behalten, ich habe deine Arme nicht zu befürchten, deine Aggression. – *atmet erleichtert auf* -

**Th:** Ja genau, dann nimm das wahr, das ist wichtig.

**KI:** Ich kann jetzt in Armlänge dir nah sein, aber ich habe deine Aggression nicht zu befürchten.

Das ist jetzt die Veränderung, die sie sich erarbeitet hat.

**Th:** Ja spür das mal und guck mal wie sie reagiert.

**KI:** Sie nickt und sagt: Das spürst du jetzt ganz richtig. Da ist wenigstens eine Übereinstimmung da, das ist auch schon mal gut und die Heidi sagt für die Nähe hast du mich ja. Ja für die Nähe hab ich dich und für den Schutz habe ich dich und für die Liebe habe ich dich. Gott sei Dank. – *sie ist ganz erleichtert* –

Hier und an vielen anderen Stellen geht die Therapeutin mit dem letzten Impuls der Klientin und gibt ihn wieder rein.

**Th:** Lass Gott auch da sein und spür mal die Erleichterung, du musst nicht mehr kämpfen, sie bleibt trotzdem auf Abstand, die Aggression ist im Moment nicht da und es ist jemand für dich da.

**KI:** Mama du hast mich verdammt und Gott hat mich gesegnet.

**Th:** Kannst du im Moment Gott wahrnehmen?

**KI:** Gott hat mich gesegnet.

**Th:** Guck mal was er mit deiner Mama macht.

**KI:** Er segnet sie auch.

**Th:** Wie ist das für dich und deine Mama ?

**KI:** Ja gut, aber sie hat noch die ganze Verdammnis vor ihren Füßen.

**Th:** Guck trotzdem mal was es im Moment mit dir macht.

**KI:** Das ist dein Problem, sie starrt immer noch auf die Verdammnis, das gesegnet sein kann sie noch nicht spüren.

**Th:** Aber du kannst es spüren?

**KI:** Ich spüre mein Gesegnet sein, nein spüren kann ich es noch nicht, aber ich habe es gesehen. – *Die Th.:* fordert sie auf das wahrzunehmen - Mama bringe deine ganze Verdammnis, die du immer an mich weitergegeben hast, dahin zurück wo sie herkommt.

**Th:** Spür mal, steht die Verdammnis noch dazwischen, so dass du dein Gesegnet sein auch nicht spüren kannst?

**KI:** Ich kann mein Gesegnet sein spüren.

**Th:** Wo spürst du das denn? – *Sie zeigt auf ihren Bauch* – Ja, dann lass das Gefühl Gesegnet zu sein, sich in deinem ganzen Körper ausbreiten.

**KI:** Ihre Mama und ihr Papa wollten gerade auf allen vieren wegkriechen, sie holt sie wie an langen Hosenträgern wieder zurück. Das ist gut Mama, jetzt bist du auf dem richtigen Weg. Aber ich habe jetzt keine Lust mich mit euch zu befassen. – *hustet* – Das überfordert mich jetzt. Ich bleibe jetzt bei mir.

**Th:** Mache eine Verabredung mit ihnen und spür du dein Gesegnet sein.

*Dieses Geschehen zeigt auf, dass noch weiter gearbeitet werden muss, deshalb trifft sie eine Vereinbarung.*

**KI:** Ja, wir machen weiter, wenn es so weit ist.

**Th:** Guck mal ob es für sie OK ist. – *Klientin bejaht* – Dann bleib du bei dir.

**KI:** Jetzt ist auf einmal wie ein Kreis um mich, fast wie mit einem Zirkel gezogen.

**Th:** Ist das dein Schutzraum? – *Klientin bejaht* – Dann nimm das auch ganz tief in dich auf, du bist geschützt, du bist gesegnet, die grosse Heidi ist für dich da, für die Liebe, für das Geschützt sein.

**KI:** Mich versteht, mich so sein lassen wie ich bin, mich so annehmen wie ich bin, mit meinen Impulsen gehen. Das ist schön. – *Sie ist ganz ergriffen* – Das ist schön, das ist gut, das ist sehr gut, gut, gut, gut.

