

Supervisions-Sitzung Gerlinde Gabriele Zender Berufsausbildung B 17 - 196

„Beziehung und Essstörung“ (Missbrauch)

Die 40-jährige Klientin fühlt sich in ihrer Beziehung unzufrieden und in der Erziehung der Kinder überfordert. Den aufgestauten Frust unterdrückt sie mit wiederkehrenden Fressattacken. Im Verlauf der Sitzung kann der Hintergrund sehr deutlich herausgearbeitet und verändert werden. Sie fühlte sich als Kind von ihrer Mutter unterdrückt und nicht ernst genommen. Es mangelte ihr deutlich an elterlicher Zuwendung, was darin begründet liegt, dass ihre Mutter ihren Vater sehr früh durch den Krieg verloren hat. Der Mangel der Klientin sowie ihr Defizit an Durchsetzungsvermögen legten den Nährboden für einen späteren sexuellen Übergriff durch einen Bekannten, der noch heute auf ungute Weise mit ihrer Sexualität verkoppelt ist und einen immer wiederkehrende Ekel auslöst. Durch die aktive Konfrontation mit dem Missbraucher, sowie die Integration des fehlenden Opas durch die Methode des Einfließen Lassens von Farbe kommt es zu tief greifenden Veränderungen. Die Klientin berichtet, dass sie nach der Sitzung 6 kg abgenommen hat. Auch der innerliche Druck sei deutlich gewichen und müsse nun nicht mehr an ihre Kinder weiter gegeben werden. Aus einem ständigen Gefühl von Ekel wurde eine tiefe innere Zufriedenheit.

Synergetische Innenweltreise

In der Synergetik Therapie Einzelsitzung wird die neuronale Matrix im Gehirn durch Konfrontation der einzelnen Energiebilder einer Struktur verändert. Dies geschieht durch die Aufdeckung der Hintergründe von blockierenden und krankmachenden Muster und Glaubenssätzen und der Verknüpfung bzw. Konfrontation der Bilder untereinander. Das daraus entstehende Chaos in den neuronalen Verknüpfungen bewirkt auf den Gesetzmäßigkeiten der Selbstorganisation (von Herman Haken erstmalig wissenschaftlich belegt) eine Neuorganisation zum Höheren hin und aktiviert die Selbstheilungskräfte im Menschen.

Informationen aus Gespräch mit Klientin

Klientin (40 Jahre) fühlt sich unwohl in ihrer Haut. Wenn sie unzufrieden ist oder frustrierende Erlebnisse in der Beziehung mit ihrem Mann oder ihren drei Kindern erlebt, bekommt sie Fressattacken und fühlt sich anschließend noch schlechter. Dadurch hat sie Schwierigkeiten ihr Gewicht zu halten.

6. Session

Entspannungstext führt über eine Treppe in den Keller.

Die Klientin hat die Augen mit einer Augenbinde geschlossen und kann nun über den Entspannungstext in einen α -Zustand kommen, also in einen traumähnlichen Wachzustand, der es ihr ermöglicht, ihre verborgenen „Innere Bilder“ wahrzunehmen. Durch die Entspannung werden bestimmte Bereiche des Gehirns ausgeschaltet, so dass in diesem intuitiven Zustand der Zugang zu den „Inneren Bilder“ erleichtert wird. Der bewusste Abstieg in den Keller verdeutlicht der Klientin, dass das Unbewusste eine Chance bekommt, ins Bewusstsein zu gelangen, angeschaut und bearbeitet werden kann. Mit der Bereitschaft sich für die eigene Innenwelt zu öffnen, kann der Prozess zur Unterstützung der Selbstheilungskräfte in Gang kommen. Dabei ist die Synergetik Therapeutin Begleiterin in der Anwendung des von Bernd Joschko, dem Erfinder der Synergetik Therapie, und seinen BegleiterInnen entwickelte Basishandwerkzeug.

T: Bist Du unten angekommen?

K: Ja, ich sehe die Tür, die immer da ist.

T: Ja, beschreibe die Tür noch mal!

Mit Hilfe von symbolischen Türen wird verdeutlicht und klar beschrieben, um was es in dieser Session geht.

K: Es ist eine zweiflügelige Holztür mit einem Rundbogen und Eisenbeschlägen.

T: Steht etwas auf der Tür?

K: Ja, es ist dieses Thema „Fressen“ und „Ekel“.

T: Wie geht es Dir vor der Tür?

K: Die Situation ist mir bekannt.

T: Und was ist das für ein bekanntes Gefühl?

K: Da ist ein Frustgefühl.

T: Kannst Du das in deinem Körper spüren?

K: In der Magengegend.

T: Was spürst Du da?

K: Da ist ein Druckgefühl.

T: Bist Du denn bereit die Tür jetzt zu öffnen?

K: Ja, ich bin bereit.

T: O.K., dann sage Bescheid, wann Du sie öffnest!

K: Jetzt öffne ich die Tür.

Türgeräusch wird eingespielt, damit die Energiebilder so real wie möglich erlebt werden können.

Allgemein: Das Einspielen von Geräuschen und Musik erzeugt im Gehirn bestimmte Assoziationen, die mit dem Thema verknüpft sind.

K: Ich bin in einem Raum. Er ist dunkel.

T: Wie geht es Dir in diesem dunklen Raum?

K: Ich suche nach einem Lichtschalter.

T: Kannst Du ihn finden?

K: Ja, ich schalte ihn an. Ich nehme eine gedeckte Tafel wahr.
Da ist eine große Tafel in U-Form.

T: Ist da eine Feierlichkeit? Wo bist Du gerade?

K: Es sieht nach Feierlichkeit aus. Da ist auch eine Bühne aufgebaut.

T: Was wird da gefeiert?

K: Das ist die Hochzeit meiner Schwester.

T: Bist Du alleine?

K: Ja.

T: Wie geht es Dir, wenn Du Dir diesen Raum so anschaust?

K: Ich fühle mich nicht wohl.

T: Wo kannst Du denn dieses Unwohlsein spüren?

