

Supervisions-Sitzung Uwe Ibenthal

Berufsausbildung B 4 - 47

„Ungewissheit“ (Asthma)

Die 55-jährige Klientin leidet seit Jahren unter Asthma. In dieser Sitzung begegnet sie immer wieder ihrer inneren Ungewissheit und dem Gefühl, „es geht nicht weiter“. In der Synergetik Therapie wird als Einstieg häufig das Bild einer Treppe vorgegeben, die der Klient dann nach unten steigt. Damit ist die innere Vorstellung verbunden, dass man zugleich in die inneren Seelenlandschaften, in das Unterbewußtsein hinabsteigt. Die Klientin ist jedoch grundsätzlich nicht bereit, die Treppe nach unten zu steigen, also steigt sie die Treppe nach oben. Dort begegnet sie aber immer nur leeren Räumen, wo nichts passiert und wo es nicht weitergeht. Sie fühlt sich immer wieder sehr verloren und hat keinen Mut, in irgendeine Handlung zu gehen, weil die Ungewissheit sie zu sehr blockiert. Im Verlauf der Sitzung bekommt sie langsam ein Gefühl von innerer Panik, da nicht mehr raus zu kommen. Auch ihr Mann, der sie als inneres Bild während der gesamten Sitzung in ihrer Innenwelt begleitet, hat keine Ideen oder Impulse. Die Ungewissheit ist übermächtig und die Klientin hat trotz Einsatz des Schlagstockes am Ende immer wieder nur das Gefühl, aufgeben und es hinnehmen zu müssen - „ich bin eben kein Sieger.“ Sie kann ihr inneres Muster sehr deutlich wahrnehmen und trifft eine Vereinbarung, in der nächsten Sitzung weiter daran zu arbeiten.

4. Session

Tiefenentspannung, diesmal ohne Vorschlag: Treppe, Klientin hatte in den Sitzungen vorher immer die gleiche Treppe, die sie schon aus der Realität kannte und ging diese hoch (langsam) Sessionsverlauf ist im allgemeinen sehr langsam, es dauert immer eine Weile bis sie antwortet.

Th.: Was kannst du wahrnehmen?

K.: Im Moment gar nichts.

Th.: Ist da irgend etwas, das dir im Kopf herumgeht?

K.: (zögert) Nein, überhaupt nicht.

Th.: Ist dein Kopf völlig leer? - Klientin bejaht.

Kannst du dir eine Treppe vorstellen?

K.: Ja.

Th.: Da ist doch noch etwas da. Ist das die Treppe, die du schon kennst? - Klientin bejaht.

Kannst du das mal beschreiben, wie die Treppe aussieht, was da noch ist, oder was da passiert?

gleiche Treppe
Wie in den
ersten 3 S.

K.: Ja, das ist eine gerade Treppe, wie sonst auch.

Th.: Und die führt nach?

K.: Ja, nach oben.

Th.: Möchtest du diese Treppe wieder hochgehen?

K.: Ja, ich gehe wieder hoch.

Th.: Was passiert da?

K.: Ich gehe die Treppe jetzt hoch.

Th.: Sagst du mir dann, wann du oben bist?

K.: Jetzt bin ich oben, ja.

Th.: Was ist da oben?

K.: Tja, es ist auch wieder hell.

Th.: Ist das ein Raum oder was ist da, woher kommt das Helle?

K.: Das kann ich nicht erkennen.

Th.: Dann sprich es doch mal an, so direkt, frag doch einfach mal Etwas, was du wissen möchtest oder ob da jemand ist.

K.: Also da ist sonst keiner, da steht auch niemand.

Th.: Sprich es doch einfach mal an, wo es herkommt oder was es ist.

K.: Ja, es ist schwer, schwer zu fragen.

Th.: Ist es schwer eine Frage zu finden oder das Helle zu fragen.

K.: Ja, so ist es, schwer, eine Frage zu finden.

Th.: Wenn es nur um die Frage geht, dann nimm einfach das
Erstbeste was dir einfällt.

K.: Ja, dann frag ich einfach mal ob die Helligkeit ein Raum ist.

Th.: Ja, einfach was du wissen möchtest. Dann frag sie mal.

K.: Helligkeit bist du ein Raum?

 Hmm ja da kommt nichts rüber.

Th.: Passiert denn etwas mit der Helligkeit?

