

Supervisions-Sitzung Ilona Schließmann

Berufsausbildung B 8 - 100

„Das schaffe ich schon!“ (Angst vor Veränderung)

Die 40jährige Klientin möchte wieder in ihren früheren Beruf zurückkehren, nachdem ihre Kinder langsam selbständiger werden, hat aber gleichzeitig große Angst vor Veränderung. Sie beschreibt so etwas wie einen „inneren Saboteur“, der mit dem Mustersatz „Das schaffe ich nie!“ gekoppelt ist.

In der Sitzung nimmt sie zunächst einmal wahr, dass von ihren Eltern sehr viel Liebe und Unterstützung kommt, welche sie aber offensichtlich schon als Kind nicht annehmen konnte. Das Band der Verbundenheit vermittelt ihr ein Gefühl der Enge und des Gefesselt seins. Im weiteren Verlauf landet sie dann bei ihrer Geburt. Auch hier spürt sie wieder einen intensiven und natürlichen Fluss von Verbundenheit, sowohl zu ihren Eltern als auch zur Großmutter. Dann aber realisiert sie eine Tante, die sie mit einer sehr unangenehmen Energie an sich bindet. Es scheint sich dabei um Neid und Eifersuchtsgefühle zu handeln. Die Klientin kann diese Tante sofort als ihren „inneren Saboteur“ identifizieren. Dann tauchen mehrere Schockerlebnisse aus der Kindheit auf – und immer war die Tante beteiligt. „Sie kann selbst kein Glück ertragen“ stellt die Klientin erschrocken fest „...und gönnt es deshalb auch mir nicht, wenn es mir gut geht.“. Im nächsten Schritt geht es für die Klientin darum, diese Energie, welche sie sogar „wie einen Fluch“ empfindet, als nicht zu ihr gehörig zu erkennen und sie in vollem Umfang der Tante zurück zu geben. Dadurch wird der Fluss und die Verbundenheit zu den Eltern wieder spürbar. Sie kann die Liebe jetzt annehmen und ihr neuer Mustersatz: **Das schaffe ich schon**“ ist nicht nur ein Gedanke, sondern mit einem sicheren und stabilen Gefühl geankert. Die Klientin sieht sich selbst als Lokomotive und den neuen Satz als „Tor ins Leben“.

5. Sitzung:

Entspannungstext - „Treppe“

Der Klientin ist die „Treppe“ bekannt, sodass ich den Impuls habe, sie direkt auf den Raum (Korridor) hin anzusprechen. Dieser hat sich im Verlauf der vergangenen Sitzungen ins Positive verändert.

Th: Und, wie schaut er aus, der Raum mit den vielen Türen?

Kl: Ja, der ist eben kreisrund und dann sind von dem Ein- oder Ausgang, je nachdem...entlang eben die Türen angeordnet. Es sind grüne Türen und der Raum ist weiß getüncht...und ich stehe so in der Mitte von dem Raum.

Th: Ja, dann schau Dich einfach mal um, erlaub Dir die Zeit und spür einfach einmal nach, ob es da eine Tür gibt, die Dich besonders anzieht.

Ich erinnere die Klientin, die zur Schnelligkeit neigt, sich Zeit zu erlauben, damit sie intensiver ihre Gefühle wahrnehmen kann.

Kl: –*tief Luft holend*- Ja. Das ist die dritte und da steht, wie wir sie das letzte Mal verlassen haben „Eltern“ drauf.

Th: Hm, ja. Wie geht es Dir damit?

Kl: –*erstaunt*- Ja, das ist schon interessant. Ich hab mich erst mal umgeguckt und dachte „na ja“ und guckte auch zu den letzten dreien, ob da was dabei ist, aber nein, es war die dritte wieder.

Das „Eltern-Thema“ stand in der vorherigen Sitzung schon im Mittelpunkt.

Th: – *ermuntert die Klientin die Tür direkt anzusprechen.*

Kl: Hm.–*mutig* – Also, also Dich sollte ich jetzt öffnen. ... Hm.

Th: Ja, spüre mal, wenn Du bereit bist?

Kl: Hm. Mache ich jetzt auf, nicht?

Th: Genau.

Klientin öffnet in ihrer Innenwelt die besagte Türe.

Kl: So! Also habe ich jetzt gemacht und dahinter ist jetzt eine riesen Wiese. - Eine Landschaft, bestehend zunächst aus Wiesen. Das ist gleich so das erste so. Blauer Himmel und da gehe ich jetzt erst ein Stück rein.

Th: Genau.

Kl: So und jetzt stehe ich so auf der Wiese.

Th: Wie fühlt sich das an, so auf der Wiese zu stehen, im Warmen?

Kl: - *seufzend* – Schön.

Th: Hm. Ja. Dann nimm das mal wahr.

Kl: Das ist schön in so einer natürlichen Umgebung zu sein.

Th: Ja, spüre das mal. Du kannst diese Wiese auch ansprechen.

Kl: Ja, es ist schön auf Dir zu stehen. Es ist schön, die Natürlichkeit zu spüren von Dir.

Ich fordere die Klientin erneut auf, dieses Gefühl wahrzunehmen. In diesem Moment schien es mir wichtig, die Klientin die Ihr eigene Natürlichkeit wahrnehmen zu lassen, zumal Viola über ein außerordentlich gutes Körpergefühl verfügt. Aus diesem Grund „halte“ ich sie etwas länger in diesem Gefühl. Zudem neigt sie dazu recht flott durch ihre Innenwelt zu surfen. Also zieh ich die „Notbremse“.

Sie spürt das und ist deshalb im nächsten Moment etwas belustigt.

Kl: - *etwas belustigt* – Die Natürlichkeit nimmt sich ganz natürlich wahr, also...

Th: - *ebenso belustigt* – Hm.

Kl: Es ist eine ganz normale natürliche Sache.

Th: Hm. Ja spür mal, was dich da so anrührt in dieser Natürlichkeit.

Kl: - *ein wenig berührt* – Sie ist selbstverständlich.

Th: Ja, sag ihr das doch mal.

Kl: Du bist selbstverständlich in Deiner Natürlichkeit und so fühlt sich das auch an, für mich.
– *kleine Pause* – Hm.

Th: Ja spür mal, was diese Selbstverständlichkeit ausmacht.

Kl: - *tief seufzend* - Auf der Wiese zu stehen und das zu spüren, das ist so so selbstverständlich.

Th: Magst Du mal die Wiese fragen, wofür sie steht?

Kl: Mach ich mal!

Th: - *ermunternd* – Hm.

Kl: Also ich frag sie jetzt, ja?

Th: Ja, klar.

Th: Du kannst sie einfach ansprechen - „Wofür stehst du?“ und spür mal ob es ok. ist

Kl: Ja, genau. Für wen stehst du denn? Und da zeigt sich jetzt so ein Wiesengesicht. Also, man kann schon erkennen wo der Mund ist, Augen und Nase und so. - Also, sie sagt, das ist ein Teil von mir. Ich bin auch natürlich.

Th: Hm. Spür das mal. Deine Natürlichkeit.

Klientin ist in Kontakt mit einem Aspekt von sich selbst, nämlich ihrer eigenen Natürlichkeit.

Kl: Also das ist eigenartig. Da gibt's gar keine Worte dafür das...

Th: Sag's ihr.

Kl: Da gibt's keine Worte dafür. Natürlichkeit, die ist so selbstverständlich, da kann ich dir gar nix mehr dazu sagen. - Da nickt die nur, also so, ja? Kann man erkennen. Hm.

Th: Wie nimmst du das wahr im Körper?

Kl: Also das ist ganz schwer für mich, das so zu beschreiben, weil das...

Therapeutin fordert die Klientin auf, die Viola in der Innenwelt anzusprechen, wie schwer es ist, die Natürlichkeit (ihre eigene Natürlichkeit) in Worte zu fassen. Letztendlich ist es ihr eigenes Potential, welches sie kaum zu erfassen vermag und mit dem sie jetzt in Kontakt tritt.

Kl: - *erstaunt* - Das ist so – Es ist einfach da! – Ich kann das gar nicht in Worte fassen, weil das einfach normal so ist.

Lasse die Klientin erneut in der Wahrnehmung dieses Gefühls und ermuntere sie darin.

Kl: Also, das hat meinen ganzen Körper gefüllt. Also ich versuch dann immer so einen Teil wahrzunehmen aber das ist alles...- *Pause* -

Th: Ja, dann spür mal in deinen Körper, wie er sich so anfühlt, die Natürlichkeit, nimm sie mal wahr, deine Wiese.

Kl: Also ich lieg da jetzt auch schon irgendwie drauf.

Th: Hm. Ja.

Kl: Du, das ist so natürlich, ich kann da gar nix mehr dazu sagen.

Th: Hm. Magst Du mal die Mama und den Papa dazuholen?

Aus den vorherigen Sitzungen war deutlich ein Eltern-Tochter-Konflikt hervorgegangen, der noch nicht gelöst ist.

Mit der Konfrontation Mama und Papa hinzuzuholen, zieh ich bewusst ein Scheibchen. (Um den Prozess in Gang zu setzen)

Kl: - *erstaunt, ungläubig*- Die soll ich jetzt mal kommen lassen, ja?

Th: Ja.

Kl: - *laut lachend* – Haha.

Th: Kannst ihnen ja mal deine Natürlichkeit zeigen.

Kl: - *belustigt* – Ich machs mal. Ja. - Also die zwei stehen jetzt da und was mich ja, was ich heute sehr interessant finde, die kommen immer und halten sich an den Händen.

- *Direkte Ansprache wird eingefordert.* –

Kl: Also wenn ich euch beide sehe, fällt mir auf, dass ihr euch beide immer an den Händen haltet - seit ich euch kommen lasse. - *belustigt hinzufügend* – Aber ihr guckt mich jetzt wenigstens an. Das ist schon mal schön, - *lachend* – Das ist schon mal schöner, wies letzte Mal. Freut mich.

Th: Wie ist das für Dich, wenn die Dich so angucken?

Kl: Ich fühl mich von euch beiden wahrgenommen.

