

Ute Staender B 9 – 119 - Prüfungsarbeit zur Synergetik Therapeutin

Einführung

Andreas ist Anfang vierzig und kommt wegen Prüfungsängsten. Er ist Langzeitstudent: zunächst Studium der Medizin, nach Abbruch Theologie-Studium und nach erneutem Wechsel Studium der Psychologie. Wiederholt brach er kurz vor Abschlussprüfungen das Studium ab, so auch vor kurzem sein letztes Studium. Andreas verdient sich derzeit seinen Lebensunterhalt als Tanzlehrer, er lebt in einer WG.

In der Vorgeschichte erwähnenswert ist eine Hodenkrebs-Erkrankung mit siebzehn Jahren, die austherapiert wurde, seitdem sei kein neuer Befund aufgetreten.

Grundthema:

Platz im Leben nicht finden können, sich nirgendwo zugehörig fühlen, innere Zerrissenheit: Selbst- und Fremdwahrnehmung unscharf, zurückgehaltenes Aggressionspotential.

Ausgangssituation vor der - im folgenden dargestellten - 3. Session:

- Der Einstieg in die Bildebene ist A. sehr leicht möglich
- Die Symbolebene ist Hauptplattform
- Konkrete Erlebnisse aus Kindheits-, Jugend- oder Erwachsenenalter wurden in den vorangegangenen Sesseions nicht thematisiert.

A. verfügt aufgrund seines fortgeschrittenen Psychologiestudiums über diverse Therapiemethodenerfahrungen, wie schamanisches Reisen, Familienaufstellungen, Annahmemodell von Klaus Lange und Arbeit mit diversen Innenweltfiguren.

Dritte Session von A.

Tiefenentspannung:

Th.: Was nimmst du wahr?

Kl.: Aus der Wolke ist eine Luftmatratze geworden. Da sind kleine Wellen.

Es ist Tag. Jetzt kommt ein Schwanken. Aber die Matratze ist hart und stabil.

Th.: Wie fühlst du dich?

Kl.: Seltsam, weit weg von allen anderen.

Th.: Schau dich mal um. Was siehst du?

Kl.: Eine kleine Insel. Wie in einem Comic . Sie schwebt über dem Wasser. Dahinter ist eine grössere Insel. Eine normale Insel – viele Palmen, heller Strand.

Th.: Was ist dein Impuls?

Kl.: Ich hole die Pappmaché-Wand auf das Floss, so sieht die erste Insel aus, und gleite auf die andere Insel zu. Sie ist menschenleer, flach. Jetzt sehe ich noch eine dritte Insel. Sie ist noch grösser, hohe Berge in der Mitte, mit Wald, Palmen. Ich lasse mich an der zweiten Insel vorbeitreiben. Die nächste Insel wirkt freundlich. Ich sehe am Ufer Boote. Die Pappmaché-Wand auf meinem Floss ist kleiner geworden – jetzt nur noch 30 bis 40 cm gross. Da liegt jetzt auch noch ein Papier, da ist die zweite Insel draufgemalt. Vor mir auf der Insel sind Menschen – Eingeborene. Sie wirken gutwillig und neugierig und sprechen eine Eingeborenensprache.

Th.: Ja

Kl.: Das Boot schwimmt automatisch in deren Bucht. Es hält ein Paar Meter vor dem Steg. Ich sehe die Leute, in ihrer Mitte ist ein Häuptling. Das Boot ankert jetzt am Steg.

Th.: Was passiert jetzt?

Kl.: Der Häuptling reicht mir ein Holzstab. Er ist kleiner als ich, hat eine grosse Kraft und ist jung, knapp Mitte 20.

Th.: Könnt ihr euch verständigen?

Kl.: Rechts hinter ihm steht ein Mann, sein Übersetzer, sagt italienisch „Sì“. Er nimmt sein Messer und ritzt in seinen Finger. Es kommt Blut. Er kommt näher. Über meine Brust zeichnet er eine Blutspur – vom Herzen bis zur Mitte (*Klient fährt an seinem Körper die Linie nach*).

Th.: Wie empfindest Du das?

Kl.: Der Häuptling schaut mich an. Er führt mich ein Stück weiter, eine gut gemeinte Geste, hat mich um die Taille gefasst.

Th.: Wie fühlst Du Dich?

Kl.: Ich bin schüchtern. Der Übersetzer kommt mit witzigen Bewegungen hinter uns her - wie beim „König und sein Narr“.

Th.: Wie schaut er aus?