K.: Nein, das bleibt alles so.

Th.: Wie ist das für dich, du kommst jedes Mal diese Treppe hoch,
dann ist es da hell, nichts weiter.

K.: Ja, es ist niemand da, es ist alles so ungewiss.

Th.: Da ist wieder diese Ungewissheit, weil niemand da ist.

Ungewissheit
war früher
schon da

K.: Ja - Ja.

Th.: Gibt es da jemand den du da haben möchtest?

K.: K, (räuspert sich) Ja, meinen Mann.

Th.: Dann lass den doch einfach mal da sein, deinen Mann.

K.: Hmm, ja.

Th.: Ist der jetzt da?

K.: Ja.

Th.: Ja, vielleicht weiß er das ja, warum das da hell ist oder so.

K.: Konrad, kannst du mir sagen ob das ein heller Raum ist,
zumindest ob das Helle ein Raum ist?

Er sagt, Ja.

Th.: Also er sagt, dass das ein heller Raum ist.

K.: Ja.

Ich seh jetzt auch eine Tür.

Th.: Beschreib mal die Tür?
Wie sieht die denn aus?

K.: Dunkel. Eine Holztür.

Th.: Dann geh doch mal hin, zu der Tür.
Der Konrad, kommt der mit?

K.: Ja, der ist da noch.

Th.: Ja, was möchtest du denn machen mit der Tür?

K.: Aufmachen und durchgehen.

Th.: Kennst du die Tür oder steht da vielleicht etwas drauf?

K.: Nein.

Th.: Willst du jetzt durchgehen?

K.: Ja.

Th.: Dann beschreib mal, was da passiert.

K.: Jetzt komm ich in einen Raum, der ist dunkel.

Th.: Ja, sag das doch mal dem Raum.

K.: Raum, warum bist du dunkel?

Da kommt keine Antwort.

Th.: Möchtest du den Konrad fragen, ob der etwas weiß, oder helfen kann?

K.: Konrad, kannst du mir sagen, warum der Raum dunkel ist?

Nein, - der steht auch nur da.

Th.: Der sagt gar nichts, antwortet nicht?

K.: Nein.

Th.: Ja, was möchtest du jetzt tun, da im dunklen Raum?

K.: Ich möchte Licht anmachen.

Th.: Ja, dann schau doch mal, meistens ist da immer ein Lichtschalter.

K.: Ja, da ist einer.

Th.: Knipps doch einfach mal an, guckst du mal was passiert.

K.: Jetzt wird er hell, der Raum.

Th.: Na dann beschreib mal was da ist, was du jetzt alles sehen kannst.

K.: Da ist gar nichts drin.

Th.: Einfach so kahle Wände, nichts drin?

Keine Decke, kein Fußboden?

K.: Doch, doch, das schon.

Ja, und eine Lampe.

Th.: Kommt dir die bekannt vor?

K.: Nein.

Th.: Ob der Konrad den Raum kennt?

K.: Hmm dann muss ich ihn mal fragen.

Konrad, kennst du diesen Raum?

Er schüttelt den Kopf.

Th.: Ja schau doch mal, ob da noch mehr Türen sind oder was du da sonst machen möchtest. Folge einfach mal deinem Impuls.

K.: Ja, ich seh da keine Türen oder Fenster, das ist praktisch nur der Raum mit einem Licht. Also, ich komme so nicht weiter.

Th.: Ja wie ist das für dich, wie fühlt sich das an. Der eine Raum ist ganz hell, da ist es ganz ungewiss, da kannst du nichts erkennen, dann kommst du in einen dunklen Raum, da geht es auch nicht weiter. Wie ist das für dich.

K.: Ja, ich möchte schon weiter gehen, aber, - ich kann es nicht erkennen.

Th.: Was kannst du da nicht erkennen?

K.: Ja dass ich da wieder raus komme, das es da noch eine andere Tür gibt.
Da ist nur die eine Tür da.

Th.: Ja, was möchtest du tun, was ist dein Impuls, schauen ob es woanders weitergeht?

K.: Tja, in dem ersten Raum war ja nur die eine Tür, wo ich durchgegangen bin. Wenn ich die Treppe runtergehen würde, dann komm ich nicht weiter.

Th.: Warst du schon mal unten?

K.: (zögerndes) Nein.