Th: Ja, spür das mal.

Kl: Ja, ich fühl mich von euch wahrgenommen. – *Ermuntere die Klientin, die Gefühle wahrzunehmen.* - Das empfinde ich als durchaus positiv. Das ist schön, nicht?

Th: Ja.

Kl: Ich denk da an die letzte Begegnung. Das ist sehr schön.

Im Verlauf der vorherigen Sitzungen nahmen die „Innenwelteatern“ ihr Kind nicht auf diese Weise wahr. Erst nachdem die Klientin in Kontakt mit ihren eigenen Gefühlen, ihrer Natürlichkeit, gekommen ist, verändern sich auch die Eltern in ihrer Innenwelt im positiven Sinne, nämlich in Form einer Annäherung.

Th: Wie fühlt sich das an in deinem Körper, diese Wahrnehmung?

Kl: Mein Körper hat jetzt das gleiche Gefühl. Du Körper hast jetzt das gleiche Gefühl, wie du auf der Wiese gelegen hast. Die ist natürlich da.

Th: Sag mal deinen Eltern, wie du bist. Sag mal „Ich bin...“

Kl: Also ihr zwei, ihr seht ja, ich bin völlig natürlich. - Ja, und da bedarf es gar nicht vieler Worte. - *kurze Pause* – Also was jetzt kommt, spür ich jetzt nur, nicht? Niemand sagt da jetzt was dazu oder so. Ich spür eine Übereinstimmung mit euch beiden, also mit euch beiden Eltern.

Th: Hm. Ja nimm die Mal wahr, die Übereinstimmung. Es ist dein eigenes Gefühl, nimm es mal wahr im Körper.

Klientin ist berührt, seufzt.

Spiele Musik (Weiblichkeits-CD) zum Ankern dieses Gefühls ein.

Th: Nimm es mal ganz tief in dich auf.

Kl: Also die haben auch nie was dazu gesagt. Das stimmt tatsächlich. Das war einfach... Das haben die wohl auch genauso gefühlt.

- *Erinnere Klientin an direkte Ansprache* –

Kl: Ihr habt das wohl genauso gefühlt.

Th: Genau, und guck sie an.

Kl: - *berührt, weint leise* – Das rührt mich jetzt ein bisschen.

Ermuntere Klientin, alle Gefühle auszudrücken und da sein zu lassen.

Spiele erneut Musik zum Ankern (Weiblichkeits-CD) ein.

Th: Lass dich berühren.

Kl: - *klein wenig trotzig* – Weil ich immer gedacht hab, man muss was dazu sagen...

Th: Ja.

Kl: ... und hab euch einen Vorwurf gemacht.

Th: Ja. Und spür mal, was da ist.

Kl: Jetzt tut mir auch mein Herz richtig weh.

Th: Nimm es wahr, sage „Ich spür dich Herz“.

Kl: - *schluchzend* – Die haben das genauso gesehen.

Th: Genau. Sagen die?

Kl: Die nicken. Dazu kann man nämlich gar nix sagen.

Th: - *ermunternd* – Ja. Lass alles da sein an Gefühlen, was da ist. – *Erinnere die Klientin daran zu atmen und gebe ihr Zeit und Raum das Erlebte wirken zu lassen – Währenddessen Musik im Hintergrund zum Ankern. – kurze Pause* -

Kl: Ah, da schwillt meine Nase irgendwie zu.

Th: Ja, ist ok. Darf auch dasein.

Kl: Ja.

Th: Hm. Ja. – *kurze Pause* –

Kl: Und was mich da jetzt so berührt, ist wie so ein rotes Band um uns.

Th: Ja, nimm es mal wahr, spür mal dieses rote Band. Und wenn Du magst, kannst Du es mal ansprechen, für was es da ist. Spür einfach mal nach, ob es wichtig ist.

Kl: Also, - *räuspernd* - das... Ich muss ja das Band ansprechen.

Th: Ja. Spür einfach, wie du Lust, wie du den Impuls hast.

Kl: Ja das Band, da steht jetzt „Verbundenheit“ drauf, in blau.

Th: Wie geht es dir damit?

Kl: Die Nase ist jetzt frei.

Th: Aja.

Kl: Mir war das aber vorhin ein Teil zu eng, nicht. Als das Band kam und die Nase wurde zu, das ist mir zu eng gewesen.

Th: Hm. Du kannst ja deine Nase ansprechen und ihr das sagen. Mal spüren, wo es dir zu eng geworden ist, was da beengt.

Kl: Ich frag sie mal. Ich frag sie immer stumm, oder soll ich sie laut fragen.

Therapeut weist die Klientin darauf hin, dass es besser und wichtig ist, laut zu fragen, demnach auch Kontakt mit mir und mit sich selbst zu halten.

Kl: Also Nase, kannst du mir sagen, wo du dich beengt fühlst?

- *kurze Pause* – Immer, wenn mir irgendwas zu nahe kommt.

Th: Ah ja, hm. Und spür mal, was dir zu nahe kommt.

Kl: Also, mir kommt zu nahe, alle Art und Weise von Emotionen, also die versucht, dass das nicht zu nahe kommt. Die ist jetzt wieder frei, die Nase. - Du bist frei. - Also Nase, wenn du jetzt wieder so frei bist, dann ist das für mich ein Zeichen von Übereinstimmung.

Weise die Klientin auf deren grummelnde Bauch- und Darmgeräusche hin.

Kl: - *auf die Geräusche im Bauch zu sprechen wohlwollend* – Oh, ganz im Unterton. – *Wir müssen beide lachen* – Also das empfind ich auch wie Übereinstimmung.

Th: Ja, schön, nimm es mal wahr.

Kl: - *froh – tief durchatmend* - Du die ist jetzt total frei. Also Nase, du bist jetzt total frei.

Th: Erlaub dir die Zeit...

Erneut wird Musik zum „Ankern“ eingespielt, um die Klientin in der Wahrnehmung ihrer Gefühle zu „halten“. Auch dahingehend, sich die Zeit zu „erlauben“.

Kl: Ich habe Angst vor diesem Gefühl, wenn die mir zu nah kommen. So positive hauptsächlich.

Th: Hm. Lass die Mal dasein, die Angst. Mal gucken, wie die ausschaut.

Kl: - *erstaunt* – Da geht schon wieder meine Nase zu. – *sich an die direkte Ansprache erinnernd* – Jetzt gehst du schon wieder zu, gell?

Th: Ja, die weiß, worum es geht.

Kl: - *die Nase ansprechend* – Ganz schön schlau bist du.- *schneift ein wenig* -

Th: Hm. Vielleicht hat deine Nase eine Idee?

Kl: Hm. Hat die.

Th: Ahja.

Kl: - *belustigt* – Hat die! Wenn ich dich richtig versteh, dann geht es darum, dass ich mich dann lieber ein Stück zurückhalte, um nachher – *kurze Pause* - das rumdrehen zu können. So nach dem Motto: Ihr beachtet mich ja nie.– *zu mir gewandt* – Verstehst du, wie ich das meine?

Th: Hm.

Kl: - *fragend* – Ja?

Th: Ja. Du kannst dir ja von deiner Nase mal eine Situation zeigen lassen. Spür, ob das ok. ist.

Kl: Also kannst du mir mal eine Situation zeigen?

Also – *belustigt* - Jetzt gehst du mir schon wieder zu. Das ist klasse.

Th: Ja, spür das mal.

Kl: Hm. Also, das ist eindeutig, wie soll ich sagen, auf dem richtigen Pfad irgendwie, gell? Moment, - Also willst du mir noch mal die Situation oder irgendeine zeigen, ich das mal so verstehen kann? - Also die Situation ist die, da bin ich ungefähr drei.

Th: Sei mal da in dieser Situation drinnen.

Kl: Ja, bin ich drin. ...drei oder vier und meine Taufpatin heiratet zuhause bei meinen Großeltern. Und da wohnen ja auch meine Eltern und ich. Und meine Eltern ganz schick, haben mich auch ganz schick gemacht, mit weißem Kleidchen, weißen Kniestrümpfchen, muss wohl im Sommer gewesen sein.

Th: Ja, sprich die ruhig an.

Kl: Ihr habt mich total hübsch gemacht, mit so einem weißen, na? Kränzchen.

Th: Ja.

Kl: Und ich spüre, ihr seid total stolz auf mich.

Th: Ja, spür das mal...

Kl: - *freudig und mit Nachdruck* - Die freuen sich! Ja.

Th: ...die Hübsche. Hm.

Kl: Und ich will das gar nicht hören.

Th: Sag es ihnen mal.

Kl: Ich will das gar nicht hören, wenn ihr das sagt. Ich dreh das immer rum. –Meine Güte! Ich dreh das immer rum...

Th: Sag es mal dem Kind, der Kleinen.

Kl: Also Viola, du, du drehst das immer rum, dass du das nicht spüren oder hören willst. Du willst das einfach gar nicht hören und machst vorher einfach irgendwie dicht. Und dann merk ich und nachher machst du einen Vorwurf, als hätte dich niemand wahrgenommen.

Th: Spür mal, was sie da macht. Ist das so wie eine Strafe?

Kl: Ja, das ist aber so ein komisches Spiel, das Spiel ist nicht gut. - Also du, das Spiel ist nicht gut. Weißt du, was das ist? Das ist Selbstsabotage. Du sabotierst deine Fähigkeit dir selber das schöne Gefühl annehmen zu können. - *kurze Pause* – Boa! Das ist aber ein wichtiger Satz!

Th: Hm. Annehmen können.

Therapeut spiegelt der Klientin das Thema „Annahme“, um es der Klientin bewusst zu machen.

Kl: Ja.

Th: Annahme, ja, spür mal. Hm.

Kl: - *erstaunt* - Die Nase ist jetzt wieder frei. Also Nase, jetzt bist du ja wieder frei, ja. - Ja. – *tief atmend* - Also totale Übereinstimmung.- *zu den Eltern in der Innenwelt gewandt* - Und ihr zwei guckt mich immer noch liebevoll an.

Th: Ja nimm es mal wahr, wie die gucken.