Hier kann ein Wechsel von Symbol- auf Körperebene stattfinden, damit sich die im Körper abgespeicherte Energie mit der Symbolebene verknüpfen kann.

K: Es zieht mir jetzt in den Unterleib. Meine Hände sind angespannt.

T: Du kannst es Deinen Händen und Deinem Unterleib mitteilen, dass Du dieses angespannte Gefühl wahrnimmst! Du kannst die Symptome mal ansprechen, wieso sie sich denn jetzt gerade zeigen!

Durch die direkte Ansprache können die tieferen neuronal gespeicherten Informationen (Energiebilder) in Form von Symbolen, Gefühlen, Bildern, Erfahrungen, Erinnerungen etc. freigegeben werden. In der direkten Kontaktaufnahme und Konfrontation mit diesen Energiebildern, können Antworten gefunden werden, die auf der emotionalen Ebene miteinander verknüpft sind.

K: „Hände, warum verkrampft ihr euch denn jetzt?“ Weil ich insgesamt so verkrampft bin.

T: Wie geht es Dir damit?

K: Das kenne ich aus meinem Leben.

Hier passiert von selbst ein Wechsel der Körperebene zur Realebene.

T: O.K. Dann gehe mal in die Situation in deinem Leben, wo dieses Gefühl da ist oder wo es zum ersten Mal aufgetaucht ist! Was taucht da auf?

Um mit der Energie der Gefühlsebene in Kontakt gehen zu können, werden Vorschläge gemacht. So kann der eigene kreative Prozess der Klientin unterstützt werden.

K: Jetzt taucht die kirchliche Trauung meiner Schwester auf.

T: Sei mal da, jetzt! Und wo befindest Du Dich?

Es wird immer nur die Gegenwartssprache verwendet. Die Klientin kann so ihre innere Wirklichkeit als reales Erlebnis neu erleben. Nur die Gegenwart erlaubt dies.

K: Ich sitze im hinteren Teil der Hochzeitsgesellschaft.

T: Ja spüre mal, wie es Dir dort geht!

K: Ich habe das Gefühl, nicht dazu zu gehören.

Hier taucht ein Mustersatz auf: Ich gehöre nicht dazu.

T: Wer sitzt neben Dir?

K: Da sitzen Frauen, die ich nicht kenne.

T: Magst Du sie mal ansprechen?

K: „Hallo, Ihr Frauen, ich bin die Schwester der Frau, die da vorne heiratet, aber ich fühle mich nicht dazugehörig.“

T: Wie reagieren die Frauen?

K: Mit einer Gestik zeigen sie mir, dass ich nach vorne gehen soll.

T: Wie ist das für Dich? Spüre mal!

K: Ich weiß nicht so recht.

T: Du hast verschiedene Möglichkeiten. Du könntest bspw. nach vorne gehen und deiner Schwester mitteilen, wie es Dir geht oder über das Mikrofon am Altar allen mitteilen, wie es Dir geht oder spüre mal, was Du machen möchtest.

Es werden verschiedene Vorschläge gemacht, so dass die Klientin in jedem Moment die Freiheit hat, nach ihren eigenen Impulsen zu handeln. So kann sie dem folgen, was für sie richtig ist.

K: Ich weiß nicht so richtig, was ich tun soll. Ich finde die Hochzeit blöde, weil ich ein Kleid tragen muss, was ich eklig finde.

T: Wer hat gesagt, Du sollst das Kleid anziehen?

K: Meine Mutter.

T: Ja, dann lass` sie mal da sein!

Zur Klärung der Situation können alle angesprochenen Personen dazu geholt werden.

K: Ja.

T: Du kannst ihr jetzt sagen, wie Du Dich mit diesem Kleid fühlst, das Dir gar nicht gefällt oder auch, was das mit Dir macht!

K: „Mama, ich fühle mich überhaupt nicht wohl in diesem Kleid. Das macht mich motzig. Dieses Kleid habe ich gleichzeitig als Weihnachts- und Geburtstagsgeschenk bekommen und jetzt soll ich es zur Hochzeit meiner Schwester auch noch anziehen. Ich finde das unfair und blöd.“

T: Wie alt bist Du?

K: 14 Jahre

Während Innenweltreisen haben wir auf unsere abgespeicherten Energiebilder Zugriff. Dabei bleiben wir immer in der Gegenwart. So können sämtliche Wahrnehmungen als gerade realistische Wirklichkeit bearbeitet und die blockierenden und krankmachenden Hintergründe gelöst werden. Dabei verlieren Zeit und Raum ihre Bedeutung und werden aufgehoben.

T: Wie reagiert Deine Mutter jetzt?

K: Sie sagt: Für die Hochzeit Deiner Schwester musst Du doch etwas Schönes anziehen. Und weißt Du nicht mehr, wie teuer das war.

T: Wie ist das für Dich?

K: „Und trotzdem mag ich das Kleid nicht.“

T: Sage Deiner Mutter mal, wie Du Dich darin fühlst!

K: „Ich fühle mich, wie ein blöder Bauerntempel. Ich fühle mich darin furchtbar.“

T: Und sage ihr auch, was mit Deinem Unterleib und Deinen Händen ist!

K: Mama, ich bin total verkrampft.

T: Wie reagiert sie jetzt?

K: Sie sagt: Du musst das Kleid doch nur einen Tag tragen. Es ist doch der große Tag Deiner Schwester und da sollst Du doch auch hübsch aussehen.

T: Was macht das mit Dir oder was würdest am liebsten machen?

K: Ich würde mich am liebsten umziehen – eine Jeans und ein T-Shirt anziehen.

T: Sage es Deiner Mutter, was Du willst!

K: „Mama, ich würde mir am liebsten eine Jeans und ein T-Shirt anziehen.“
Sie sagt: Das kommt gar nicht frage.

T: Du könntest Deiner Mutter mal Deinen Raum zeigen mit der Überschrift „Fressen und Ekel“ und dass der Raum Dich genau zu den Bildern dieser Hochzeit geführt hat!
Und teile ihr auch mit, wie Du Dich da fühlst!