Th.: Möchtest du das mal versuchen, ob du da wirklich nicht weiterkommst oder was da ist.

K.: Ja ich seh da unten an der Treppe auch weiter nichts, es ist wie immer wenn ich die Treppe hochgehe, es ist praktisch da unten auch dunkel und ich geh in den hellen Raum, praktisch in die Helligkeit, aber unten kann ich auch nichts erkennen, unten an der

Treppe das da noch etwas ist.

Th.: Da unten ist es nicht hell?

K.: Nein, nein nicht ganz so hell.

Es wird dann erst auf der Treppe hell, aber unten wo ich stehe nicht.

Th.: Schau, dort wo du bist hast du mehrere Möglichkeiten weiterzugehen,
Treppe runter, heller Raum, dunkler Raum, wo zieht es dich hin?

K.: Ja in dem letzten hellen Raum müsste ich weiter kommen. Wo ich
das Licht angemacht habe.

Th.: Könnte dir noch jemand dabei helfen, das es dort weitergeht?

K.: Ja, wenn ich eine Tür sehen würde, würde ich weitergehen, aber in
dem Raum ist keine Tür weiter.

Th.: Es geht nicht weiter, da ist keine Tür, kein Weg. Erinnerst dich das
an eine Situation aus deinem Leben.

K, lässt
sich viel
Zeit

Th.: Hattest du schon einmal das Gefühl, „es geht nicht weiter“?

K.: Schwer zu sagen, jetzt.

Es könnte höchstens die Krankheit sein, die stehen geblieben ist.
Und keine Besserung in Sicht ist.

Th.: Gibt es da eine Situation, an die du dich erinnerst?

Eine Situation wo es nicht weitergeht?

Krankheit steht still - wird nicht besser.

K.: Ja, es ist schwer.

lange
Pause

Das wüsste ich im Moment gar nicht genau.

Th.: Nimm einfach das, was dir zuerst einfällt.

Du warst doch eben da wo deine Krankheit sich nicht gebessert hat.

Wo du auch so ein Gefühl hattest, es geht nicht weiter.

K.: Ja, die Situation zog sich ja auch über ein paar Jahre hin.

Th.: Ist da etwas bestimmtes, woran du dich erinnerst?

K.: Nein, da fällt mir nichts ein, Nein.

Da kann ich jetzt nichts mit Bestimmtheit herausfinden was es ist..

Th.: Du musst es auch jetzt nicht herausfinden, was es ist.

Nur eine Situation an die du dich spontan erinnerst. Wo du schon mal das Gefühl hattest es geht nicht weiter.

Lange
Pause

Th.: Fühl das doch noch mal - du stehst da in dem Raum, hast Licht
angemacht, keine Fenster, keine Türen, - es geht nicht weiter.
Bist du da in diesem Raum?

K.: Ja, ich bin jetzt da

Th.: Frag ihn doch mal wo er herkommt, die Tür war ja erst nicht da.

Lange Pause

K.: Tja, schwer.

Th.: Dann sag ihm doch einfach mal er soll dir mal eine Situation
Zeigen, wo er entstanden ist.

Lange Pause

K.: Und das sollte jetzt mit der Tür zusammen hängen?

Th.: Durch die Tür geht es in den Raum, in dem es nicht weitergeht.
Welche Situation passt dazu? Wo führt es dich hin?

K.: Ja, Raum gib mir mal die Möglichkeit das ich hier wieder
herauskomme oder sage mir warum es nicht weitergeht.

Hmm ich seh jetzt ein Fenster.

Th.: Beschreib mal, wie sieht das aus?

K.: Das ist so ein großes Fenster.

Th.: Ja wie ist das jetzt für dich, da ist jetzt ein Fenster?

K.: Ja, aber ich kann trotzdem nicht weiter gehen, ich steh davor,
aber es passiert weiter nichts.

Th.: Guck doch mal durch das Fenster, was siehst du da?

K.: Nein, sehen kann ich nichts.

Th.: Also du guckst durch und da ist nichts zu sehen?

K.: Ich stehe vor dem Fenster, aber ich kann nicht durchsehen.

Th.: Frag doch mal das Fenster, sprich es mal an, wieso du da nicht durchgucken kannst.

K.: Fenster, sag mir, warum kann ich nicht durchgucken?
Sagt nichts und verändert sich auch nichts.