Kl: Ihr lasst euch gar nicht beirren, gell? Nee, das ist für die völlig natürlich. Gell, das ist für euch ganz natürlich. Da gibt es, einfach ein liebevolles und positives Gefühl mir entgegen zu bringen.

Th: Hm. Die Kleine kann ja mal ausdrücken, mit der Annahme, spüren, wo es da hängt.

Kl: Den Eltern gegenüber?

Th: Ja, oder spür mal, ob du in die Situation gehst, oder dir die Kleine mal zeigt, woher diese Angst kommt

Kl: Ja, vielleicht. Also ich frag sie mal, ja? Willst du mir mal zeigen, vielleicht mal die Situation, oder?

Ermutige die Klientin, ihren Impulsen zu folgen –

Klientin spricht die kleine Viola in der Innenwelt an, die ja letztendlich ein verletzter Teil (verletztes Kind) von ihr ist.

Es fällt ihr sichtlich leichter, mit der Kleinen in Kontakt zu treten und durch sie den Kontakt mit den Eltern aufrecht zu halten.

Kl: Willst du mir vielleicht mal zeigen, seit wann du dich dazu entschlossen hast, keine Emotionen an dich heran zu lassen? - *Kurz überlegend* – Also, ich muss mal gucken. Sie hat schon mal genickt und jetzt muss ich mal schauen. Jetzt ist es wieder wie so ein Film, ein Ausschnitt - ich bin grade geboren worden. Und die Situation ist folgende: Meine Mutter liegt im Krankenhaus und hat mich auf dem Arm. Und mein Vater sitzt so am Bett so neben mir - und rund ums Bett sind hauptsächlich meine Tanten. - Weil ich nämlich geboren bin, als eine meiner Tanten die Tage wohl auch heiratete.

Th: Ah ja.

Kl: - *erstaunt und tief Luft holend* - Boah. Und von der spür ich einen totalen Neid. – *hastig fortfahrend* - Also liebevolle Gefühle empfind ich von meiner Mutter, von meinem Vater - *An dieser Stelle unterbricht die Therapeutin die Klientin und fordert sie zu direkten Ansprache auf, da sie – eben durch ihre Schnelligkeit in der Innenwelt – dazu neigt, Gefühle zu übergehen, überreden. Des Weiteren soll die Klientin die liebevollen Empfindungen des Babys in Bezug auf seine Eltern wahrnehmen und in sich aufnehmen.*

Kl. Die Gefühle von euch nehme ich vollkommen wahr, ganz feine Gefühle ja, von euch beiden auf jeden Fall, auch von meiner Großmutter.

Klientin soll die Großmutter direkt ansprechen – und kommt dieser Aufforderung nach.

Auch du Großmutter bringst mir liebevolle Gefühle entgegen. Also hier liegt so meine Mutter, hier so ich drauf, hier mein Vater und hier ist jetzt erst meine Oma und jetzt reihen sich dort diese Tanten an. Die geh ich jetzt einfach mal so durch, ja?

Th: Ja.

Kl: So. Also, Oma auch du, freut sich total und die ist wirklich, wie das so ist, wenn man ein Baby sieht. Vor allen Dingen, wenn es das Enkelchen ist. So. - Eijeee. – *tief Luft holend* – Und dann kommt, das ist dann die Schwiegermutter meiner Oma, also auch zu meiner Mutter und zu meinem Vater Schwägerin. ...und die ist absolut neidisch.

Th: Hm, sag`s ihr mal.

Kl: Du bist ganz schön neidisch. Und zwar bist du neidisch, weil, - *in der Erzählerrolle fortfahrend* - die hat einen Sohn ein halbes Jahr vorher, ist ein halbes Jahr vor mir auf die Welt gekommen. Und die neidet das wohlwollende Gefühl zu mir. Von meiner Großmutter zum Beispiel.

Th: Sag`s ihr mal und spür mal, was da der Neid ausmacht.

Kl: - *fragend* - Ist das so? Oder beziehungsweise ich nehme wahr, dass du ganz neidisch bist, nicht? - Ja, sagt sie, weil ihr Sohn nicht so empfangen wurde, also zumindest nicht von so vielen.

Th: Wie geht es dir damit, so als kleines Baby?

Kl: Kann damit eigentlich gar nichts anfangen.

- *Sie soll es der Tante direkt sagen* -

Kl: Also Tante, ich kann damit nichts anfangen. Das ist nicht mein Problem.

Th: Hm. Guck mal, wie die reagiert.

Kl: Also das ist ihr Neid.

Th: Sage es ihr.

Kl: Das ist dein Neid. - *hastig fortfahrend* - Du und die nächste doch genauso. Das ist die, die heiraten soll, auch einen Bruder zu meinem Vater, auch sie ist Schwägerin zu meinen Eltern – *etwas belustigt* – Die ist neidisch, du bist neidisch, weil ich dir die Schau stehle.

Th: Hm. –*spiegelt zurück* – Du stielst ihr die Schau.

Kl: Ja.

Th: Spüre mal. Wie geht es dir damit?

Kl: - *belustigt, stolz* – Also, das macht mich ja schon ein bisschen stolz.

Th: Ja, sage es ihr mal.

Kl: Also, das muss ich schon sagen, das macht mich schon ein bisschen stolz. Mit einer Braut zu konkurrieren, - *belustigt* - finde ich voll klasse. – *tief seufzend* – Also das ist auch ihre Sache, ja?

Erinnere an direkter Ansprache und halte die Klientin absichtlich lange in der Konfrontation und in den sich daraus entwickelnden Gefühlen. Erwähne sie oft an direkte Ansprache.

Somit hat sie Gelegenheit ihre Gefühle als Baby in Verbindung auch zu den Verwandten, sei es Neid oder auch Wohlwollen intensiv wahrzunehmen. Schließlich geht es um die Klientin selbst und um deren Recht da sein zu dürfen, in ihrer Natürlichkeit. Darin sind alle Grundbedürfnisse enthalten, die den ersten Schritt in die Welt prägen. Die eher feindlichen Gefühle (erfahren auf der Prägungsebene) kann die Klientin verändern.

Kl: Und bei der nächsten, ja da sind ja noch ein paar. Die nächste ist die jüngste Schwester von meinem Vater. - Du bringst mir so ein Gefühl entgegen wie dass ich deinem Leben wieder einen Sinn gebe, die hat so eine Bemutterungs-, du hast so eine Bemutterungs-, wie nennt man so was, so eine Mutterglocke um dich herum. Aber Du bist nicht meine Mama. Die sieht, du siehst da drin eine Aufgabe für Dich, nicht?

Th: Hm. Und spür mal, wie es dir dabei geht, wenn Du diese Mutterglocke wahrnimmst. Was macht es mit dir?

Kl: -*tief Luft holend* – Ich fühl mich ganz schön zwiespältig.

Th: Hm, sag`s ihr mal.

Kl: Ich fühl mich ganz schön zwiespältig. Ich gehör zu meiner Mama. Und jetzt fühl ich, dass du wie so ein Band zu mir um mich rum spinnst. Wie so ein kleines feines rotes Bändchen um das Baby rum und die hat es so in der Hand, diese Fädchen.

Th: Ohja. Und spür mal, was das mit dem Baby macht?

Kl: - *unterdrückt* - Also da geht es mir nicht gut mit. Ich gehöre eigentlich zu meiner Mama und die spinnt mich da ein.

Th: Genau. Ja sag ihr das.

Kl: Du spinnst mich da ein und ich gehöre zu meiner Mama. - Und weißt du, weißt du was ich da noch spüre? Du benutzt mich dazu, um dich aufzuwerten.

Th: Hm. Spür mal.

Kl: Durch mich bekommst du so ein bisschen an Freiheit. Durch mich gelangst du an Freiheit. – *tief Luft holend* –

Th: Spür mal was das mit dir macht.

Kl: - *prustend* –

Th: Spür mal.

Kl: Also da sind, da werd ich böse, das...

Th: Ja genau. Drück es mal aus.

In dieser Konfrontation liegt eine Menge Energie. Indem ich die Klientin auffordere, ihre Gefühle auszudrücken, hat sie die Möglichkeit in die Handlung zu gehen. Die Arbeit mit dem Schlagstock ist ihr zwar vertraut. Allerdings geht sie noch sehr behutsam damit um. In diesem Fall entscheidet sie sich allerdings nicht in die direkte Handlung zu gehen. Sie nimmt sich wieder etwas zurück indem sie ihre Stimme senkt.

Kl: Also, ich muss dir sagen: Da werd ich böse. Ich gehöre zu meiner Mama und du musst selber sehen, wie du klarkommst.

Th: Genau.

Kl: Also ich merke jetzt auch, du guckst jetzt etwas feindselig und weißt du was, was das dramatische ist, - *mit Nachdruck* - du bist nicht offen feindselig. Du verbirgst dich hinter so einer liebevollen, netten, aufopfernden Maske. Die macht immer das Liebchen hier und hat es ganz schön faustdick hinter den Ohren.

Th: Ja, sag - Du machst immer...

Kl: Mein alter Freund. Du machst hier einen auf nettes, liebes gut erzogenes Mädchen und hast ganz schön feste die Faust in der Tasche.

Th: Ja spür mal das Baby, wie es ihm geht. Ob das ok. für dich ist.

Kl: - *fassungslös* - Nee, also ich, da werde ich richtig wütend, vor allen Dingen weil die nicht so schnell aufgibt. Weißt du – *belustigt* – ihr zwei dort, die zwei andere Mädels da, die sind offen feindselig.

Th: - *mit Nachdruck* - Sag - ihr seid.

Kl: Ihr zwei seid offen feindselig und das bleibt auch bei euch, das merke ich. Das sind die und nachdem wir drei eben im Dialog waren, ist das ok. Das bleibt bei denen.

Th: Ist das ok. fürs Baby?

Kl: Das ist ok. für mich. Ich war bei der Margot und bei der Christa auch. Bei denen war das völlig ok. Also sagen wir mal das ist ihr Kram, - *sich an die direkte Ansprache erinnernd* – Das war euer Kram. - Und da merke ich, die lässt einfach nicht locker. Wie so eine Spinne. Hier glaubst du es mir, wie mir da schon der Arm wehtut.