Indem die Klientin ständig im Hier und Jetzt gehalten wird, kann sie alle Energiebilder mit ihrem Bewusstsein und untereinander konfrontieren. Nur so geschieht eine Entladung von festsitzender und blockierender Energien und damit die synergetische Gesamtveränderung.

K: „Mama, schau, dass ist mein Raum zum Thema „Fressen und Ekel“. Hier soll die Hochzeit von meiner Schwester stattfinden und ich bin hier völlig allein. Ich habe das Gefühl, dass ich nicht dazugehöre, dass ich nicht zu Euch gehöre. Und jetzt trage ich auch noch dieses blöde Kleid. Ich bin motzig, weil keiner mich verstehen kann. Und meine Schwester heiratet nur, weil sie von zu Hause weg will und wegen der Knete.

T: Wie reagiert die Mama?

K: Sie ist schaut ganz irritiert und betroffen.

T: Ja, teile Deiner Schwester auch mit, wie Du Dich auf ihrer Hochzeit fühlst!

K: „Ich finde es total blöd, dass Du nur heiratest, um von zu Hause weg zu kommen und wegen der Knete. Ich fühle mich auf Deiner Hochzeit unwohl und verkrampft.

T: Wie reagiert Deine Schwester?

K: Sie sagt, dass es ihr egal wäre, wenn ich mit einer Jeans zur Hochzeit käme.
Die Mutter hätte da wohl den entscheidenden Einfluss.

T: Wie reagiert die Mutter, wenn sie hört, dass sie den entscheidenden Einfluss hat.

K: Sie fragt mich, was ich mir einbilde, die ganze Gesellschaft hier zu zerstören.

T: Bekommst Du mit, dass Deine Schwester sich nicht mit Dir auseinandersetzen will und sie haben möchte, dass Du das mit Eurer Mutter klärst.
Du kannst Deiner Mutter das mal spiegeln und ihr sagen, dass es jetzt für Dich darum geht,

dass Du das Thema „Fressen und Ekel“ bearbeitest und dass sie anscheinend doch an diesem Thema beteiligt ist, sonst wäre sie jetzt nicht in Deiner Innenwelt aufgetaucht.

Durch Bewusstmachung der Vernetzung der inneren Strukturen, können die Hintergründe aufgedeckt und sichtbar gemacht werden.

K: Ich habe das Gefühl, als ginge es nicht weiter.

T: Was passiert?

K: Da ist ein Wesen mit einem schwarzen Tuch erschienen. Das saß eben auch schon im großen Saal in der Ecke.

T: Da bist Du in Deinem Eingangsbild in Deinem Raum doch nicht ganz allein? Sprich dieses Wesen doch jetzt mal an und frage es, was es mit Deinem Thema zu tun hat!

Symbolfiguren, die in der Innenwelt auftauchen, tragen eine energetische Wahrheit in sich, deshalb können sie befragt werden.

K: Ich gehe auf es zu, spüre aber auch Angst. „Ich frage Dich: „Was willst Du mir in meiner Innenwelt zeigen?“ Zuerst war es ein Kräuterhexlein, aber jetzt hat sich das Wesen zu einem Teufel verwandelt. Dieses Wesen zeigt mir die beiden Seiten des Lebens: Das Gute und das Böse und was passiert, wenn man einen Teil im Leben dauernd unterdrückt.

Angst ist der Zustand „Energie in Spannung“. Wenn diese Energie freigesetzt wird, kann Lebendigkeit entstehen.

T: Dann lasse Dir doch mal vom Teufel zeigen, in welcher Situation in Deinem Leben Du einen Teil unterdrückst!

Durch Aufnehmen des letzten Impulses wird der Energiefluss des Klienten unterstützt. Im Folgen des Energieflusses der Klientin kann die Vernetzungsstruktur des Themenkomplexes nach und nach aufgedeckt und bearbeitet werden.

K: Das Kleid, das ich zur Hochzeit trage, möchte ich nicht anziehen. Ich fühle mich darin nicht wohl. Und ich fühle mich von meiner Mutter unterdrückt.

T: Sage es Deiner Mutter!

K: „Ich will das Kleid nicht anziehen, Mama, Schluss und Ende. Du willst, dass ich das Kleid bekomme. Aber es gefällt mir nicht. Ich fühle mich von dir unterdrückt.“

T: Schau Deine Mutter an! Wie reagiert sie?

K: Sie will aber, dass ich dieses Kleid bekomme.

T: Spüre mal, was willst Du machen?

K: Als wir im Laden beim Einkaufen sind, möchte ich einfach aus dem Laden laufen.

T: Wie reagiert die Mama?

K: Sie macht mir jetzt Druck?

T: Wie macht sie das?

K: Sie schaut mich ganz böse an.

T: Wo empfindest Du den Druck?

K: Ich kann den Druck im Bauch spüren.

T: Teile Deiner Mutter mit, was ihr Druck bei Dir bewirkt!

K: „Mama, ich bekomme Bauchschmerzen, wenn Du mich so anguckst und mir Druck machst.“

T: Was sagt und macht Deine Mama?

K: Sie sagt, dass ich mit dem Theater aufhören soll. Ich müsste doch schließlich etwas auf die Hochzeit anziehen und könnte doch nicht mit alten zerlumpten Jeans dorthin gehen.

T: Deine Mama scheint Dich nicht ernst zu nehmen. Lasse den Teufel doch mal da sein!

K: Der Teufel stichelt und sagt: Du kannst doch eine Jeanshose haben. Gib Gas!

T: Wie ist das für Dich?

K: Ja, der Teufel gibt mir Recht.

T: Was macht das mit Dir, wenn Du Recht bekommst?

K: Ich fühle mich bestärkt.

T: Wie reagierst Du?

K: Ich sage der Mama: „Ich will dieses Kleid nicht anziehen!“

T: Wie reagiert die Mama? Schau sie an!

K: Die Mama zeigt sich resigniert. Sie sagt nichts, aber sie gibt mir zu verstehen: Dann lassen wir es doch.