Th.: Möchtest du eine Antwort haben oder ist das so in Ordnung für dich, das da nichts passiert?

K.: Ja ich nehm es so hin, ja.

Th.: Ja, hör mal, „du nimmst das so hin“.
Was möchtest du jetzt noch tun?

K.: Ja, aus dem Raum gehen

Th.: Und dann?

K.: Ja, dann steh ich wieder vor der Treppe, möchte aber nicht runter.

Th.: Wie ist das für dich? Du stehst wieder an der Treppe, möchtest aber nicht runter gehen?

K.: Ich möchte dann wieder weiter gehen, aber wohin?

Th.: Und das nimmst du einfach so hin?

K.: Hmm (Klientin stimmt zu)

Th.: Die Treppe bietet sich an, aber du möchtest dort nicht runter.
(Hmm) Das Fenster durch das kannst du nicht gucken, das nimmst du so hin, Hmm, den hellen Raum den nimmst du so hin, (Hmm)
In dem dunklen Raum hast du ja auch Licht angemacht, das hast du ja auch nicht so hingenommen.
Also du kannst schon was tun in deiner Innenwelt, tun was dir gefällt.
Fenster aufmachen, den Raum in dem du dich befindest etwas fragen.
Schau mal wo es dich hinzieht, wo du meinst, dass es weitergeht.

K.: Ja dann möchte ich lieber zum Fenster.

Th.: Ja, dann frag doch das Fenster einfach mal, wieso du nichts durch sehen kannst oder öffne es einfach. Schau mal was du willst.

K.: Ja, Fenster ich möchte gerne weitergehen, weiterkommen.
Würdest du dich öffnen.Ja.....

Th.: Ja schau mal, das öffnet sich von allein.

K.: Ja, das ist mehr so gekippt.

Th.: Kannst du denn jetzt was sehen durch das Kippfenster?

K.: Nein.

Th.: Wie ist das jetzt für dich? Das Fenster öffnet sich also spielt so ein bisschen mit, aber sehen kannst du immer noch nichts.

K.: Hm jetzt schwebe ich wieder.

Th.: Versuch mal da zu bleiben vor dem Fenster, bleib mal da.

Schau mal, wenn es dir zu schwer oder unangenehm wird, dann schwebst du einfach weg.

Du kannst dich ja auch selbst fragen, die Inga die du da grad siehst, wieso die da vor dem Fenster weg schwebt.

K.: Ja, schwer zu sagen aber ich bin jetzt wieder vor dem Fenster.
Ich weiß jetzt nicht, was ich da jetzt weiter machen soll.
Wenn das Fenster nur gekippt ist, kann ich ja nicht durchgehen.

Th.: Du kannst das Fenster ja ganz aufmachen, kaputtschlagen die Scheibe oder irgendetwas anderes, was auch immer.

K.: Ja dann müsste ich es ganz aufmachen.

Th.: Ja, versuch mal ob das geht, mach es mal ganz auf.

K.: Ja, hmm ganz aufstellen.

Th.: Was passiert da jetzt?

K.: Ich steh immer noch vor dem Fenster und traue mich nicht raus.
Weil auch keine Helligkeit da ist. Weil ich nicht weiß wie es auf der anderen Seite aussieht.

Th.: Ja sag das mal dem Fenster, es ist zwar ganz auf aber du traust dich nicht raus.

K.: Ja, Fenster du bist zwar auf, aber ich hab nicht die Möglichkeit rauszugehen, kannst du mir dabei helfen?

Da kommt auch nichts rüber.

Th.: Ist dein Mann noch da, der Konrad?

K.: Ja.

Th.: Dann frag den doch mal ob er da helfen kann.

K.: Konrad, kannst du mir sagen was hinter dem Fenster ist?

Nein, der sagt mir auch nichts.

Th.: Wie ist das jetzt für dich, das Fenster ist jetzt ganz gekippt, du kannst immer noch nichts sehen, Konrad kann dir auch nicht helfen?

K.: Ja dieses Ungewisse oder man traut sich nicht, man wagt es nicht. Wenn das jetzt ein heller Raum wäre, würde ich ja rein gehen, aber so kann ich nichts erkennen, es ist dunkel.

Th.: Möchtest du dich mal was trauen, mal was wagen?

K.: Ja.

Th.: Dann geh doch mal dorthin ins Ungewisse, der Konrad kommt bestimmt mit.