Th: Ja spüre das mal, wie die dich klammert schon.

Kl.: - *stöhnt* - Boah! Also ...

Th: - *mit Nachdruck* – Festzurrt.

Kl: Also, Ja genauso ist das. Die ist hart wie Kruppstahl. - Du bist hart wie Kruppstahl, glaubst du's?! - Also, die gibt nicht so schnell auf. Aber ich kann mich doch noch nicht mal wehren. Ich bin doch ein Baby. Ich lieg da jetzt bei meiner Mama. Und ich merke, du lenkst mich ab von dem. Ich kann das gar nicht mehr wahrnehmen jetzt, was meine Mama empfindet und mein Papa für mich. Weil ich bin so mit der beschäftigt.

Th: Hm. So das eigentliche Gefühl geht flöten.

Kl: - *eifrig* - Ich nehme das überhaupt nicht mehr wahr.

Th: Hm.

Kl: Eben als ich bei der Margot und bei der, nun ich mein jetzt, die hatten ja wirklich keine sehr liebevollen Gedanken erstmal.

- *Direkte Anrede wird eingefordert.* -

Kl: Ihr zwei, aber das ist, das war dann geklärt und ich sehe euch an den Blicken an, dass das wohlwollend ist, trotz alledem.

Th: Ah ja.

Kl: - *bekräftigend* – Nicht? Sagen wir mal so.

Th: Ah ja.

Kl: Aber die gibt da keine Ruhe, du. Das ist wie so ein Spiegel im venezianischen

Dancefloor.- *schmunzelnd* – Die hat die Maske auf, ja. – *holt tief Luft* -

Th: Nun spür mal. Du kannst als jetzige Viola da in den Film reingehen zu dem Baby...

Kl: - *unterbricht leicht erregt* – Also das muss ich mal klären.

Th: - *fortfahrend* – ... kannst handeln und kannst da ...

In dieser Situation erinnere ich die Klientin an ihre Handlungskompetenz, indem ich ihr eine Möglichkeit aufzeige, wie sie in ihrer Innenwelt verändern kann. Energetisch scheint sie dazu bereit. Sie wirkt erregt und aufgebracht, lässt mich kaum zu Wort kommen.

Kl: Was soll ich denn da jetzt machen, was schlägst du denn vor? Also das muss ich jetzt klären. Da sind zwar noch ein paar, aber zu denen kann ich nicht...

Th: Ja, du kannst auch das Baby fragen, was sein Impuls ist, was es gern hätte, oder was für ein Bedürfnis es hat.

Da die Klientin nicht leicht in den Ausdruck ihrer Gefühle kommt, obwohl allen Anschein nach genügend Energie, wie z.B. Wut, Enttäuschung, Sprachlosigkeit da sind, rate ich Ihr das Baby nach seinem Impuls zu fragen. Vielleicht kommt sie dann leichter in Kontakt mit ihren Gefühlen.

Kl: - *eilig* - Frage ich mal das Baby. Also, sag du mal was du gerne hättest. Ja. Es möchte einfach gerne bei der Mama weiterkuscheln, Papa wahrnehmen und alles was Spaß macht.

Also jetzt auch grad von der Oma. Das fließt ja wie verrückt. – *begeistert hinzufügend* – Das fließt, so kleine Pünktchen sind das. So helle Lichtpünktchen.

Th: Ja, nimm die mal wahr.

Kl: - *begeistert* – Das ist voll...- *unterbricht* - und das hat wieder die genau die gleiche Frequenz wie die Wiese. – *freudig* - Ohne viele Worte.

Erinnere die Klientin immer wieder daran, dieses Gefühl (Wiese verbunden mit Natürlichkeit) wahrzunehmen, Dasein zu spüren. Dabei unterbreche ich auch ihren recht flotten Redefluss. Fühlt sich trotzdem gut an. Und auch von der Mama. Die ist noch ein bisschen schwach auf der Brust, aber... – Sie soll es ihr direkt sagen – Du bist noch ein bisschen schwach auf der Brust, aber das Gefühl fließt, und vom Papa auch.

Th: Ja.

Kl: Und vom Papa fließt es auch zur Mama. Das ist auch schön zu spüren. Aber in dem Moment, wo ich wieder zur Ilse guck, da krieg ich das Kribbeln nicht mehr mit. - *tief Luft holend* – Nimmt mir fast die Luft. Da muss ich mich wundern

Th: Sag du...

Kl: Du nimmst mir eigentlich die Luft. Du da muss ich mich wundern, dass meine Nase anschwillt.

Th: Spür mal, was sie dir alles nimmt.

Kl: - *sauer* - Ja, das werde ich jetzt mal tun. Jetzt spüre ich mal nach, was das alles mit mir macht, du. Ich werde ganz schön zornig auf die.

Th: - *ermunternd* – Ja, ist ok. Lass ihn da sein den Zorn.

Kl: Ja, ich spüre jetzt aber erst mal. Eins nach dem anderen, warte nur. Ich bin echt zornig jetzt. – *lacht ein wenig* -

Th: Ja, ist ok. Super.

Kl: Also der Arm tut mir weh, und zwar in der oberen, in dieser Brachiale.

Th: Ja, nimm es mal wahr.

Kl: Also, der schmerzt heftig. – *kurze Pause* – Moment.

Hier, Lungenbereich.

Th: Ja, sprich die Teile an.

Klientin wird aufgefordert ihre Körperteile direkt anzusprechen, da diese in direkter Verbindung zum Erleben auf der Realebene stehen. Gleichzeitig kann sie diese Verknüpfung somit noch einmal selber in ihrer Innenwelt als „Aha-Erlebnis“ wahrnehmen.

Kl: Also du tust mir weh, beziehungsweise hier drückt es ganz arg bei dir. Und ihr zwei Fußknöcheln auch. Ihr fühlt euch an, als hättet ihr so wie nennt man die? Eisen... wie war das früher bei den Gefangenen?

Th: Ketten?

Kl: Ja diese Spangen, Ja, genau. So fühlt ihr euch an. - *stöhnend* – Ohhh. Das tut weh, jetzt wollte ich mal so machen. Ich kann ja überhaupt nicht mehr so machen.

Th: Ja, spür das mal, was dich alles so einengt.

Kl: Ja. Ich meine, das würde schon reichen. Und das schlimmste ist, ich krieg gar nicht mal mit, was mit Mama und Papa ist.

Die Klientin soll das Gefühl des „Abgeschnittenseins“ bezüglich der Gefühle zu Mama und Papa spüren. Sie ist sehr erregt über diese Tatsache. Ich halte sie absichtlich in Konfrontation und in diesem Gefühl, da sie die Situationen teilweise mit Humor trägt. Aus diesem Grund erscheint es mir sinnvoll, dass sie sich selbst als Baby intensiv wahrnimmt.

Kl: - *tief seufzend* - Das nimmt mich einfach weg. - Ja genau und du gibst Zustimmung, oder ja, das ist eindeutig.

Th: Ja.

Kl:- *Klientin prustet „Aaah“ - sauer* - Weißt du, was mich auch bei dir wütend macht – *zur Therapeutin gewandt* – nicht bei Dir, bei Dir wütend macht?

Th: Ja, bleib da, ist ok:

Kl: Das ist, das merkt keine Sau. Das merkt kein Mensch, was du da für Spiele treibst. Ich find die widerwärtig, hinterhältig. Du machst hier einen auf schüchtern und brav. Du hast die Faust in der Tasche, glaub mir das.

Th: Spür mal, ob der Satz „Das schaff ich nie!“ etwas damit zu tun hat?

Diesen Glaubenssatz zu erwähnen, war eine Idee, ein Gedanke von mir, da die Klientin im Verlauf des Vorgesprächs zu Beginn der Session eben diesen Satz in Verbindung mit dem inneren Saboteur erwähnte. Zwar spürt sie den Drang nach Veränderung und den Wunsch das alte Muster zu verlassen. Trotzdem fährt sie mit angezogener Handbremse (Starrheit/Unbeweglichkeit). Im Außen macht sich das dahingehend bemerkbar, dass sie, als hochqualifizierte Kraft, zwar bereit ist und hoch motiviert, ins Berufsleben zurückzukehren. Der Termin beim Arbeitsamt verlief positiv. Trotzdem schaffte, es die Klientin nicht, die Bewerbungsunterlagen wegzuschicken.

Kl: Ja. Weil, ich kann mich da gar nicht lösen von.

Th: Das schaff ich nie.

Kl: Das schaff ich nie. Und jetzt wird das, ich bin jetzt in der Sequenz des Babys, ja?

Th: Ja, genau.

Kl: - *verhaltend* – Da werd ich ganz - Puhhh - hilflos. Ich stehe da, nee, ich liege ja bei meiner Mama im Arm. Weißt du was das Schlimme ist? Ich krieg weder mit das Gefühl von denen (Mama und Papa), das mich ja durchaus aufpäppeln würde... - *Erinnere Klientin an direkte Ansprache.* - Ich krieg von euch gar nix mit. Aber ihr zwei könnt da gar nix zu.

Th: Hm. Du kannst Mama und Papa gar nicht mehr wahrnehmen.

Ich spiegele in diesem Moment, zur verstärkten Wahrnehmung.

Kl: Ich kann Mama und Papa nicht mehr wahrnehmen.

Th: Hm. Und spür auch mal, dass du verändern kannst.

Therapeutin erinnert Klientin an ihre Handlungskompetenz und die Möglichkeit der Veränderung im Rahmen der Innenweltarbeit.

Kl: - *ratlos* – Wie soll ich denn das machen? Ich hab das Gefühl, ich kann das nicht. - Du ich bin echt... ich kann überhaupt nichts mehr handeln. Ich bin wie gelähmt. Und nicht nur das. Ich bin wie in Trance, wie in einer anderen Frequenz.

Th: Hm. Ja nimm das Mal wahr, was da passiert.

Kl: - *tief Luft holend* – Da schließt sich mein Mund, der wird ganz schwer, die Nase wieder, fängt wieder an.