Kl.: Ein älterer Mann, um die 50, mit Glatze. Ein Glatzkopf, ein trauriger Clown – mit Haarausfall.

Th.: Sieh ihm mal in die Augen!

Kl.: Er hat sehr helle Augen, mit einem Funkeln. Der König hat eine rote Bekleidung – so ein Tuch im Rücken. Sein Rücken hat Ähnlichkeit mit meinem Rücken. Er zieht an seinem Tuch. Oh, jetzt kann ich sehen, dass er durch das Tuch mit dem Zauberer verbunden ist. Der Häuptling redet und kommuniziert. Der Zauberer schweigt und ist verhüllt. Sie halten sich die Waage.

Th.: Mmh...

Kl.: Jetzt reicht mir der Häuptling ein langes Messer. Ich soll das Tuch durchschneiden, je zu einer Hälfte. Das Tuch kommt aus einem ca. 1 cm grossen Loch, links am Rücken in Nierenhöhe. Ich durchschneide das Tuch. Den Zauberer durchzuckt es kurz bei dem Schnitt.

Th.: Sprich ihn mal direkt an – oder was ist dein Impuls ?

Kl.: „Du bist so bedrohlich, weil ich dein Gesicht nicht erkenne. Ja, Du bist der Sensemann“.

Th.: Wie reagiert er?

Kl.: Er gibt mir einen Holzstab mit einer Sense, einer kleinen Sense.

Der Klient ist irritiert und leicht aufgebracht.

Der Häuptling gab mir aber einen Lebensstab. Ein Lichtsymbol, silberweiss und rot.

An den Zauberer gerichtet: „Dein Tuch ist jetzt ganz grau geworden“.

Ich mach einen Schnitt mit der Sense. Oh, der Zauberer fliegt 100 bis 150m weit weg. Er ist aber ganz lebendig - nur sein Gesicht ist noch verhüllt.

Th.: Möchtest Du sein Gesicht erkennen? Lass dich doch mal von ihm in eine Situation führen, die dir da mehr Durchblick verschafft - oder frag ihn direkt.

Kl.: Ich sehe einen kleinen Jungen im Sandkasten von hinten. Ich weiss nicht, ob es mein Bruder B. ist oder ich, weil als Kinder sahen wir uns ähnlich.

Th.: Geh´ mal näher ran!

Kl.: Wir sitzen beide im Sandkasten. B. hat ein rotes Tuch um, ich ein silberweisses. Ich habe ein Loch im Bauch.

Klient sagt zu sich selber: Wo kommt das Loch her?

Th.: Wen kannst du fragen oder wer kann dir dabei helfen?

Kl.: Ich sehe mich. Ich bin blond, so 10 bis 12 Jahre alt.

Th.: Wer ist bei dir?

Kl.: Mein Bruder kommt auf mich zu und zieht das silberne Gewand durch mein Loch im Bauch.

Energisch an den Bruder gerichtet: „So geht das nicht, das ist kein Weg. Ich möchte wissen, wie das Loch entstanden ist.“

Meine Grossmutter taucht auf. Sie äussert ihr Bedauern, dass sie nicht helfen konnte.

Th.: Frag sie mal, wobei sie Dir nicht helfen konnte!

Kl.: „Wobei konntest Du mir nicht helfen?“

Grossmutter: „Ich konnte nicht verhindern, dass das Loch entstand.“

Th.: Lass Dir das mal genauer erklären. Deine Grossmutter soll Dich mal in die Situation führen, in der die Verletzung entstanden ist. Oder schau, was passiert.

Kl.: Vater streitet heftig mit Grossmutter. Sie werden immer lauter.

Th.: Wie ist das für Dich?

Kl.: Ich habe Bauchschmerzen, heftig. Das Loch wird grösser.

Klient stöhnt und hält den Atem an.

Th.: ... und atme!

Kl.: Ich versuche mich bemerkbar zu machen.

Klient stöhnt laut und ruft verhalten:

Ich habe Schmerzen.

Th.: ... und, hast Du Erfolg?

Kl.: *schüttelt resigniert den Kopf und verstummt.*

Th.: Wie geht es Deinem Bauch?

Therapeut drückt auf den Solarplexus.

Kl.: *hält den Atem an und verzieht schmerzhaft das Gesicht.*

Th.: Ja, spür das und atme.

Dem Klienten kommen ansatzweise Tränen, er schüttelt den Kopf und sagt:

Kl.: Es hilft nichts.

Th.: Es hilft nichts – kennst Du das Gefühl?