K.: Ja, das müsste ich mal probieren.

Th.: Was passiert da jetzt?

K.: Ja, ich müsste erst den Konrad fragen, ob er mit mir durchs Fenster geht.
Konrad, würdest du mit mir durchs Fenster gehen?

Ja, sagt er.

Th.: Macht ihr das jetzt?

K.: Ja, er nimmt mich an die Hand und jetzt gehen wir rüber, durchs Fenster.

Th.: Beschreib mal, was da passiert.

K.: Ja es könnte ein Raum sein, aber es ist dunkel, erkennen kann ich nichts.

Th.: Schau doch mal ob da nicht auch ein Lichtschalter ist, oder eine andere Möglichkeit es heller zu machen.

K.: Hmm, das ist schwer.
Es ist schwer sich in diesem Raum zurechtzufinden.

Th.: Sag das mal dem Raum. Sprich ihn direkt an.

K.: Raum, ich stehe hier in dir, kannst du mir mal Helligkeit geben?
Denn ich weiß nicht weiter.
Ja, es wird ein bisschen anders.

Th.: Beschreib mal was passiert.

K.: Der Raum wird heller, ich seh aber keine Lampe und auch keinen Schalter.

Th.: Aber der Raum wird heller, also hat er dich schon verstanden.
Was kannst du jetzt wahrnehmen, wo es heller wird?

K.: Ja, es ist nur so ein Raum wo - nichts weiter drin steht.

Th.: Ist der größer oder kleiner als der vor dem Fenster? Wie sieht es da noch aus?

K.: Auch so groß, möchte ich sagen.

Th.: Ja im ersten Raum hattest du noch eine Tür und hier musstest du schon durchs Fenster klettern mit dem Konrad.

K.: Ja der Konrad, der ist auch noch da.

Th.: Weiß der was über den Raum oder kann der da noch etwas finden?

K.: Konrad, weißt du etwas über diesen Raum, der jetzt heller geworden ist.
Ich kann weiter nichts erkennen.

Nein, der sagt mir nichts.

Th.: Ist das so in Ordnung für dich, dass der nichts sagt?

K.: Ich denke mal, dass der auch weiter nichts sieht und nichts erkennen kann.

Th.: Ja wie ist das für dich, ist das in Ordnung?

K.: Hmm, an und für sich nicht.

Th.: Dann sag ihm das mal.

Lange Pause

K.: Ja es ist schwer

Th.: Was ist schwer?

K.: Meinem Mann das zu sagen.

Th.: Ja, versuchs trotzdem.

Du kannst ihm auch sagen, dass es dir schwer fällt.

K.: Ja Konrad, es fällt mir schwer, dich zu fragen, was du siehst in dem Raum.

Denn wir stehen nur da und kommen nicht weiter.

Es muss ja nun eine Möglichkeit geben, dass wir es beide noch mal versuchen.

Th.: Ihr wollt das beide noch einmal versuchen. Was sagt der Konrad dazu?

K.: Ja, er steht auch nur da, antwortet nicht.

Th.: Wie ist das für dich?

K.: So kommen wir nicht weiter.

Th.: Nein, so geht es nicht weiter. Er steht da nur. Wie ist das für dich?

K.: Ja, nicht so gut.

Th.: Sag ihm das doch einmal, damit er das auch mal weiß.

K.: Konrad, das find ich auch nicht gut, dass du mir nichts darüber sagen kannst.

Th.: Was macht der Konrad jetzt?

K.: Der macht nichts. Nein immer noch nichts. Es geht nicht weiter.
Nur wenn ich jetzt zurückgehe, dann bringt das ja auch nicht viel.
Denn man möchte ja auch voran schauen.

Th.: Was kannst du denn sehen wenn du so voranschaut?
Wie sieht das für dich aus?

K.: Ja, im Moment gar nichts.
Ich möchte zwar, aber es passiert nichts.

Th.: Nutz die Gelegenheit jetzt, um das dem Konrad noch mal zu sagen.

K.: Konrad, kannst du mir sagen, wie es jetzt weitergehen soll?

Th.: Was antwortet der Konrad?

K.: Der sagt nichts.

Th.: Wie ist das für dich, dass der Konrad da auch nichts sagt?
Wie fühlt sich das an? Es geht nicht weiter.