Th: So, wie alles geht zu?

Kl: Ja, auch hier der Druck und da die Brust.

Th: Ja, nimm es mal wahr, wie sich das mehr und mehr zusammendrückt. Und spür, was da passiert.

Kl: Mich drückt es immer mehr in die Arme von meiner Mama, aber die spür ich nur als Unterlage. Nicht als das wie vorhin so als Schutz oder als Halt. Ich könnte sonst wo liegen. Ich werd einfach nur stumm und regungslos.

Th: Hm. Nimm wahr, was da passiert. Und spür mal, du kannst auch als Viola von heute in die Situation von damals reingehen, und spür mal, ob es jemanden gibt...

Kl: - *eifrig* – Ich guck mal, also ob es jemanden gibt.

Th: ...der dir in dieser Situation weiterhilft.

Kl: Ich schau mal. Also da steht meine Taufpatin und - *erleichtert* - da ist einfach Freude. Weil das so ist wie es ist. Die hat auch so eine Freude, da spür ich...

Klientin fällt in die „Erzählerrolle“ und war auch nicht länger bereit, sich den unangenehmen Gefühlen in der Rolle des Babys auszuliefern. Sie „flüchtet“ und wendet sich als Baby erleichtert der Taufpatin zu, welche ihr Annahme signalisiert.

Ich fordere die direkte Ansprache ein.

Kl: Das ist einfach bedingungslose Freude. Und die - ich weiß auch warum du dich freust. Weil meine Eltern sie als Patin bestimmt haben für mich. Und das macht sie auch unheimlich wichtig und stolz und selbstbewußt.

Fordere die Klientin auf, diese Freude als solche wahrzunehmen in sich aufzunehmen.

Allerdings erlaubt sie sich nicht viel Zeit, fällt erneut in die Erzählerrolle. Macht nichts. Ich geh mit dem, was jetzt ist.

Kl: Du das ist eindeutig. Das ist auch so ein Gekribbel und Geblinker zu mir hin und zu ihr. Aber selbstlos, ohne Bedingung. Das ist so.

Th: Ja, spür mal wie das ist.

Kl: Ja, und jetzt ist es wieder so wie vorher. Weißt Du wie, *stockend* – jetzt – in dem Moment, wenn ich sie jetzt wahrnehme, kann ich wieder das rundherum wahrnehmen.

Indem sie die bedingungslose Freude wahrnimmt, kann sie Vertrauen fassen und sich erlauben auch alles andere, auch die Feindseligkeit wahrzunehmen.

Sie soll es ihr direkt sagen

Kl: Wenn ich deine Freude und deine Liebe wahrnehme, bin ich auch offen für die übrigen. Und spar aber, diese eine hier ja? Das ist wie so ein Filter, der so schwarz ist und die so hier umgibt. Also so ein Filter umgibt dich gerade, aber den darf ich gar nicht so angucken.

Th: Ja, sag ihrs mal.

Kl: Das darf ich gar nicht angucken. Wenn ich das angucke, dann nehme ich gar nix mehr wahr.

Th: Und nimm mal wahr, sie hat in der Innenwelt für dich da zu sein.

Kl: - *erstaunt* – Als Anspruch?

Th: Hmja. Für dich da zu sein und spür mal, ob du da etwas verändern magst, von deiner Handlungskompetenz Gebrauch machen willst oder ob du die Situation so stehen lassen willst.

Kl: Nein. - *mit verschnupft klingender Nase* - Ich würde mal das erste nehmen, so irgend so was würde ich jetzt gerne verändern.

Th: Hm. Dann spür mal, welchen Impuls du hast, wenn deine Lebensenergie...

Kl: Also was ich jetzt spüre ist, als Baby hab ich überhaupt keine Möglichkeit, da müsst ich vielleicht doch als Erwachsene hereinkommen, ja?

An dieser Stelle ist die Klientin bereit, als Erwachsene in die Situation zu gehen und zu verändern. Ich ermuntere sie dabei. Jetzt scheint sie bereit zu sein für Veränderungsarbeit. Sicherheitshalber stellt sie sich die Taufpatin (Ausdruck bedingungsloser Freude) zur Seite.

Kl: Dann lass ich mich erst mal neben meiner Taufpatin erscheinen, ja?

Th: Genau.

Kl: So, dann ist das so - *belustigt* – Wie die Feen ums Dornröschen, oder was war das für eine? Dornröschen, gell? - *Beide lachen* - Also ich stehe jetzt so neben meiner Taufpatin, ja? Also ich kann das jetzt wahrnehmen, was sich zwischen dem Baby Viola und der Ilse abspielt. Das ist deutlich sichtbar, nicht?

Th: Guck sie direkt an und sag: Ich nehme das wahr.

Kl: Das sag ich ihr, nicht? Du ich kann sehn, was du da machst!

Th: Hm.

Kl: Und damit hörst du jetzt mal auf. Du nimmst dem Baby nämlich die ganzen Gefühle.

Th: Und sag ihr auch, und zeig ihr, was das mit dem Baby macht.

Kl: - *vorwurfsvoll* - Guck dir's an. Das liegt jetzt nur noch so reglos da. Also damit hörst du jetzt auf. Weißt du, (zu mir gewandt) die setzt sich so komisch die Maske auf.

Th: Sag - du.

Kl: Du setzt dir da irgendwie die Maske auf. Aber ich durchschau dich. Damit ändert sich nichts an der Frequenz. Die hört nicht auf, - ich spreche sie jetzt ganz direkt an – Du hörst nicht auf, damit das sind eigentlich ganz niedrige Beweggründe, weil du dann nicht mehr die erste Geige spielst in der Familie. Als die jüngste Tochter.

Ja. Weil **deine** Mama **mir** auch Liebe gibt. - *feststellend* – Die ist neidisch. Du bist neidisch. Du hast Angst, dass deine Mama dich nicht mehr so gern hat. Das ist meine Oma.

Th: Hm. Ja, dann spür mal was es mit dir macht.

Kl: Also für mich stimmt das. Und sie lässt so die Schultern hängen.

Th: Und spür mal, wie es dem Baby dabei geht.

Kl: In dem Moment, wo ich es eben angesprochen habe, und dann ist diese schwarze Filtertüte, also, dieses schwarze, sie umhüllende...und das Baby ist jetzt frei. Also das nehme ich jetzt so als ins „Schwarze getroffen“ sozusagen.

Th: Ja, spür mal.

Kl: Ja aber deine Sache werde ich jetzt nicht lösen. Ich werde mich um dass Baby kümmern.

Th: Genau.

Kl: Das lass ich jetzt bei dir. Und jetzt fließt bei dem Baby alles so rund rum wieder, nicht. Sie (die kleine Viola) guckt schon noch ängstlich da.

Th: Sprich die Kleine direkt an.

Kl: Du guckst noch ängstlich darüber.

Th: So wie - ich traue der ganzen Geschichte nicht.

Hm. Vielleicht kann sie ja auch einen Test machen.

Kl: - *amüsiert* - Wie soll der aussehen?

Th: Ja, einfach testen ob da noch was fließt oder ob da was kommt, indem sie einfach noch einmal zur Welt kommt, auf der Zeitachse zurückgeht und einfach noch mal kommt.

Kl: - *froh* – Das machen wir jetzt mal, ja?

Th: Spür einfach mal, ob das ok. ist für dich.

Kl: Ja ich bin ja auch neugierig, möchte auch wissen, was da ist. So! Jetzt ist die Situation wie vorhin. Das Baby liegt im Arm meiner Mutter und die gleiche Anordnung wieder, ja?

Th: Ja.

Kl: Ja, dieser ganze Gefühlsfluss der ist stark zu erkennen. Und dann ist da eine Lücke bei ihr (Ilse), und es geht dann da weiter, bei meiner Taufpatin und den übrigen, die da noch da sind. Aber da ist eine Lücke. Also ich traue der nicht, ich traue dir nicht über den Weg. - Und jetzt hab

ich noch ein Bild. - Da bin ich dann schon ein bisschen ein kräftigeres Baby und dann steht die am Herd und kocht einen Brei, ...für mich, soll wohl meiner sein.

Th: Ja, frag sie einfach, ob das so ist.

Kl: Ist das meiner? Oder ich frag dich jetzt mal, was du da machst.

Th: Genau.

Kl: Genau. Also, sie sagt, sie kocht jetzt einen Brei für mich und hat mich da so im Arm. Und meine Mama hat ihr – hat dir – die Verantwortung für mich übergeben. Soll auf mich aufpassen.

Th: Wie geht es dir damit?

Kl: - *unruhig* - Boah, ich weiß ja nicht! Meine Mama hat das aus dem Gefühl heraus gemacht, sie wollte ihr halt was zutrauen. Nicht?

Th: Ahja.

Kl: Und sie hat sich ja auch immer wieder angeboten.

Fordere direkte Ansprache ein - Du hast dich ja auch immer wieder angeboten. – *nervös* – Du, ich bin jetzt so unruhig, ich merke auch, ich könnte jetzt - *belustigt* - grad mal ein wenig Abzappeln.

Th: - *auffordernd* - Ja, zappele! Probiers mal!

Kl: - *kommt in Bewegung, zappelt und strampelt mit den Beinen, - lacht*

Th: Ja, ja, zappele mal! Ja, ja.

Kl: - *fast entschuldigend hinzufügend* - Ich zappele dermaßen, ich hab jetzt diesen, diesen, das ist so ein Topf, mit so einem Stiel... und da rührt die und hat mich so und mit meinem Bein bin ich so an diesen Stiel gedackelt und – *nachdenklich* - der Brei ist bei mir so auf die Beine.

Th: Ja, spür mal, wie unruhig du bist, kleines Kind.

Kl: - *tief Luft holend* - Ich hab mir meine Beine verbrannt.

Th: Ja, ja.

Kl: Das ist wirklich passiert!

Th: Ja, nimm es wahr.