Kl.: *Nickt und fährt fort:*

Ich merke wie ich mich aus der Situation rausziehe.

Th.: *drückt auf den Solarplexus und sagt:*

Bleib in Kontakt! Du weißt, in Deiner Innenwelt ist alles möglich. Vielleicht kannst Du als erwachsener A. in der Situation auftauchen und dem kleinen A. helfen. Kannst Du dir das vorstellen?

Kl.: Ja, ich in bin dort ...

Musik: Vangelis B wird eingespielt

Kl.: ... in der Küche. Meine Großmutter und mein Vater streiten laut.

Th.: Sag's direkt!

Kl.: „Was ist denn hier für ein Lärm? Was veranstaltet ihr hier für ein Zirkus?“

Ich stelle mich vor meinen Vater.

Th.: ... und wie reagiert er?

Kl.: Er nimmt kaum Notiz von mir, als wäre ich gar nicht da.

Th.: Sag's ihm direkt!

Kl.: „Du bist wie ein Mercedes Silberpfeil, mit hart gepanzertem Schutz, immer schnell und voran, ton- und richtungsweisend, unantastbar!“

Th.: Beeindruckt ihn das?

Kl.: Nein, er wendet sich ab und beginnt wieder mit meiner Grossmutter und jetzt auch mit meiner Mutter zu streiten.

Th.: Schau mal, was der kleine A. macht.

Kl.: Dem geht's total schlecht, der sitzt am Boden und weint still vor sich hin. Das kann ich nicht mehr mit ansehen! Ich nehme den kleinen A. auf den Arm und stelle mich vor meinen Vater. „Sieh Dir das Kind an! Es hat ein Loch im Bauch und Schmerzen.“ Vater: „Du hast selber Schuld! Wenn mein Vater streng mit mir umgegangen ist, habe ich einfach dicht gemacht, mir ein Schutzschild umgelegt.“ Er lässt mich wieder stehen und geht bedrohlich nah auf meine Grossmutter zu.

Th.: Wie geht's dir?

Kl.: Ich weiss' nicht, ich fühle mich ganz hilflos.

Th.: Da ist wieder dieses Gefühl der Hilflosigkeit. Von wo könnte jetzt Hilfe kommen? Hast Du eine Idee?

Kl.: Der Häuptling und der Zauberer stehen rechts und links an meiner Seite. Wir bauen eine Wand auf, sodass Vater nicht zur anderen Seite zur Grossmutter kann. Der Häuptling stellt zusätzlich noch eine glasige Schutzwand auf.

Th.: Wie reagiert Dein Vater darauf?

Kl.: Er ist völlig unbeeindruckt und brüllt einfach weiter.

Th.: Was macht das mit Dir?

Kl.: Ich bin Luft für ihn, ich fühle bald gar nichts mehr.

Th.: Wie geht's dem kleinen A.?

Kl.: Er hat sich auf meinem Arm zusammengekrümmt und hat Schmerzen.

Th.: Kennst Du dieses Gefühl der Ohnmacht?

Klient nickt.

Th.: Spür mal, ob das ewig so weiter gehen soll oder ob Du was ändern möchtest, Du hast jetzt die Chance dazu.

Kl.: Jetzt stelle sich alle vor meinem Vater auf, auch meine Grossmutter und meine Mutter, und rufen: „Jetzt schau Dir das Kind an! Du hast schliesslich noch einen Sohn. Es geht ihm schlecht.“

Dem kleinen A. ist übel.

Klient würgt ansatzweise.

Er spuckt all die geschluckten Metallspitzen, die mein Vater auf mich abgeschossen hat, aus und kippt sie ihm rückwärtig in sein Hemd.

Th.: Ja, traue Dich weiter und sag's ihm direkt.

Kl.: - laut- Dein Metall in Dir ist schon ganz schwarz, oxidiert, so alt ist es, besonders in der Herzgegend. Wie kannst Du so leben?“

Vater: „Ich fühle mich ganz wohl damit, sicher und geschützt, total stark und unanfechtbar. Ich weiss überhaupt nicht, was Du hast. Dein Bruder reagiert auf alles ganz anders als Du, nicht so empfindlich.“

Klient schweigt.

Th.: Spür da mal rein, wie ist das für dich?

Kl.: Ich fühl, 'ne totale Schwäche und auch Resignation.

Th.: Kennst du dieses Gefühl deinem Vater gegenüber?

Kl.: ... mmh ...

Th.: Dann erlaub, der Schwäche und Resignation mal ganz da zu sein.