K.: Ich hab wieder diese Ungewißheit, wenn er mir das auch nicht sagen kann. Man steht da und es geht nicht weiter.

Th.: Was ist dein Impuls dann, was würdest du dann am liebsten tun?

K.: Ja wieder in einen anderen Raum gehen, aber ich kann ja nichts erkennen.
Weitergehen und was erobern, - Neugierde ist da.

Th.: Ja, aber da sind immer nur Räume wo nichts drin ist und es geht nicht weiter. Du möchtest doch gern, dass es weitergeht?
(Klientin bejaht) Dann lass doch einfach eine Situation da sein in der es nicht weitergeht und der Konrad da ist aber nichts tut.

K.: Mir fällt nichts ein.

Th.: Möchtest du dem Konrad irgend etwas sagen?

K.: Tja, das weiß ich auch nicht. Im Moment nichts.

Th.: Hast du einen Impuls, wie es für dich weitergehen soll? Was möchtest du am liebsten tun. Kannst das auch gleich dem Konrad sagen.

K.: Ja, ich möchte schon weitergehen, aber im Moment seh ich das Nicht, dass es weitergehen könnte. Und wenn ich geh, würde er auch mitgehen.

Th.: Dann geh doch einfach mal. Schau mal, was passiert, wenn du einfach gehst.

K.: Ja, wohin? Ich steh in dem Raum und komme nicht weiter.

Th.: Du kannst dich doch bewegen in dem Raum? (Klientin bejaht)
Dann geh doch einfach mal los und schau wo du ankommst.
An welcher Wand, in welcher Ecke.
Untersuch das mal was da ist. Vielleicht ist die Wand aus Papier
oder da ist ein Vorhang. Such dir einen Weg.

K.: Also ein Vorhang ist nicht da. Auch kein Fenster oder eine Tür

Ja man bekommt so ein bisschen Panik, dass das jetzt nicht weitergeht.

Th.: Also DU bekommst jetzt Panik, dass es jetzt nicht weitergeht. (ja)
Spür das mal. -
Sag das doch auch dem Konrad.

K.: Ja Konrad, ich bekomme jetzt ein bisschen Panik. Kannst du mir nicht sagen wie es weitergehen kann?
Gibt es noch eine andere Möglichkeit?

Nein, für ihn auch nicht.

Th.: Wie ist das für dich?

K.: Jetzt steh ich wieder da.

Th.: Jetzt kriegst du schon Panik, stehst aber wieder da. Was macht

das mit dir?

K.: Tja, da ist diese gewisse Angst, hier nicht rauszukommen.

Th.: Spür mal die Angst.
Du kommst da nicht raus.

Musik zum
Angstgefühl

K.: Jetzt spüre ich den Druck, der geht auf meine Hände.

Th.: Sprich in einfach an den Druck, das du ihn wahrnehmen kannst.

K.: Druck, ich kann dich in meinen Händen spüren.

Th.: Kannst du ihn fragen, woher er kommt?

K.: Druck, woher kommst du? Kannst du mir das sagen?
Jetzt geht er wieder weg. Jetzt wird es wieder leichter.

Th.: Was fühlst du noch? Ist die Angst noch da?

K.: Nein, - also die Ungewissheit Ja
Die Angst nicht mehr so. Man ist eben unruhig, dass es nicht weitergeht.

Th.: Du bist unruhig, dass es nicht weitergeht?

K.: Ja, Hmm.

Th.: Lass doch diese Ungewissheit mal da sein, lass die doch mal Gestalt annehmen, schau mal wie die aussieht.

K.: Tja, -
Die ist so oval, sag ich mal -
Ich kann das hier nur so beschreiben, wie es vor meinen Augen steht.
So oval, ein bisschen durchlöchert, so von der Struktur her.

Th.: Frag sie doch mal wo sie entstanden ist, wo sie herkommt.

K.: Ungewissheit wo kommst du her, wo bist du entstanden?

Th.: Was macht die jetzt?

K.: Gar nichts, die ist noch da.

Th.: Du kannst dir auch eine Situation zeigen lassen, in der sie entstanden ist, diese Ungewissheit.

K.: Ungewissheit, zeig mir mal eine Situation, wo du entstanden bist.
Nein, da rührt sich nichts.

Th.: Wie ist denn das für dich, da rührt sich wieder nichts?

K.: Tja, -

Th.: Was macht das mit dir?