Klientin ist in ein Schockerlebnis, im Säuglingsalter (frühe Prägungsphase) erinnert. Durch das Ausdrücken (zappeln) ausreagieren der Gefühle kommt sie in den Kontakt mit diesen Bildern. Diese spiegeln deutlich den Konflikt zwischen ihr und ihrer Tante wider. Der Konfliktauslöser ist der „Unfall“, nämlich die Verbrennung.

Kl: - *genervt* – Also, immer, wenn die mich in den Krallen hat, passiert was. Immer wenn du mich in irgendeiner Form hast, passiert was.

Th: Sag es ihr.

Kl: Immer wenn du da bist und sollst auf mich aufpassen, da ist das Bild, dass ich von der Treppe falle, die Treppe runterfalle, in der Badewanne ausrutsche und immer wieder warst du dabei und musstest auf mich aufpassen.

Th: Ja spür mal, was das mit dir zu tun hat.

Kl: - *schnaubend* - Hm. Du sabotierst mich. Die sabotiert mich.

Th: Spür mal, wie sie das macht.

Kl: Ganz subtil. Du sabotierst total subtil. Und das tust du nur dafür, um deine eigenen Masken aufrecht zu halten.

Th: Spür mal, was es mit dir macht, wenn du so subtil sabotiert wirst.

Kl: Da tun mir meine Beine weh. Die sind wieder wie starr.

Th: Hm. Sprich die mal an.

Kl: - *liebepoll zu den Beinen* - Ihr seid total starr, wenn ihr das hört, ja.

Diese Starre und Unbeweglichkeit, hervorgerufen durch Schrecksituationen in der frühen Kindheit spiegeln sich auf der Körperebene (Beinstarrheit) und im Leben der Klientin (Lokomotive, die mit angezogener Notbremse) wider. Den Ausdruck „Innerer Saboteur“ erwähnte sie bereits im Vorgespräch.

Th: Hm. Unbeweglich.

Kl: Ja, ihr seid jetzt so.

Pause – Klientin hat die Möglichkeit, das Erlebte nachwirken zu lassen. Schließlich erinnert Therapeutin an den Glaubenssatz „Das schaff ich nie“.

Kl: Genau. Das stimmt auch. Ich habe auch das Gefühl, ich bin da so ohnmächtig ausgeliefert.

Th: Ja.

Kl: - *eifrig* - Und ich spüre aber auch ganz deutlich, dass Mama und Papa, also dass ihr zwei gar nichts, also das machen die nicht absichtlich und auch... - *Sie soll die beiden herholen und es ihnen direkt sagen* – Ihr zwei, ja, ich spüre auch – oder sagen wir mal so – ist das so, dass ihr das gar nicht bewusst wahrnehmt? - Nee, also, das entgeht denen völlig.

Th: Du kannst es ihnen ja mal zeigen, **jetzt**. Die können es jetzt mal wahrnehmen.

Kl: Also guckt euch das mal an. Also jetzt sitzen die da, also der Handlungsspielraum ist der, dass ich auf der Wiese noch bin, die beiden sitzen auf Stühlen, hier ist eine Leinwand und ich stehe hier so neben den beiden und zeig auf die Leinwand, dass die sich das bitte mal anschauen. So ihr zwo, jetzt geht's los. Jetzt kommen diese ganzen Situationen, ja?

Die Klientin saust förmlich durch ihre Innenwelt, wobei Gefühle und Bilder rasch und fast pausenlos aufeinanderfolgen. Während sie nun die verschiedenen Situationen (Bilder) auf der Leinwand wahrnimmt, verschlägt es ihr im wahrsten Sinne des Wortes den Atem, deshalb fordere ich sie auf weiter zu atmen. - fassungslos zur Therapeutin - Du, ich könnt grad sterben, glaubst du es?

Th: Ja, ja ja. Sag es mal deinen Eltern.

Kl: Du das war ja zum Sterben. Soll ich dir mal sagen, was jetzt noch kommt?

Th: Hm. Ja.

Kl: Das war mir gar nicht mehr bewusst. Da war ich vier.

Th: Ja?

Kl: Das ist die Situation jetzt. Das ist jetzt wie so ein Projektor. Da bin ich jetzt vier und pflücke mit meinen Onkels Kirschen.

Th: Sei mal dort in dieser Situation.

Kl: War eine schöne Situation. Die haben immer toll mit mir gespielt. Und die haben mich so einbezogen. Also ich habe mit denen Kirschen gepflückt und natürlich auch viele Kirschen gegessen. So! Und jetzt bin ich noch zu meiner Oma in die Wohnung und sagte ihr, ich hab Durst.

Th: Ja, sei mal da, jetzt.

Kl: Oma, ich habe Durst. Und die sagt zu mir ich krieg nix, weil sie wusste, ich habe viele Kirschen gegessen. Die hat mich ja gesehen. Und es verhält sich aber auch so, dass die ganze Familie weiß, dass man in dieser Situation nichts trinkt. Es gefällt mir ja nicht, was sie da sagt, aber sie sagt: So in einer halben Stunde kannst du dir Brot holen, oder iss was und dann gibt es später was. Tee hat sie schon gekocht. Also, du bist liebevoll. Obwohl mir das nicht passt, aber sie meint es gut. Das ist ok. für mich. Und dann gehe ich weiter durch die Wohnung und komme zu Ilse ins Zimmer und die hat da so eine Limoflasche stehen und schreibt am Schreibtisch. *Für die Klientin erscheint es momentan wichtig, die Situation ausgiebig erzählen zu können. Ich gebe ihr Zeit und höre hin.* Hausaufgaben, was weiß ich und ich sage auch, dass ich Durst habe. Und da lässt sie mich aus der Limoflasche trinken. Das tut mir gut und ich finde es ja auch toll. - *Direkte Ansprache wird eingefordert* – Also, ich finde es toll und es tut mir auch unheimlich gut. - *nach Atem ringend* – *Pause* - Und dann wird es mir wahnsinnig schlecht. Das steht mir auch jetzt schon hier.

Th: Ja, spüre das mal.

Kl: Also ich sehe jetzt die Situation. Ich kann sie jetzt nur noch von außen sehen.

Klientin erlitt als Kind einen heftigen Schock, verbunden mit Todesangst. In dieser Situation verlässt ein Teil ihrer Seele den Körper. Sie nimmt sich von außen wahr, sieht quasi von oben auf sich herunter, nimmt auch die Ängste der Umstehenden wahr.

Kl: Die Situation ist die, dass ich bei meinen Eltern auf dem Sofa liege, dass ein Arzt kommt, und ich einfach gar nicht mehr bei Bewusstsein bin.

Th: Ja.

Kl: Und die haben wahnsinnige Angst um mich. Ihr habt alle wahnsinnige Angst um mich. Und da sind meine Eltern bei mir. – *zu Ilse gewandt* – Jetzt guck mal, was du gemacht hast. Du hast genau gewusst, dass ich Kirschen gegessen habe. – Puh, mir geh tes hundsmiserabel. *Erinnere Klientin an direkte Ansprache* –

Kl: - *resigniert* – Da kommt überhaupt, da kommt von dir überhaupt kein Gefühl mehr.

Th: Wie geht es dir damit? Du liegst, da, dir ist kotzübel, bist nicht mehr ganz bei Bewusstsein.

Spiegele der Klientin ihre Situation, um zu testen, ob sie bereit ist, die Situation zu verändern. Sie „flüchtet“, indem sie sich den übrigen Verwandten zuwendet, die Besorgnis ausstrahlen.

Kl: Also was mir jetzt hilft, ist dieses rund rum. Was ich jetzt spüren kann sind einmal auch die Gefühle von Sorge, aber die Gefühle von Hilfe. Also da sind noch viele aktiv.

Th: Ja. Sag es ihnen.

Kl: - *eifrig* - Ihr seid auch wirklich aktiv. Und ich spüre, es geht um mich. Also vom Gefühl spüre ich, ihr wollt mir helfen. Das ist, ja, das ist gut. Ich spür von ihr (Ilse) gar kein Gefühl. Gar nix.

Th: Sprich sie an.

Kl: Ich spür von dir, - doch jetzt! – dass du es nicht ertragen kannst, wenn es anderen gut geht.

Th: Und spür mal was da abgeht.

Kl: Das gehört zu dir. Ich spüre aber jetzt ganz deutlich, die kann kein Glück ertragen.

Th: Sag du.

Kl: Du kannst kein Glück ertragen.

Th: Hm.

Kl: Zufriedenheit, Spaß, Freude, Friede.

Th: Spüre, was das mit dir macht.

Kl: Also, ich merke, dass das stimmt, das spüre ich, aber ich möchte das bei ihr lassen.

-*Sie soll ihr das direkt sagen* – Also ich lasse das bei dir. Du bist alt genug, selbst damit fertig zu werden. – *Kurze Pause* - Ich fühl mich jetzt wohl damit.

Th: Spüre mal, was jetzt wichtig ist.

Kl: Also mir hilft, dass ich im Blick hier meine Eltern habe. Dass ich euch im Blick habe, das hilft mir. Nicht nur im Blick, also nicht nur im visuellen Blick, sondern auch vom Gefühl her. Das spür ich die Verbindung. Und dann ist es gut. – *kurze Pause* - Ja.

Th: Und spüre auch mal, ob es wichtig für dich ist, dass sich die Ilse dir gegenüber anders verhält oder frag mal das kleine Mädchen.

Kl: Ich frag die mal.

An dieser Stelle lass ich die Klientin absichtlich die Kleine in ihrer Innenwelt ansprechen, ob sie bereit ist etwas zu verändern, da die „Große“ bisher noch nicht bereit war.

Das ist wohl ein Scheibchen. Klientin ist sofort bereit, die Kleine zu fragen, die auch einen Teil und zwar den verletzten Teil von ihr selbst repräsentiert.

Kl: Ich frag dich mal, wäre es wichtig, dass sich die Ilse anders verhält? Was meinst du?

Also, sie fühlt sich..(*unterbricht das Gespräch*) Da kann man gar nichts machen. Das ist ihre Sache. Ich spür, dass ist eine ganz, ganz tiefe Geschichte, aber die hat mit mir nix zu tun.

Th: So wie, das ist Ilses Geschichte?

Kl: - *glasklar, tief Atem holend* – Ja.