Vielleicht haben die beiden auch eine Botschaft für dich? Oder was ist dein Impuls?

Kl.: „Ich gebe euch den Raum ganz da zu sein, was gibt es mir zu sagen?“

- Kurze Pause – Der Klient lächelt.

Die beiden sagen, sie wollten nur mal ihr Gesicht zeigen und es würde noch eine Überraschung auf mich warten .

Th.: Das hört sich ja gut an, und was passiert?

Kl.: Der Häuptling und der Zauberer nehmen mich in die Mitte und führen mich seitlich ab, auf die 2.Insel, zur Heilung.

Anfangsmusik Meeresrauschen wird eingespielt.

Th.: Bist du jetzt dort?

Kl.: Ja.

Klient atmet tief und entspannt sich sichtlich.

Es wird die Musik verstärkt und Zeit zur Entspannung gegeben.

Th.: Wie fühlst du dich?

Kl.: Es ist phantastisch. Der Häuptling und der Zauberer legen mir Palmenblätter auf meinen Bauch. Das ist wie bei der indischen Palmenblattsammlung – in jedem Palmenblatt sind Persönlichkeitsmerkmale verankert.

Th.: Ja, schau oder fühl mal, was du da bekommst!

Kl.: Das fühlt sich hochenergetisch an. Es ist ein richtiges Heilungsritual. Ein ganz intensives Kribbeln, wie elektrisiert, durchpulst meinen Körper.

Th.: Ja, spür, das und lass die Heilenergie sich ausbreiten.

... und atme!

Klient nimmt tiefe Atemzüge und ist sichtlich ergriffen.

Musik wird wieder lauter gestellt.

Klient bewegt die Beine.

Th.: Was ist mit deinen Beinen?

Kl.: Der Häuptling tanzt jetzt.

Trommelmusik wird zusätzlich eingespielt. Klient wird immer unruhiger.

Th.: Wenn dein Körper sich stärker ausdrücken möchte, dann tu's !

Kl.: Ich tanze jetzt auch!

Klient bewegt sich erst verhalten, dann kraftvoll nach der lauten Musik.

Kl.: Tanz ist mein Leben, Kraft – und Lebendigkeit!

Th.: Ja, spür das, da ist Kraft und Lebendigkeit, wenn du tanzt.

Kl.: Der Zauberer zieht jetzt seine Kapuze ab - ein junges Gesicht ca. 13Jahre alt.

Th.: Geh' mal näher ran.

Kl.: *Lacht* - Das bin ich. Ich halte ein spielerisches Verteidigungsschwert in der Hand und mache Alkaido-Bewegungen. Das ist eine Selbstverteidigungstechnik ohne Kampfcharakter.

Klient macht diese Bewegungen.

Th.: Wie fühlst du dich damit?

Kl.: Das ist genau das Richtige für mich. Danke für das Geschenk.

Th.: Das hast du dir selbst geschenkt!

Kl.: *Lacht.* Ja, das ist wahr.

Klient legt sich wieder hin.

Trommelgeräusche werden zurückgenommen, leises Meeresrauschen ist hörbar.

Th.: Schau dich mal um, wie sieht die Insel aus?

Kl.: Sie ist groß und wunderschön, weisser Sandstrand, herrlicher Palmenwald. Am Ufer liegt mein Floß.

Th.: Was ist dein Impuls?

Kl.: Dorthingehen und losfahren.

Th.: Bevor du das tust, geh bitte noch mal an den Anfang der Session, als der Häuptling das erste Mal mit dir Kontakt aufgenommen hat.

Kl.: Ja, ich stehe vor ihm. Wir lachen uns an und umarmen uns. Ich fühle mich jetzt auch so stark und jung, wie er.

Th.: Das ist dein innerer Mann. Er ist aufgetaucht, weil er eine wichtige Botschaft für dich hat.

Kl.: Ja, das ist gut. Er hat mir ...

Th.: Sag's in der Ich-Form!

Kl.: Du hast mir einen Holzstab gegeben. Ich weiß, es ist ein Lebensstab: ein Lichtsymbol - silberweiß mit rot, Transzendenz mit Lebenssaft. Ich soll mich immer wieder rückerbinden an meine spirituelle Kraft.

Th.: Ja. Ist noch jemand bei dem Häuptling?

Kl.: Ja, er steht in seiner Anhängerschar.

Th.: Kannst du eine Parallele zu deiner Lebenssituation sehen?

Klient lacht.