K.: Da weiß man wieder nicht, wo man dran ist.

Th.:..... wo du dran bist. (Kl.: Ja)

Th.: Wie geht es dir damit, immer diese Ungewissheit, du weißt nie wo du dran bist?

K.: Ja nicht so gut.

Th.: Ist da jemand, dem du das unbedingt sagen möchtest?

K.: Ja das kann ich nur Konrad sagen.

Konrad, diese Ungewissheit macht mich kaputt. Das find ich nicht gut, sie gibt mir auch keine Antwort, zeigt mir auch keine Situation.

Kannst du mir eventuell dabei helfen, mich unterstützen?

Th.: Was antwortet Konrad?

K.: Ja der würde das machen.

Th.: Hat der denn eine Idee, was würde der denn machen?

K.: Das weiß ich nicht.

Konrad, was würdest du denn machen?

Hmm, da weiß er nichts drauf zu antworten.

Helfen, ja, aber wie.

Th.: Fällt dir denn jetzt etwas ein, wie du diese Ungewissheit loswerden könntest?

K.: Nein.

Th.: Ja wie wäre denn das, wenn du und der Konrad so einen Schlagstock nehmen würdet und mal auf diese ovale löcherige Ungewissheit drauf hauen würdet.
Mal schauen wie die reagiert.

K.: Ja, das wäre gut.

Th.: Unterstützt dich der Konrad auch dabei?

K.: Ja, ich denke schon.

Th.: Frag in einfach mal.

K.: Konrad, würdest du mich auch unterstützen, würdest du das auch mitmachen? - Ja.

Th.: Na dann komm, der Konrad hilft dir mit.

Th.: Stell es dir jetzt vor, dieses ovale Ding, diese Ungewissheit und dann sag ihm das mal, was es mit dir macht und das es dir gestohlen bleiben kann.

Musik dazu laut

Klientin richtet sich auf, spricht ihre Ungewissheit an (wo kommst du überhaupt her, ich will dich nicht mehr) und schlägt mit kleinen Pausen immer nur einmal, aber schon einigermaßen kräftig auf ihre Ungewissheit und wird von Konrad (Th.) unterstützt.

Th.: Was macht die jetzt?

K.: Oh die flüchtet.

Th.: Lass sie nicht weg, hol sie wieder her, sie soll dir jetzt Rede und Antwort geben.

Klientin schlägt in ca. 10 sec. Abständen einmal kräftig auf ihre Ungewissheit und fordert sie auf, zu sagen wo sie entstanden ist, aber diese antwortet nicht.

Die Ungewissheit reagiert allerdings ängstlich, möchte flüchten, sagt aber nichts.

Th. fordert die Klientin immer wieder auf, sich den Ursprung der Ungewissheit zeigen zu lassen
Dann wird es der Klientin anscheinend zu anstrengend und sie sagt.
Ich muss aufgeben. Es wird alles dunkler, die ovale Ungewissheit ist auch nicht mehr da.
Auf die Frage des Th., ob sie wirklich aufgeben will, an dieser Stelle, antwortet sie:
Ja, ja, ich muss aufgeben, hier geht es nicht weiter.
Ich muss mich damit abfinden.

Th.: Du musst dich damit abfinden?

K.: Ja, erst mal ja.

Th.: Was möchtest du tun?

K.: Mich wieder hinlegen.

Musik aus

Th.: Wie geht es dir jetzt damit, das du aufgegeben hast, wo es wieder nicht weitergeht?

K.: Ich kann jetzt nicht sagen erleichtert.
Ich habe verspielt, nichts erreicht, aber dieser Druck ist so weg.
Ich bin halt kein Sieger.

Th.: Du bist eben kein Sieger?

K.: Ja, aber ich finde mich damit ab.
Das hat viel Kraft gekostet.

Lange pause

Ich habe gekämpft und verloren.
Aber wiederum die Ungewissheit ein bisschen kleingekriegt oder verdrängt.

Th.: Wenn du deine Ungewissheit nur verdrängst, kommt die dann nicht irgendwann wieder?

K.: Ja, ich denke auch.

Th.: Was sagt denn der Konrad dazu?

K.: Gar nichts.

Th.: Hat der den keine Miene dazu, keine Meinung, frag ihn.

K.: Also er steht da noch, aber äußert sich nicht.