T: Wie ist das für Dich?

K: „Das finde ich aber auch schlimm. Ich scheine Dir ja doch egal zu sein. Jetzt kannst Du mich nicht unterdrücken, weil ich Unterstützung vom Teufel habe und dann ist es Dir egal. Dieses Gefühl, dass ich Dir egal bin, kenne ich zu gut.“

T: Woher kennst Du das?

K: Ja, ich laufe eh nur nebenbei mit und außerdem bin ich in der Pubertät eh nur das schwarze

Schaf.

T: Zeige mal Deiner Mutter, was diese Haltung bei Dir in Deinem heutigen Leben für Auswirkungen haben!

K: „Mama, ich fühle mich nicht gut, weil ich immer nur nebenbei gelaufen bin und das Gefühl habe, nichts wert zu sein. Ich fühle mich nicht als etwas Besonderes und dass ich nicht dazu gehöre. Ich habe große Probleme in meinem Leben.“

T: Nimm Deine Mama doch in eine Situation in Deinem Leben mit, wo sich die Probleme zeigen und Du Deine Fressattacken bekommst.

K: Ja, wo ich mit Situationen nicht fertig werde, z.B. wenn mich die Kinder überfordern, dann fresse ich in mich hinein.

T: Sei doch mal ganz konkret in so einer Situation.

K: Unsere mittlere Tochter bekommt manchmal einen Wut- und Schreianfall. Die Hausaufgaben hat sie nicht richtig und gut erledigt und ich sage ihr, dass sie das Geschriebene noch einmal schreiben soll. Sie will nicht und ist bockig. Ich sage zu ihr: Erst wird die Hausaufgabe richtig erledigt, dann darfst Du raus spielen gehen oder fernsehen.

T: Spüre mal, wie es Dir dabei geht, wenn Du das so sagst!

K: Ich habe Druck im Magen.

Hier kann eine Verknüpfung der Real- zur Körperebene stattfinden.

T: Ja, sage das mal Deiner Mama!

K: Mama, ich habe Druck im Magen. Die Tochter will sich durchsetzen und ich will es nicht zulassen.

**Es zeigt sich die Selbstähnlichkeit im Verhalten in der Mutter-Tochter-Beziehung.
Das Muster: Die Mutter macht Druck, um sich durchzusetzen.**

T: Und, was passiert dann weiter?

K: Irgendwann ist der Druck für mich so groß, dass ich nur noch unkontrolliert esse.

T: Sei jetzt im Geschehen! Was machst Du genau?

K: Ich sitze mit allen am Tisch und esse Brote. Dann sind alle satt, nur ich nicht. Ich esse weiter. Noch ein Brot und noch ein Brot und dann noch Kekse und Schokolade.

T: Wie geht es Dir jetzt?

K: Ich habe Magenschmerzen.

T: Und sage es Deiner Mama, wie es Dir geht!

K: „Mama, ich habe vom vielen Essen richtige Magenschmerzen.

T: Wie reagiert die Mama jetzt?

K: Die Mama sagt: O je, o je.

T: Verstehst Du, was sie damit meint?

K: Sie wusste nichts von dem Zusammenhang zwischen dem Ärger und dem vielen Essen. Und sie versteht nicht, was das mit ihr zu tun hat.

T: Hast Du eine Idee?

K: Mama, Du hast mir den Druck gegeben. Ich muss immer irgendetwas machen, was ich gar nicht will. Du hast mich oft gezwungen. Und diesen Druck gebe ich an meine Tochter weiter. Ich will ihn aber nicht mehr weitergeben.

T: Was sagt denn der Teufel dazu?

K: Der findet das gut, wenn ich mich mit meiner Mutter auseinandersetze. Er steht für meine Durchsetzungskraft.

Klientin gähnt dauernd.

T: Und was sagt das Gähnen dazu? Sprich es doch mal an, was es mit Deinem Thema zu tun hat!

K: „Gähnen, Du häufst Dich. Was ist los mit Dir? Was hast Du mit meinem Thema zu tun?“ Die Antwort lautet. Es ist das alte, leidige Thema. Das kennen wir doch alle schon.

T: O.k., wenn das Thema schon bekannt ist, vielleicht kann Dir das Gähnen dabei behilflich sein, Dir eine Situation in Deinem Leben zu zeigen, wo es begonnen hat, mit dem „unter Druck setzen“, den „Fressattacken und Ekel.“. Und sprich es direkt an!

K: (gähnt ausgiebig) „Gähnen, kannst Du mich dorthin bringen, wo das begonnen hat, dass ich so unter Druck gesetzt wurde, dass ich anfang zu fressen? Ja, das Gähnen will mich unterstützen.

T: Dann lass´ Dich auf der Zeitachse dorthin führen, wo es begonnen hat!

K: Ich gehe in die Kindheit zurück und bin ca. 8 bis 9 Jahre. Eine Freundin und ich sind bei einer Bäuerin. Sie ist darüber erschrocken, dass ich so pummelig geworden bin. Sie sagt zu mir: Was bist Du so kräftig geworden. Du warst doch früher so dünn.

Thema: Unter Druck setzen! Situation aus der Prägungsebene als 9jährige

T: Spüre mal, wie es Dir jetzt geht?

K: Ist das peinlich.

T: Wo kannst Du das spüren?

K: Ich spüre einen Druck in der Blase und schäme mich für mein Äußeres.

Thema: Scham

T: Teile das der Bäuerin mit!

K: Ich schäme mich jetzt für mein Äußeres.

T: Wie reagiert die Bäuerin?

K: Sie sagt, ich soll das nicht so ernst nehmen.

T: Zeige mal der Bäuerin und Deiner Mutter, was das mit Dir macht!

K: Die Bäuerin sagt, ich soll mir nicht so viel daraus machen, was sie gesagt hat. Und meine Mutter nickt dazu.

T: Wie ist das für Dich?

K: Ich fühle mich nicht ernst genommen.

T: Und was sagt das Gähnen dazu?