*Dieser Satz drückt ihren tiefen Wunsch aus, so angenommen zu sein, wie sie ist. Dazu gehört dann aber auch, dass sie sich selbst so annehmen muss wie sie ist, mit ihren Aggressionen, ihrer Wut und Traurigkeit. Das fällt ihr sichtlich schwer.*

**Th:** Ich sehe jetzt ein Lächeln auf deinem Gesicht.

**KI:** Da kommt Freude auf. – *Sie ist ganz berührt* –

**Th:** Ja spür das mal und sage es mal der grossen Heidi und Gott.

**KI:** Ich freue mich so, dass es jetzt so ist, dass das alles da ist, dass ihr da seid. Ihr habt mir so geholfen.

**Th:** Wie reagieren sie denn?

**KI:** Sie freuen sich mit mir, mein Baby freut sich auch. Mein Baby hat noch die Kräuterpackung auf dem Bauch.

**Th:** Wie sehen die Verletzungen aus, ist da was in Gang gekommen, fängt es schon an zu heilen?

**KI:** Es sieht noch ganz rot aus und blutig. – *Sie wird ganz traurig* – Es ist wie ein Schutz, aber das muss noch bearbeitet werden.

**Th:** Ist das OK für dich? - *Klientin bejaht* - . Mache auch mit dem Baby eine Verabredung.

**KI:** Baby wir machen weiter, wenn es geht. Sag mir mal Bescheid wann du so weit bist. Die Packung kann ja weiter liegen bleiben zu deinem Schutz, damit du nicht mehr bedroht wirst.

**Th:** Guck mal, nickt das Baby? - *Klientin bejaht* –

**KI:** Baby genießt die Packung und spürt die Wunde jetzt gar nicht. Fühlt sich so gut an und riecht so schön. Ist so schön warm und weich.

**Th:** Für mich fühlt sich das ziemlich rund an jetzt. Guck mal gibt es für dich jetzt noch irgendwas was du gerne bearbeiten möchtest, was du noch klären möchtest?

**KI:** Nein ich möchte jetzt noch mit Heidi spielen, meinen eigenen Wagen schieben usw.

**Th:** Ja genieße noch das Gefühl mit deiner grossen Heidi zusammen zu sein.

- *Um das Gefühl zu ankern wird Musik eingespielt* -

Da das Thema mit der Mutter noch sehr stark ist und die Klientin mehr in ihrem guten Gefühl bleiben soll, verzichtet die Therapeutin auf eine erneute Konfrontation mit der Mutter.

In dem Nachgespräch weist die Therapeutin, die Klientin darauf hin, dass sie unbedingt weiter dranbleiben muss, wenn sie eine durchgreifende Verbesserung ihrer Beschwerden erreichen will. Dazu sind Blöcke gut geeignet, da sich dann zwischen den Sitzungen die alte Struktur, wie z. B. nur das Negative wahrzunehmen, nicht wieder so verfestigen kann. Stichwort: Selbstähnliche Erlebnisse.

**Hallo liebe Serena**

**Was mir noch selbst dazu eingefallen ist:**

**Mir ist klargeworden, dass ich eine riesige Angst vor Bewertung habe und deshalb ist mir diese Arbeit ziemlich schwergefallen. Ich hoffe du zerreisst mich nicht.**

**Insgesamt bin ich mit der Sitzung zufrieden, vielleicht hätte ich ein bisschen mehr spiegeln können, aber auf Grund dessen, dass die Heidrun als angehende Synergetik-Therapeutin ja Bescheid weiss, habe ich das etwas vernachlässigt.**

**Manches ist mir auch erst im Nachhinein aufgefallen und zwar die Sache mit dem Thema: Negativ denken. Hier hat mein Helfersyndrom voll gegriffen, ich hatte in diesem Moment meine Eltern vor mir. Ich glaube mittlerweile, dass es wichtiger gewesen wäre, ihr deutlich zu machen, was sie macht. Erst wenn sie das wahrnehmen und annehmen kann, kann sie es auch verändern. Mein Gefühl ist, dass der Leidensdruck zwar sehr gross ist, aber die Angst vor Veränderung mindestens genau so gross. Ich werde noch mal mit ihr darüber sprechen.**

**Der Text gibt nur sehr ungenügend die Stimmung der Sitzung wieder. Falls du die Kassette brauchst, sag mir bitte Bescheid.**

**Viele Grüsse Doris**

Willst du es jetzt mal probieren, probiere es mal aus.