Th.: Frag ihn einfach mal, möchtest du?

K.: Konrad, äußere dich mal dazu, das was wir eben gemacht haben mit der Ungewissheit.

Hmm, der sagt nichts.

Th.: Wie ist das für dich, jetzt sagt der Konrad auch nichts mehr.

K.: Ich nehme an, dass das was wir gemacht haben gut war und er damit einverstanden ist und sich weiter nicht äußert.

Th.: Ja, dann schau doch mal deinen inneren Löwen, den du beim letzten mal kennen gelernt hast. Mit dem hast du doch eine Vereinbarung, das er immer da ist, wenn du seine Kraft und Stärke brauchst, schau mal, wie der jetzt aussieht.

K.: Der ist hell, -

So hell wie der Raum, von der Farbe her.

Th.: Ist das so ein weißer Löwe?

K.: Nein, nein, weiß ist der nicht, mehr so beigefarben.

Th.: Möchtest du ihn mal fragen, was er dazu meint, zu deinem Kampf und dass du aufgegeben hast?

K.: Löwe kannst du mir was dazu sagen? Dazu, das ich mit der Ungewißheit gekämpft habe und ich hab sie nicht besiegen können.

Hmm, der guckt einen nur an.

Th.: Ja, der guckt dich auch nur an, wie ist das jetzt für dich?

K.: Hmja der sitzt da so teilnahmslos, rührt sich nicht.

Als wenn der erst abwarten will, was da jetzt passiert.

Th.: Oder sagt der jetzt nichts mehr dazu, weil du aufgegeben hast?

K.: Nein, nein der ist ruhig und gelassen.

Lange Pause

Ich fühl mich aber ruhig und entspannt.
Dieser Druck von den Bronchien ist auch nicht mehr da, - also hab
ich doch schon etwas Luft rausgelassen.
Gekämpft.

Th.: Vielleicht hat der Löwe eine Idee, was du machen könntest, damit
beim nächsten mal die Ungewißheit verliert und du gewinnst.

K.: Löwe, kannst du mir dabei helfen, nächstes Mal meine Ungewissheit
zu besiegen, weil ich es diesmal nicht geschafft habe?
Kannst du mich dabei unterstützen, mir weiterhelfen?

Nein, da kommt auch nichts.

Lange Pause

Es ist alles ruhig und still in meinem Umfeld.

Th.: Genau wie hier bei dir gerade.
Soll dir den der Löwe das nächste Mal helfen?
Das hat er dir doch versprochen.

K.: Ja, Löwe kannst du mir das nächste Mal helfen?
Da kommt nichts rüber.

Th.: Ja, wie ist das für dich, dass da nichts rüber kommt, möchtest du
Mal hingehen und ihn an der Mähne ziehen oder so.

K.: Ja, es ist schwer.

Th.: Ihn an der Mähne zu ziehen, oder was ist jetzt schwer?

K.: Ja, das auch.
Ich denke mal, dass er mich beschützen will, aber sich so nicht äußert.
Ich muß das eben akzeptieren.

Th.: So, du musst das so akzeptieren?

K.: Ja, Ja, hmmm(stimmt zu)

Th.: Wie geht es dir damit, wie fühlst du dich jetzt?

K.: Ich fühl mich gut.

Th.: Dann geh doch noch mal zu dem ersten Raum, Treppe hoch, wie sieht das da jetzt aus?

K.: Genauso wie vorher, da steht noch die Tür auf, ich geh jetzt in den anderen Raum, das Fenster ist noch gekippt, ich komme überall gut durch, hier ist es auch hell,.....

Th.: Schau mal bei dem Fenster.

K.: Ja, da bin ich zur Zeit, aber da ist nichts.

Th.: Also alles wie vorher.
Und ist der Konrad auch noch da?

K.: Nein, der ist nicht mitgekommen, zumindest seh ich den nicht, ich bin da allein durch die Tür gegangen und steh da am Fenster.

Th.: Wie geht es dir dort, allein .

K.: Es ist an und für sich ganz gut, ich fühle mich wohl in dem Raum.
Da war ja diese sogenannte Ungewißheit, die weg ist, aber mir nicht soviel geholfen hat.
Ich bin zwar in dem Raum, aber es geht mir gut.

Th.: Möchtest du das hier erst mal so stehenlassen. - Klientin bejaht.