K: „Gähnen, was sagst Du dazu?“ Es gibt mir zu verstehen, dass ich mich selbst akzeptieren muss. Dann ist egal, wer wann was zu mir sagt. Und herauszufinden, was mir gefällt, das ist meine Aufgabe.

T: Und weiß das Gähnen auch, wie das geht? Du kannst es ja mal fragen!

K: „Gähnen, weiß Du denn, wie ich mich selbst akzeptieren kann?“ Es sagt, dass ich meine resignierte Haltung aufgeben soll. Dass ich lernen soll, mich durchzusetzen!

Das funktioniert nur, wenn wir unsere Abhängigkeit von unseren inneren Anteilen gelöst bzw. uns davon befreit haben. Das bedeutet, dass wir uns mit ihnen, z.B. unserer Inneren Mutter, Vaters, Kind usw. konfrontieren müssen.

T: Was willst Du jetzt machen?

K: Ich will meiner Mama und der Bäuerin mal richtig die Meinung sagen.

T: O.K., dann tue es! Sage mal allen, wie Du Dich gerade fühlst!

K: Im Moment geht es mir nicht gut, weil ich mich richtig pummelig fühle. Ich habe dicke Wangen und dicke Pobacken. Also Bäuerin, das musst Du mir nicht auch noch sagen. Ich fühle mich nicht schön. Ich will keine Kleider tragen und außerdem finde ich blöd, dass ich unterdrückt und nicht ernst genommen werde.

T: Wie reagieren sie?

K: Ja, ja, ja. Ich soll mich ja nicht aufregen.

T: Was willst Du tun?

K: Ich will ihnen nichts Böses.

T: Was willst Du?

K: „Ich möchte, dass Du, Bäuerin, nicht einfach drauf losblabberst, sondern Dir genau überlegst, was Du sagst.“

T: Wie reagiert sie?

K: Die Bäuerin ist sich nicht sicher, ob sie sich schämen soll oder ob sie es als unverschämt einstufen soll, wenn ein Kind sich erlaubt, einer Erwachsenen zu sagen, was sie sollen und nicht sollen.

T: Was passiert weiter?

K: Ich habe ihr meines gesagt und würde jetzt gerne gehen.

T: Was sagt die Mama dazu?

K: Die Mama gibt mir Recht, dass die Bäuerin nicht so etwas zu mir sagen sollte, aber ich sollte die Bäuerin auch nicht so anpatzen. Es wäre ja schließlich eine erwachsene Frau.

T: O.k., Du kannst der erwachsenen Frau ja mal zeigen, was das mit Deinem Leben gemacht hat!

K: Hey, ich zeige Dir, dass ich zwischendurch ganz furchtbare Fressattacken bekomme.

T: Wie ist das für die Bäuerin?

K: Sie findet das natürlich nicht schön. Sie schämt sich dafür, dass sie das mit verursacht hat. Das ist ihr jetzt unangenehm.

T: Teile der Bäuerin mal mit, wie es für Dich ist, wenn sie sich betroffen fühlt!

K: Es ist gut für mich zu sehen, dass es Dich trifft, dass Du es mit verursacht hast.

T: Wie geht es der Kleinen jetzt?

K: Die Kleine ist sehr schüchtern.

T: Teile der Kleinen auch mit, wie das für Dich ist!

K: „Kleine, ich bin ein wenig erschrocken, wenn ich wahrnehme, wie schüchtern Du bist. Du machst Dich ja so klein.“

T: Schau mal, wie sie jetzt guckt.

K: Sie schaut ganz traurig.

T: Sprich die Kleine doch mal an, ob sie Dir zeigen kann, wieso sie so schüchtern ist und was das mit Deinem Thema zu tun hat.

Klientin geht auf die Toilette.

T: Sprich die Keine direkt an!

K: Die kleine Monika führt mich zu dem Punkt, als sie herausfindet, dass sie anders ist, als die Anderen.

T: Sei mal da, jetzt! Wie alt ist die Kleine?

K: Vier, fünf Jahre alt.

Situation aus der Prägungsebene als 5jährige

T: Was ist da?

Klientin atmet sehr flach. Sie wird angehalten, zur besseren Wahrnehmung der Gefühle und inneren Bilder und zur Verstärkung des Energieflusses nun stärker zu atmen.

K: Das ist eine Situation mit einem älteren Mann.

T: Was zeigt Dir die Kleine jetzt für eine Situation?

K: Die Kleine spürt, dass sie anders ist. Dass sie schon Positives erfährt und zwar nicht durch die Familie, sondern, durch jemand anderen. Sie lernt ihren Körper und ihre Lust kennen.

T: Wie ist das für Dich, das jetzt wahrzunehmen? Spüre mal in Dich hinein!

K: Ich finde es als Erwachsener schon ekelig.

Das Thema Ekel zeigt sich auch hier wieder.

T: Wo kannst Du diesen Ekel spüren?

K: Im Magen und im Unterleib.

T: Teile dem Ekel auch mal, dass Du ihn jetzt wahrnehmen kannst!

K: „Ekel, ich nehme Dich in meinem Körper wahr.“

T: Frage mal die Kleine, wie es ihr denn geht! Ob sie den Ekel auch spüren kann?

K: Kleine, wie geht es Dir dabei? Spürst Du den Ekel auch? Sie schließt dabei die Augen, dann ekelt sie sich nicht davor.

T: Frage sie mal, ob sie den Ekel auch spüren kann!

K: Ja, sie kann ihn auch spüren.

T: Teile dem Mann doch mal mit, wie es Dir und der Kleinen geht!

K: Ich möchte Dich jetzt nicht mit Herrn ansprechen, weil Du kein Herr bist. Ich spreche Dich mit Namen an.

T: Ja, spreche ihn einfach mit Namen an! Das machst Du gut.

K: L., es ist schon ekelig, was Du da machst. Und die Kleine findet das auch ekelig, die macht die Augen zu, damit sie das nicht sieht, was Du da mit ihr machst.

T: Wie reagiert er?