Th: Hm. Ja. Dann spür mal, ob das für die kleine Viola schon ok ist, oder ob es da noch etwas gibt, was da noch angeguckt ...- *Klientin holt tief Luft* -

Kl: - *rasch fortfahrend* – Also jetzt kommt folgendes: Ich hab sie ja so mir gegenüber stehen, ja? Und meine Onkels und Großeltern sind hier so links und rechts und meine Eltern hier direkt bei mir. So! Das ist das Bild. Und wenn ich sie so angucke, dann dreht sie sich grad um, mir gegenüber und da kommt auf dem Rücken wie so auch wieder so ein Projektor. Als ich so eben von dem Gefühl von ihr, dass es ihr Gefühl ist, von dem ich gesprochen habe, kam so ein Film der hat mit Flucht zu tun, meine Großeltern, da sind die alle noch klein. Und ich merke, das ist zwar traurig und garantiert dramatisch, aber das gehört nicht zu mir.

Th: Genau.

Kl: Also ich habe das Gefühl des Respektes und der Achtung vor diesem Gefühl, aber es ist nicht mir. Und was ich machen möchte, ist in irgend einer Handlung es wirklich ganz bei ihr (Ilse) lassen und so, dass ich mich sicher fühle, das wäre mein Bedürfnis, als Kleine jetzt, nicht wahr? Ja, so! Und was soll ich denn da machen?

Therapeutin ermuntert die Klientin von ihrer Handlungskompetenz in der Innenwelt Gebrauch zu machen.

Kl: - *schmunzelnd* – Also die Kleine, eben hatte ich ganz kurz die Idee, da müsste man wie so eine Konserve um sie herum bauen, aber... Dass sie da drin bleibt.

Th: Ja spüre mal. Du darfst alles machen in deiner Innenwelt, hast freie Handlungskompetenz.

Kl: Also, neben meinen Eltern plaziere ich jetzt mich, als Erwachsene, ja? Und ich frag jetzt mal das Kleine, was sie da meint, aber das ist einfach so kindlich, was da so rüber kommt. – *zweifelnd* – Also diese Konserve, das Bild der Konserve ja?

Th: Hm, ja. Vielleicht hat ja die Große da einfach eine andere Idee, was man da machen kann.

Kl: Ja, ich denk mal nach, mal gucken was man da machen kann, Also ich sehe das ja vor mir.

Also ich spüre, das sind ihre wirklich traumatischen Erlebnisse.- *Sie soll es ihr direkt sagen* –

Kl: Das sind deine durchaus traumatischen Erlebnisse. Aber die müssen ein für allemal bei dir bleiben. Damit du auch die Chance hast, damit umzugehen.

Also das mit der Konserve gefällt mir nicht so, gell!

Th: Hm.

Kl: Aber ich habe auch das Bedürfnis irgendetwas in die Wege zu leiten, was sich so, wie soll ich denn sagen, wie so ein Glas über sie zu stülpen, was immer das auch aussagt, weißt du, das dass so konserviert ist bei ihr.

Th: Hm - so ein Einmachglas.

Kl: - *verniedlichend* – Ja, oder einfach so, ein schönes, wie so, wie nennt man den diese Glasglocken?

Th: Käseglocken.

Kl: Ja.

Th: Du kannst sie ja auch einkochen in deiner Innenwelt. Spür mal.

Kl: - *begeistert* – Ehrlich?

Th: Ja.

Kl: Hatte ich ja große Skrupel eben, ich mein, dann bleib ich bei dem, was das Kind gesagt hat. – *eifrig* - Also dann stimme ich mit dem Kind überein, denn das war ja sein Impuls.

Th: Kannst du alles machen, sind Energiebilder

Den verletzten Gefühlen des Kindes folgend, fällt es der Klientin leichter, in der Innenwelt handelnd einzugreifen und zu verändern. Es (das Kind) agiert lebendiger und mutiger. Es ist sogar bereit Ilse, die energetisch für die Verletzungen, die bis heute wirksam sind, steht, „verrückterweise einzukochen“. Synergetisch wirksamer, als unter einer Käseglocke zu sitzen.

Kl: - *voller Tatendrang* - Dann nehmen wir die Konserve, dann achte ich, was die Kleine da sagt.

Th: Ja.

Kl: Also da sage ich zu der Kleinen: Jetzt mach halt mal.

Th: Jawohl.

Kl: Ja, also das war ja ,on der Kleinen ist das schön, von der Großen noch mal so ein ok. zu bekommen. – *begeistert und mit Nachdruck* – Ja, also dann konserviere ich die. Und das mache ich jetzt auch so, wie man das macht. Konserve her, Ilse rein, Deckel drauf und verschweiß. Ein Etikett tu ich noch drauf. Und da schreib ich jetzt drauf: „Ilses eigene Gefühle“. Aber die gebe ich meinen Großeltern, die Konserve.

Kl: Das müssen die miteinander ausmachen, das ist ihre Tochter. Und da gehört das hin.

- *Erinnere an direkte Ansprache* –

Kl: Also, ich möchte die euch geben. Das ist eine Sache die gehört zu euch, das ist eure Tochter und da müsst ihr mal gucken, nicht? Und solange das mit uns im Fluss bleibt, lasse ich das jetzt mal so.

Th: Spür mal, wie es der Kleinen jetzt geht und der Großen.

Kl: - *erleichtert* – Jaaaa. Jetzt ist es gut.

Th: Hm. Wie fühlt sich das an?

Kl: Sicher fühle ich mich. Sicher. Und ich kann das jetzt gut haben, dass die Sorge um mich haben.

Klientin kann es sich jetzt erlauben, annehmen, dass sich jemand um sie sorgt, ohne das zu negieren oder zu verdrehen, wie sie das zu Beginn der Sitzung ausdrückte – Da ging es um Selbstsabotage, ein Gefühl nicht annehmen zu können. –

Th: Sag es ihnen.

Kl: Ich kann gut haben, dass ihr Sorge um mich habt. Also das tut mir auch gut.

Beziehungsweise ich kann es spüren, als das, was es ist. Als ganz normal. Das ist eigentlich viel schöner. Hm.

Th: Dann spür das mal, dass das ganz normal ist...

Kl: Ja

Th: ...wenn Mama und Papa Sorge haben.

Kl: Ja. - *zur Therapeutin gewandt* - Soll ich dir jetzt mal was sagen? – *prustend* – Jetzt muss ich pinkeln.

Th: Kannst loslassen.

Kl: - *lachend* – Ja ich kann es nicht sagen, es ist so.

Th: Ja, ist ok so. Spür mal, ob du jetzt gehen willst und dich nachher noch mal hinlegen magst...

Kl: - *hastig* – Ja, ich habe das Gefühl, ich kann mich gar nicht mehr konzentrieren.

Th: Ja, ist ok.

Kl: Es reagiert wirklich deutlich.

– *Klientin entschließt sich zu einer kleinen Zwangspause, was bei ihr eh keine Probleme macht, da sie recht schnell wieder in ihre Bilder kommt – Danach:*

Kl: Also ich gebe sie (Konserve mit Ilse) euch mal jetzt. Und die nicken einander zu wie Übereinstimmung. Also sie nehmen es an.

Th: Wie ist das für dich, wenn sie das so annehmen?

Kl: Das ist in Ordnung. Das fühlt sich auch ordentlich an. Also damit habe ich nun weiß Gott nichts zu tun. *Sie soll noch mal nachspüren, wie es sich im Körper anfühlt*

Kl: Nein, das ist ok. Schön ist jetzt, dass von allen, die nach mir geschaut haben, kann ich ein wohlwollendes Gefühl, also ich kann auf jeden Fall Gefühle wahrnehmen und die sind wohlwollend.

Th: Ja spüre die mal in deinem Körper. Nimm die mal wahr.

Kl: - *erstaunt* – Jetzt habe ich das gleiche Gefühl wieder, wie ich auf der Wiese gelegen habe.

Th: Ja, die Natürlichkeit.

Kl: Und damit ist immer gekoppelt: Dazu braucht es keine Worte. Da spricht auch keiner. Das ist genau das gleiche Gefühl.

Th: Nimm es wahr in deinem Körper.

Kl: Es durchzieht den ganzen Körper.

Th: Ja. und erlaube dir die Zeit, das so wahrzunehmen.

Musik (Weiblichkeits-CD „Heaven and Hell“) wird zum Ankern eingespielt.

Kl: Das war schön.

Th: Möchtest du noch einen Moment länger in dieser Energie bleiben?

Kl: - *entspannt seufzend* - Ist eigentlich schön so gewesen. - Also ich spüre jetzt auch eine unheimliche Erleichterung - so nach dem Motto das war gut, dass das geklärt war.

Th: Ja.

Kl: Und auf der anderen Seite oder parallel dazu, hm, war das schön einfach auch diese Vielschichtigkeit zu spüren. Das war nicht nur Sorge, das war auch Freude trotzdem und es war ja so Anteilnahme

Th: Ja, nimm es mal wahr.

Kl: Ja all so diese Dinge. Oder auch so Hoffnung. Hab ich auch ganz klar gespürt. Das wird schon wieder und so was.

Th: Ja und noch mal in deinen Körper, ob noch etwas spannt, die Schultern, oder der Brustraum, der Kopf.

Klientin soll noch einmal auf der Körperebene als „Test“ nachspüren, ob energetisch noch eine Blockade spürbar ist.

Kl: - *schmunzelnd* – Du Nase, bist schön frei. Mund wieder locker, - *tiefe Atem holend* - auch der Brustraum. - Schulter? Auch ok. - Beine? Die spannen noch ein bisschen.

Th: Hm. Sag mal - ihr spannt.

Kl: Ihr spannt noch ein bisschen. – *mitfühlend hinzufügend* – War wahrscheinlich auch anstrengend für euch lange Zeit sich so zu fühlen.

Th: Du kannst ja mal fragen.

Kl: Ja, das sind Druckstellen. Nenne wir es mal Druckschmerzen. - Also das Bild, wenn du dir vorstellst, ein Fuß hat lange diese Schelle um sich rum oder diese Spange...