Kl.: Das Semester hat begonnen, jetzt beginnen neue Tanzkurse.

Th.: Wie ist das für dich?

Kl.: Das mache ich am liebsten.

Th.: Vielleicht ist das auch etwas, was du dir deutlicher vor Augen führen sollst oder was ist dein Gefühl dazu?

Kl.: Meinem Vater konnte ich damit nicht kommen. Das war ein rotes Tuch für ihn.

Th.: Ja - das ist sicher etwas, was in deinem Verhältnis zu deinem Vater von dir genauer angeschaut werden will.

Klient nickt!

Kl.: Ich möchte da gern beim nächsten Mal weitermachen. Ich habe jetzt noch einen Termin im Hospiz.

Th.: Da kannst du ja vielleicht mit deinem Lebensstab gleich richtig was bewirken.

Gemeinsames Lachen

Th.: Gibt es noch irgend etwas anzusprechen oder zu verabreden für's nächste mal? Wie ist dein Grundgefühl jetzt?

Kl.: Es geht mir gut. Mein Vater ist schon seit fünf Jahren tot. Ich bin erstaunt wie sehr ich mich noch mit ihm beschäftige.

Th.: Er hat dich ja wesentlich mitgeprägt. Spür' da bitte noch mal genau rein, ob du wirklich ernsthaft eine Verabredung mit deinem Vater treffen willst.

Kl.: Die Session war nicht leicht für mich - aber ich mache weiter.

Th.: Lass deinen Vater bitte noch mal kurz auftauchen und schau, ob es jetzt noch was zu klären gibt oder was ist dein Impuls?

Kl.: Ja, mein Vater will für sich sein. Er ist aber bereit, zu einem späterem Zeitpunkt mir zu begegnen.

Th.: O.k. Siehst du das Floß? Möchtest du jetzt deinem Impuls von vorhin folgen?

Kl.: Ich bin schon drauf und bereit langsam wieder in die Realität aufzutauchen.

Th.: Ja, dann lass die Bilder blasser werden, sich in den Hintergrund zurückziehen und mach dir noch einmal bewusst, dass der Weg in deine Tiefe mit jedem Mal leichter wird. Denn deine eigenen Spuren der Bilderwelt werden sich mit jedem Mal tiefer einprägen, sodass du alles Erlebte erinnern wirst und dir noch mehr dazu einfallen wird, wenn du dich noch weiter mit dem Thema beschäftigst. - Und komm in dem dir eigenem Tempo zurück. Spüre jetzt deinen Körper, vielleicht kannst du bemerken, dass sich ein Körperteil bewegen möchte, die Füße und die Hände. Du kannst dich Räckeln und Strecken und vielleicht magst du deine Hände aneinander reiben und deine warmen Hände sanft über deine noch geschlossenen Augen legen, um deine Augen in die Wärme und das Licht deiner Hände hinein zu öffnen, und dann bist du wieder ganz hier.

Analyse der 3. Session

- Gleich zu Beginn der Session wird A.'s Grundlebensgefühl deutlich („seltsam, weit weg von allen anderen“)
- Sein Entfremdungspotential wird in der Beschreibung der Inseln deutlich: Komik, Pappmache'.
- Zwei ausgeprägt voneinander abhängige, symbiotisch, aber auch angstvoll und destruktiv erlebte Innenweltfiguren (der Häuptling und sein Zauberer, bzw. der König und sein Narr) bestimmen seine Aufmerksamkeit.
- Im Verlauf der Session werden diese beiden Figuren über den Einstieg in die Kindheit (Prägungsebene) und über A.'s aktive Veränderungsarbeit (Strukturkippung) für ihn immer plastischer und als eigene Innenweltanteile erkannt und integriert.
- Eigenes Heilungspotential, Kreativität und Lebensfreude konnten in Szene gesetzt und verankert werden.
- Eine potentielle Ausgangsbasis für nächste Session wurde geschaffen: Vater – Sohn-Ebene, Familiendynamik (Kernfamilie und Großelterngeneration) sollten stärker auf Prägungsniveau erlebt werden.
- Resümierend freue ich mich über den – im Vergleich zu den ersten beiden Sessionskooperativen, dynamisch-lebendigen Verlauf der Session.
- Mir ist bewusst, dass ich mich ziemlich dicht an den “Fersen,, von A. gehalten habe, ich habe so vermieden, dass A.(wie bisher leicht geschehen) mit schnellem Sprechtempo von einem Geschehen zum anderen wechselte, ohne eine wesentliche emotionale Beteiligung aufzubauen.