K: Er ist schon fies. Er guckt nur. Er ist nur auf Seins bedacht.

T: Was macht er denn?

K: Er holt sich da Einen runter.

T: Was macht die Kleine?

K: Sie ist passiv dabei. Aber er berührt die Kleine.

T: Sage ihm, was es mit Dir macht, wenn er vor der Kleinen sich Einen runter holt.

K: Es ist abartig und ekelig.

T: Ja spüre das mal, wie das ekelig ist. Und zeige ihm mal, wie ekelig Du das findest!

K: Jetzt müsste ich ein Messer dabei haben.

T: Ja, ich gebe Dir ein Messer.

Klientin nimmt ein Werkzeug in die Hand und kann dadurch das Geschehene noch realer erleben.

Die Ich-Struktur und die Handlungskompetenz wird gestärkt. Die Klientin darf ihrem Impuls nachgehen.

T: Was willst Du mit ihm machen?

K: „L., wenn Du nicht sofort ablässt von der Kleinen, schneide ich Dir Deinen Pimmel ab.“

T: Schau ihn an! Wie reagiert er?

K: Er schaut ganz entsetzt.

T: Was passiert weiter?

K: Er zieht seine Hosen schnell hoch, weil er Angst vor mir hat.

„Du bist ein altes Schwein. Das ist widerlich, was Du mit der Kleinen machst.“

T: Sage ihm, was mit Dir ist!

K: „Ich bin so sauer auf Dich, Du Ekel. Was machst Du mit dem armen kleinen Kind. Das ganze Leben versaust Du ihr.“

T: Sage ihm Alles, was da in Dir ist, was das mit Dir macht!

K: „Du hast die Kleine dadurch in Abseits gestellt. Du hast der Kleinen das Leben versaust.“

T: Ja, das machst Du gut. Was ist da noch?

K: „Du hast mit meinen Fressattacken zu tun, Du Schwein.“

T: Wie reagiert er?

K: Jetzt sitzt er auf einem Stuhl und fühlt sich wie vor den Kopf geschlagen.

T: Wie geht es Dir jetzt?

K: „Ich habe kein Mitleid mit Dir.“

T: Ja, sein Bild taucht immer noch in Deiner Innenwelt auf.

K: Ja, immer, wenn ich lustvolle Gefühle bekomme, taucht sein Gesicht auf. Meine Sexualität ist mit diesem alten Mann verknüpft.

Hier tritt etwas Paradoxes auf: Die Sexualität und Lust ist mit dem Thema Ekel gekoppelt.

T: (die Stimme lauter) Was willst Du mit ihm machen?

Durch Veränderung der Tonlage in der Stimme kann der Therapeut den Prozess in Gang bringen bzw. unterstützen.

K: Das große Problem ist, um überhaupt lustvolle Gefühle zu bekommen, muss ich mir die Situation der Kleinen hervorholen. Diese Bilder möchte ich nicht mehr haben.

T: Ich habe eine Idee. Schau mal, ob es etwas für Dich ist. Hier hast Du einen Stock, damit kannst Du dieses Bild zerschlagen. Oder, was willst Du tun?

Prozessmusik wird eingespielt.

Klientin nimmt den Schlagstock und schlägt auf das Bild.

Der zum Einsatz gebrachte Schlagstock (Dhyando – benannt nach seinem Erfinder Bernd Dhyan Joschko) kann die angespannte Energie zur Entladung bringen und die dahinter stehenden Gefühle gespürt und gelöst werden. Durch diese Interaktion wird der Energiefluss in Gang gesetzt und die Struktur „zerhackt“. Das Bild kann sich dadurch verändern.

T: Schau genau hin!

Die Klientin wird am wahrgenommenen Geschehen gehalten und kann so mit dem heutigen Bewusstsein intervenieren.

K: „Weg, mit Dir, Du alter Sack.“

T: Ist der Mann noch da?

K: Nein.

T: Und die Kleine? Wie geht es ihr?

K: Die steht hinter mir. Ihr geht es gut.

T: Wie geht es Dir jetzt.

K: Ich fühle mich im Brustbereich befreit.

T: Was macht der Druck im Magen und im Unterleib?

K: Der ist weg.

T: Was passiert weiter?

K: Ich schaue, ob er wirklich weg ist.

T: Ja, schaue mal, wie das jetzt für Dich ist, wenn die Lust da ist!

K: (K. fängt von sich an mit dem Schlagstock zu schlagen)
„Es ist immer noch etwas von Dir da!“ Nach einer Weile: „Jetzt bist Du endlich weg!“

T: Schau jetzt mal die Kleine an! Wie geht es ihr jetzt?

K: Sie hält sich an mir fest. Sie fühlt sich von mir beschützt.

T: Ja, frage sie mal direkt, wie es ihr geht?

K: „Kleine, wie fühlst Du Dich?“ Sie sagt, sie fühlt sich befreit. Es geht ihr gut. Sie ist froh, dass da jemand ist, der sich für sie eingesetzt und befreit hat.

Das Innere Kind erlebt, dass die Erwachsene für es da ist. Dadurch wird es gestärkt und kann wieder vertrauen in die Erwachsenenwelt bekommen

Die Stärkung des Vertrauens ist in diesem Fall notwendig, um im nächsten Schritt eine komplette Auflösung der Problematik des Missbrauchs zu bewirken. Die Bereitschaft der Klientin mit ihrem Bewusstsein in den Körper des Kindes zu gehen, den Vertrauensverlust zu spüren und eine Versöhnung stattfinden lässt, kann eine neue Grundhaltung zum Vertrauen in die Welt geschaffen werden.

T: Sage der Kleinen mal, wie das für Dich ist!

K: Ich bin froh, dass ich Dich befreien konnte.

T: Spüre mal, ob da noch etwas ist! Und, was ist mit Deiner Lust?

K: Jetzt kann ich eine Traurigkeit spüren.

T: Ja, spüre Deine Traurigkeit!

K: Mama und Papa. Die sollen jetzt da sein.