Th: Ah ja.

Kl: ... und man nimmt sie ab, dann drückt es noch ein bisschen nach.

Th: Oh ja. Ist das ok. für dich?

Kl: Ja.

Th: Kannst ja mal die Füße fragen.

Kl: Ich frag mal. Ist das für euch in Ordnung?

Th: - *schmunzelnd* – Hm.

Kl: - *schmunzelnd* – Ja ja. Sie sagen natürlich, das ist natürlich, es ist auch natürlich

Th: Ah ja, natürlich sein.

Kl: Es ist völlig natürlich, wenn man so eingequetscht ist, dass man das noch lange nachspürt, oder sagen wir mal eine Zeit nachspürt, wie lange das auch ist.

Th: Kannst du das so annehmen?

Kl: - *eifrig* – Ja, ja.

Th: Ja, dann spür mal, ob es wichtig für dich ist, noch mal zur Leinwand zurückzugehen, oder in die Situation, wo das Baby zur Welt gekommen ist, bei Mama und Papa.

Kl: Also die Situation, die ich jetzt sehe ist die beiden Eltern sitzen ja vor der Leinwand.

Th: Aja, genau.

Kl: Und die haben sich das ja eben angeguckt. Und ich spreche sie einfach jetzt an direkt.

Th: Ja, hm.

Kl: Was ist jetzt oder wie geht es euch denn? Ich frage mal, wie es euch geht, wenn ihr das so seht? – *tiefer Atemzug* – Ihr beide seid fassungslos, gell? Das war euch nicht klar? Nein, das war denen nicht klar. Nee, das war ihnen einfach nicht klar.

Th: Wie geht's dir damit, wenn du die beiden so siehst?

Kl: - *berührt* – Ich glaube euch das. – *Pause* - Während ihr zwei da geschaut habt, oder als ich dort so lag, habe ich keine Verbindung zu ihr (Ilse) gespürt. Kann das sein, oder wie hat sich

die Verbindung zu ihr von euch aus dargestellt? Mal so rum. – *ratlos* - Tja! Für meinen Vater war das das verwöhnte letzte Kind. Und du hattest so keine Beziehung mehr zu ihr. – *Pause* - Nein! Der hatte zu den anderen Geschwistern viel mehr Beziehung.

Th: Und spür mal was für dich jetzt wichtig ist, oder für die Kleine, das Baby, oder für die kleine Viola. Du kannst die ja mal fragen.

Kl: Was wäre für dich denn wichtig? Also hier auf der Wiese und in den Bildern gibt es jetzt erst mal nichts mehr zu tun. Ja. Und das war für sie schon mal das wichtigste. Weil sie spürt jetzt und das sieht man ihr auch an.

Th: Sag es ihr.

Kl: Bei dir spürt man jetzt erst, dass du das Gefühl erst mal wahrnimmst, oder die Gefühle, ohne die Distanz. Da erschien auch vorhin ganz kurz mal wieder so ein blauer Reifen um die rum. So eine Art Schutzreifen, oder...

Th: Hm, dann spür mal, ob jetzt noch etwas davon da ist.

Kl: Nein. Ist keiner mehr. Deshalb. Es ist so. Du bist so damit beschäftigt, das zu spüren. Und mit großem Wohlwollen übrigens.

Der blaue Schutzreifen oder Ring, tauchte in einer der vorigen Sitzungen schon einmal auf. Er stand für Schutz und Abgrenzung. In dieser Situation erschien er nur kurz, verschwand allerdings.

Th: Du kannst ja mal spüren, ob noch ein bisschen in diesem Spüren drin bleiben magst, vielleicht mit der großen Viola zusammen,

Kl: Ja, möchte noch ein bisschen da bleiben und ich setze mich jetzt einfach mal so zu meinen Eltern an die Seite...

Th: Mit allen, die wichtig sind, ja.

Kl: Ja, genau und dann spüren wir mal.

Th: Dann spür mal die Natürlichkeit in dir.

- Leise Musik zum Ankern und Nachruhen im Hintergrund –

Th: Ist die Musik ok. so?

Kl: Hm schön. – *Pause* –

Th: Wie fühlst du dich?

Kl: Super. Sehr gut. – *tief Luft holend* – Das hat von meinem ganzen Körper Besitz ergriffen. Weil ich auch glaube, das geht mir nicht mehr verloren. Denn das war so intensiv, war schön.

Th: Und spüre mal diese Energie, die du so mitnehmen, wahrnehmen kannst und spüre mal ob du vielleicht mit dieser Energie in eine Alltagssituation gehen magst, ob du Lust dazu hast.

Kl: Ja.

Mache der Klientin den Vorschlag, mit dieser Energie in eine Alltagssituation zu gehen, zB. Nach Hause, an den Schreibtisch sich den Bewerbungsunterlagen widmend.

Deshalb, um zu prüfen, inwieweit die Situation (Angst, Starrheit, Bewerbungsunterlagen nicht verschicken zu können) gekippt ist.

Kl: Also die Situation ist die, dass ich jetzt so am Schreibtisch sitze. Mit dem Stapel Papier um eben einen Lebenslauf zu schreiben und die Bewerbungen etwas individueller zu gestalten.

Th: Ja, sei mal da jetzt.

Kl: Ja.

Th: Guck mal, wie es dir geht, so am Schreibtisch, bei deinen Unterlagen.

Kl: Also, zuerst mal war das wieder so eine Menge, weil da türmt sich das immer so. Aber, in dem Moment, in dem ich angefangen habe zu schreiben, dann ist dieser Turm etwas geschwunden, also dann schwindet der parallel.

Th: Ja, teste mal, schreib mal. Kannst du alles Mal ausprobieren in deiner Innenwelt.

Kl: Ja, ist ok. Genauso ist es jetzt. – *entspannt* – Und habe dabei einen ganz schönen Elan.

Th: Ja, spür mal.

Kl: Und auch gute Einfälle. Ja, also die Situation sieht sehr aktiv aus. Aber nicht nur aktiv, sondern das ist auch vielversprechend.

Th: Ja, sag das mal der Viola, die da am Arbeiten ist.

Kl: Also, die Arbeit, die du da verrichtest, die sieht auch sehr vielversprechend aus. Hm. Das könnte was werden. – *schmunzelnd hinzufügend* – - kurze Pause - Ja ,und du schaffst das.

Th: Sag es noch einmal.

Kl: Ja, das schaffst du schon, auf jeden Fall.

Th: Hm. Sag doch mal „Ich schaffe das!“

Kl: Ich schaffe das.

Th: Wie fühlt sich das an?

Kl: Neu.

Th: Ah ja. Spüre das mal.

Kl: Solange ich du sage...oder ich schaff das schon, aber das ist jetzt gekoppelt mit dem Gefühl. Jetzt geht es. Der erste Satz war schwierig. Also war neu. Also - ich schaffe das schon - hat jetzt auch ein Gefühl.

Th: Ja, spür mal, das Gefühl gekoppelt mit „Ich schaffe das schon!“

Kl: Ich schaff das schon...

Th: Nimm es mal wahr.

Kl: Der Satz ist sicher, stabil. *herzhaft lachend* – Haha. Jetzt habe ich ein Bild. Jetzt so die Eisenbahngleise, ja? Und da kommt jetzt eine Eisenbahn und da war doch dieser Stein, so Hinkelsteinähnlich.

Th: Ahja.

Kl: So. Und der ist jetzt der Satz „Ich schaffe das schon!“

Th: Hm. Prima. Wie geht es dir mit „Ich schaffe das schon!“?

Kl: Das klingt wie das Tor zur Welt.

Th: Sag das mal dem Satz.

Kl: Du klingst wie das Tor zur Welt.

Th: Hm, ja. Sowie die Lokomotive fährt wieder?

Kl: Ja, und der Satz ist wie so eine Art Tor...

Th: Ja.

Kl:...so stilistisch geschrieben und öffnet sich wie ein Tor und da kann die natürlich in gaaanz, ich sag mal, in ihrem ihr angemessenen Tempo schön weiter.

-*Zum Unterstützen wird im Hintergrund „Anfahrende Lokomotive“ eingespielt* -

Also die fährt jetzt nicht wie die Feuerwehr, die fährt ihrem Tempo gemäß. Ja. - *laut gähnend* – Uhjee, alte Energie?

Th: Hm. Wie geht's?

Kl: Hervorragend.

Th: Sowie „unterwegs“?

Kl: Ja. Und Tempo ist unwichtig.

Th: Spielt keine Rolle.

Kl: Es spielt keine Rolle, weil, da ist ja alles möglich, ich muss ja mal gucken, wie die Bedingungen sind und Situationen usw. Das ist ok.

Th: Es kommt darauf an, wie du dich fühlst, was am Besten für dich ist. Hm. Ja.

Die Session ist rund. Vergewissere mich trotzdem noch einmal bei der Klientin nach ihrem Wohlbefinden und ob es noch etwas gibt, dass wichtig für sie wäre, was sie bewegt..

Kl: Also, es ist eigentlich so klar, es ist so rund. Dem kann man eigentlich gar nichts mehr hinzufügen.

Th: Noch mehr geht nicht.

Kl: Wüsste wirklich nicht mehr, was ich dazu noch sagen sollte und das passiert ja weiß Gott ganz selten. Ich kann nur sagen, das stimmt jetzt so.

Auf meine Frage hin, möchte die Klientin doch noch etwas nachruhen.

Sie tut das bei schöner Musik.

Th: Ok., Viola, bis gleich.

Kl: Ja, bis gleich. – *schnell und freudig hinzufügend* - Die Nase ist frei, total frei.

Th: - *lacht mit*– Ja klar.

Kl: Also Faszination.

Im Anschluss an die Nachruhe begibt sich die Klientin noch einmal durch die Tür, schaut nach, ob sich etwas verändert hat. Das Schild Eltern ist noch da, unverändert. Für die Klientin ist das in Ordnung. Sie hat ein gutes Gefühl dabei, da sie merkt, dass die Qualität des Wortes „Eltern“ im Gegensatz zu Beginn der Sitzung eine bessere ist.