T: Ja, lasse sie da sein und teile ihnen mit, wie es Dir jetzt geht!

K: „Mama, Papa, auf der einen Seite bin ich froh, dass dieses Bild jetzt fort ist, auf der anderen Seite bin ich traurig.“

T: Und teile ihnen auch mit, was Dich so traurig macht!

K: „Meine Traurigkeit ist in meinem Herzen, weil ich sehe, dass ihr der Kleinen nicht genug elterliche Zuwendung gegeben habt, nicht genug beschützt habt. Die Kleine braucht auch das Gefühl, dass sie zu euch gehört. Und es macht mich auch traurig, dass ich nicht richtig mit meiner Sexualität und Lust umgehen kann.“

T: Wie reagieren Deine Eltern?

K: Meine Eltern bekommen weiche Gesichtszüge.

T: Wie geht es der Kleinen?

K: Die Kleine möchte gerne zwischen die Beiden. Meine Eltern strecken ihr die Hände entgegen und sie läuft jetzt zu ihnen.

T: Oh ja, spüre das mal!
Wie geht es der Kleinen bei den Eltern?

K: Sie lacht und ist glücklich. Es ist gut, die Beiden nur für sich zu haben.

T: Oh, schau doch jetzt mal aus den Augen der Kleinen.

Musik zum Ankern wird eingespielt.

K: Jetzt sind wir auf einer Wiese und meine Eltern spielen mit mir. Und jetzt streicheln sie mich überall. Das fühlt sich gut an.

T: Und spüre, dass die Eltern jetzt Zeit für Dich haben; nur für Dich da sind.

K: Das ist ein ganz neues Gefühl für mich.

T: Lasse dieses neue Gefühl sich in jeder Zelle Deines Körpers ausbreiten!

Musik zum Ankern wird eingespielt.

K: Jetzt kommt mir das Bild meiner Patentante. Sie ist herzlicher, als meine Mama.

T: Dann lass' mal Deine Patentante auftauchen und teile Deiner Mama mal mit, wie es für Dich ist.

K: „Mama, meine Patentante schaut so schön und sie hat viel mehr Herzgefühl als Du. Bei Dir vermisse ich dieses Herzliche.“

T: Wie reagiert sie?

K: Sie sagt jeder Mensch ist anders.

T: Was sagt Deine Patentante dazu?

K: „Patentante, weiß Du, was passiert ist, dass meine Mama nicht so herzlich ist wie Du?“
Sie sagt, dass die Mama in ihrer Kindheit ihre Herzlichkeit verloren hat.

T: Ja, was ist passiert?

K: Der Vater meiner Mutter ist nicht mehr aus dem zweiten Weltkrieg zurückgekommen.
Meine Mama ist da gerade zwei Jahre alt. Meine Oma hat dann wieder geheiratet.

Davon ausgehend, dass die Menschen mit der lebenden als auch der „toten“ Materie verbunden ist und keine Information der menschlichen Evolution verloren gegangen ist, ist es möglich über das morphogenetische Feld (Ruprecht Sheldrake) Informationen von oder über Verstorbene zu erhalten. Dieses Wissen wird in der Synergetik Therapie genutzt. So können während einer Session Verstorbene oder Abwesende befragt und die Informationen darüber integriert werden.

T: Lass' doch mal jetzt ihren Vater auftauchen und teile ihm mit, wie Du ihn wahrnehmen kannst!

K: Ich spüre Dich als warmen Menschen. Ich spüre, dass Du Herz hast.

T: Wo kannst Du das spüren?

K: Im Inneren ist mir ganz warm ums Herz.

T: Teile ihm mit, wie es Dir jetzt mit Deiner Mutter geht!

K: „Opa, seitdem Du nicht mehr aus dem Krieg zurückgekommen bist, ist das Herz meiner Mutter versteinert. Und das hat Auswirkungen auf mich. Meine Mama ist nicht richtig herzlich zu mir und nimmt mich nicht richtig ernst. Sie beschützt mich auch nicht richtig.“

Alle Energiestrukturen werden miteinander in Kontakt gebracht. Dadurch entsteht erst Chaos, aber dann kippt die Energiestruktur von selbst. Der heilende Prozess geschieht in Selbstorganisation.

T: Wie reagiert Dein Opa?

K: Es sagt, dass ihm es Leid tut, nicht für seine Tochter da gewesen zu sein.

T: Wie ist es für Deine Mama, ihren Vater nun zu sehen?

K: Die Mama sitzt auf dem Stuhl und weint.

T: Weint jetzt die Mama als Kind oder die erwachsene Mama.

K: Da weint jetzt die Mama im heiratsfähigen Alter.

T: Was ist passiert, dass die junge Frau jetzt erscheint? Frage sie mal!

K: „Mama, was ist passiert?“ Die Mama sagt, dass sie es nicht mehr bei ihrer Mutter aushält. Sie will heiraten, um von ihr wegzukommen, weil sie sich von ihrer Mutter unterdrückt fühlt.

Hier zeigt sich eine Selbstähnlichkeit des Familienmusters: Unterdrückung Bei der Mutter als auch bei der Schwester tritt das gleiche Muster auf.

T: Wie reagiert ihr Vater, wenn er sie da so sieht?

K: Er geht zu ihr, um sie zu trösten.

T: Spüre mal, wie das für Dich ist?

K: Das ist ein rührendes Bild.

T: Ja, lasse Dich berühren!

K: (Klientin weint) Jetzt kommt auch noch die Oma dazu. Sie weint jetzt auch. Ihr tut das so leid. Opa und Oma nehmen meine Mama in den Arm.

T: Schau mal, wie das für Deine Mama ist, von ihren Eltern gehalten zu werden.

K: Sie weint vor Glück.

T: Dann frage doch jetzt mal Deinen Großvater, welche Qualität ihm gefehlt hat, dass er hätte unversehrt aus dem Krieg hätte zurückkommen können!

K: „Opa, welche Qualität fehlte Dir, dass Du hättest immer für meine Mama da sein können?“ Der Opa sagt Mut und Verantwortungsgefühl gegenüber seiner Familie.

T: Und dann frage Deinen Opa, welche Farben diese Qualität wären, wenn sie Farben wären!

K: „Opa, welche Farbe hat die Qualität Mut und welche Farbe die Qualität Verantwortungsgefühl?“ Er sagt, rot steht für Mut und braun für Verantwortungsgefühl.

Farbe ist die Schwingung einer bestimmten Frequenz. Auch die Innenweltbilder stellen bestimmte Frequenzen dar, so dass mit dem Einlaufenlassen einer bestimmten Farbe eine Wechselwirkung zwischen den Bildern der Struktur und der Farbe entsteht. Dies kann das endgültige Kippen der Struktur bewirken.

T: Nun öffne Dein Scheitelchakra und lasse die Farben rot und braun, diese Energie, die es ja im Universum unendlich viel gibt, jetzt über Dein Scheitelchakra in dich hineinfließen und dann spüre mal oder achte darauf, in welchen Bereich oder in welche Teile deines Körpers sie besonders viel hinfließt. Schau mal, wo sie hingehören! Und lasse sie solange fließen, bis sie von selbst aufhören zu fließen!

Musik zur Entspannung wird eingespielt.

K: Ja, ich bin angefüllt.

T: Wohin sind die Farben besonders geflossen?

K: Rot ist besonders ins Herz geflossen und braun besonders in die Füße und in den Kopf.

T: Dann lasse die Farben rot und braun nochmals fließen und zwar durch Dich hindurch zu Deinen Opa, der diese Qualitäten Mut und Verantwortungsgefühl jetzt braucht. Und teile mir dann mit, was sich verändert!

K: Mein Opa leuchtet aus seinem Herzen und gibt dieses Leuchten jetzt an meine Oma und an meine Mama weiter. Ich sehe überall nur noch Herzchen blinken. Und jetzt bin ich wieder in der Kirche. Es findet eine Doppelhochzeit statt. Zuerst heiratet die Mama den Papa. Meine Mama ist eine wunderschöne Braut. Sie strahlt. Und dann heiratet meine Schwester. Und ich sitze mit Oma und Opa in der ersten Bank. Ich trage ein wunderschönes lilafarbenes Kleid. Ich sehe sehr hübsch aus. Nach der Trauung wirft meine Schwester ihren Brautstrauß in die Menge und ich fange ihn auf.

T: Wie fühlst Du Dich dabei?

K: Ich fühle mich glücklich und warm. Und ich freue mich schon auf meine Hochzeit.

T: Dann schau jetzt mal, welche Auswirkungen es auf die Dich hat, wenn der Opa aus dem Krieg zurückkommt und für Deine Mama da ist.

Die Rückkoppelung der neuen Qualitäten mit den alten Strukturen bewirkt eine Bewusstseinsveränderung und ein neues Verhalten kann ausgetestet und erfahren werden.

K: Ich bin jetzt wieder auf Besuch bei der Bäuerin. Ich kann nicht feststellen, dass ich pummelig bin. Ich bin schon ein bisschen rund, sehe sehr hübsch aus.

T: Magst Du das mal der Kleinen sagen oder welchen Impuls hast Du?

K: „Kleine, ich finde Dich total hübsch.“ Mir fällt gerade auf, dass sie ein Kleidchen trägt.

T: Was passiert weiter?

K: Wir gehen jetzt auf die Feier. Diese findet in dem Raum statt, den ich eben schon gesehen habe. Jetzt fühle ich mich sehr wohl. Da sind eine Menge Gäste und da wird gebabbelt, gegessen und getanzt.

T: Schau Dich mal um, ob auch alle aus der Sitzung anwesend sind!

Zum Schluss der Sitzung werden alle Personen bzw. alles, was aufgetaucht ist, nochmals miteinander verknüpft. So kann auch überprüft werden, ob nichts vergessen wurde.

K: Außer mir und der Kleinen sind da meine Großeltern, meine Eltern, meine Schwester, die Bäuerin, die Patentante, die Kräuterhexe und ganz viele andere Gäste.

T: Wenn jemand oder etwas vergessen wurde, so könnten die Personen oder Anteile nochmals hervortreten und das jetzt noch mit Dir klären. Sprich alle nochmals an!

K: „Wenn etwas vergessen wurde, zu klären, so können die Person hervortreten!“
Da tritt jetzt keiner hervor.

T: Wie fühlst Du Dich in Deinem Körper? Spüre mal nach!

K: Ich fühle mich großartig, befreit und zufrieden.

T: Magst Du mal an der Außentür schauen, was jetzt darauf steht?

K: An der Tür steht „Zufrieden“

An diesen Bildern kann erkannt werden, dass die Energiestruktur der Klientin aus sich heraus gekippt wurde und ein Selbstheilungsprozess in Gang gekommen ist.

T: Wenn Du willst, kannst Du Dir einen schönen Platz suchen und den inneren Bildern noch nachspüren. Ich mache Dir dazu noch etwas Entspannungsmusik und hole Dich in ein paar Minuten wieder in diese Zeit und diesen Raum zurück.

Jetzt hat die Klientin die Möglichkeit sich tief auszuruhen, alles zu reflektieren und den Bildern noch einmal nachzuspüren.

K: Ich gehe zu meinen Großeltern und möchte noch etwas Zeit mit ihnen verbringen.

Musik zur Entspannung wird eingespielt.

Nach der Session berichtet die Klientin, dass es für sie sehr eindrucksvoll war, ihrem Großvater zu begegnen und sie sich innerlich sehr warm und geborgen fühlt.

Beim nächsten Treffen berichtete die Klientin, dass sie sechs Kilogramm abgenommen hat und in der Erziehung mit den Kindern sich nicht so schnell überfordert fühlt. Die Fressattacken bleiben aus, weil sie sich insgesamt auch zufriedener fühlt.

Das Thema Missbrauch, Sexualität und Beziehung wird in der nächsten Session nochmals aufgegriffen.

Irsch, 13.07.07

Gerlinde Gabriele Zender