

### Protokoll: Synergetik-Sitzung „Märchenstunde“ – 2005

**Hierbei handelt es sich um eine Probesitzung. Die Klientin wusste seit 2 Jahren, dass sie mal was für sich machen müsste, aber aus Angst, vor dem, was ihr in ihrer Innenwelt begegnen könnte, sich nicht dazu entschließen konnte. Erst ein Gebärmutterkarzinom gab ihr das Zeichen, es jetzt endlich doch zu tun. Die Probesitzung sollte auf Wunsch erst mal ganz soft sein.**

#### EINLEITUNG MITTELS VORGEGEBENER ENTSPANNUNGSTEXT UND MUSIK

#### **Klient wird aufgefordert, eine Treppe hinunterzugehen.**

Th: „Wenn du unten angekommen bist, dann sag´ mir doch einfach mal, was du siehst, was du wahr nimmst.“

- (Um den Klienten erstmalig mit seiner Innenwelt in Kontakt zu bringen, lasse ich mir zuerst das Eingangsbild beschreiben)

Kl:(spricht Dialekt) „Hm, das ist wie ein Verließ, aber da ist Licht... Und ... da sind gar nicht viele Türen, vielleicht zwei oder drei? Eine ist rechts, eine ist geradeaus und eine ist links... und es brennt Licht. Es ist wie ein Keller und da brennt Licht.“

Th:„Siehst du wo das Licht herkommt?“

Kl:„Ja, das ist an der Wand, so eine Gitterlampe.“

Th:„Und wie fühlt sich das im Moment an?“

- (Eine weitere Informationsebene ist die Gefühlsebene, die hier erfragt werden sollte, um eine tiefere Information zu erhalten)

Kl:„Wie ... normal – nicht unheimlich oder so.“

Th:„Ist das so ein Grundgefühl, die Stimmung kennst du?“

Kl:„Ja, ich fühle mich nicht schlecht – gut!“

Th:„Kennst du den Keller oder ist das ein neuer Keller?“

Kl: Nö, den kenne ich nicht.“

Th:„Dann guck mal, lass dich mal von irgendeiner der Türen anziehen und gehe mal zu der Tür hin...“

Kl:„Hm.“

Th:„Stehst du direkt vor ihr?“

Kl:„Mhmm, ja.“

Th:„Dann beschreibe mal die Tür...“

Kl:„Die ist aus dickem Holz mit so Eisenscharnieren, braun, und mit einem gusseisernen Türgriff...Wie in so einem Schloss eigentlich, so eine alte Eichentür...“

Th:... Das heisst, die Tür sieht alt aus?“

Kl:„Hmhm.“

Th:„Ok. Du hast jetzt zwei Möglichkeiten: das eine ist – du kannst mal gucken – stelle dir mal vor, da wäre ein Schild auf der Tür – was da auftaucht – schau einfach mal hin ob da irgendein Begriff auftaucht oder schau mal, was du machen möchtest.“

Kl:„Da ist ein Schild vor der Tür.“

Th:„An der Tür?“

Kl:„Ähm, ja, da ist ein goldenes Schild an der Tür, aber ich sehe nicht, was darauf steht.“

Th:„Bist du schon nahe genug an der Tür, dass du es lesen kannst – oder könntest?“

Kl:„Ja, ich stehe davor, aber ich sehe es nicht. Das ist immer nur so ein goldenes Türschild, aber ich sehe nicht was darauf steht...“

Th:„Ok. Dann nimm jetzt einfach mal einen Pinsel oder einen Stift in die Hand und schreib´ mal dein Thema darauf, weswegen du da bist. Schreib einfach mal drauf los!“

Klientin (räuspert sich und atmet tief ein):„Hmhm...Innere Zufriedenheit“

Th:„Ok. Das kannst du jetzt auch lesen? Steht das darauf?“

Kl:„Ja.“

Th:„Ok. Und wenn du bereit bist, die Tür zu öffnen, dann nimm mal den Griff in die Hand... und sag mal, wenn du ihn in der Hand hast...“

Kl:„Ehem.“

Th:„und wenn du die Tür aufmachst, dann sag mal bitte jetzt!“

Kl:„Jetzt!“

- (Türquietschen wird eingespielt)

Th:„Okay... was ist da drin?“

Kl:„Hm, das ist wieder ein heller Raum, da sind wieder – da sind ganz viele Lampen. Ich weiß aber nicht, ob das jetzt Kerzen sind oder elektrische Lampen sind. Aber es ist hell! Aber in dem Raum ist nichts. Da ist Nichts! ... nur die Lampen!“

Th:„Wie fühlt sich der Raum an, wenn da so nichts drin ist?“

- (Um eine weitere Information zu erhalten, was es mit dem Raum auf sich hat, wird wieder das Gefühl erfragt).

Kl:„Ähmm, kalt eigentlich, obwohl Licht ist. Aber da ist ja nichts – es ist einfach nur: hm – ein Raum und außen rum Steinwände und halt eben die Lichter. Und sonst ist da nichts...“

Th:„Und wie fühlt sich das an, in so einem Raum zu sein?“

Kl.:„Ich will da eigentlich gar nicht sein, weil ich nicht weiß, was ich da eigentlich soll...

Th.:„Ja... dann sag das dem Raum mal! Das kannst du jetzt laut sagen, das ist gut für die Rückkopplung im Gehirn... (Klientin räuspert sich) ...Sag mal dem Raum: ich will da gar nicht sein, ich weiß gar nicht was ich da soll...“

- (Die Klientin weiß noch nicht, dass alle Innenweltfiguren antworten können. Daher erkläre ihr kurz, warum und wie sie die Innenwelt direkt ansprechen soll.)

Kl.:„Ich will hier nicht sein – ich weiß nicht, was ich hier soll. Keine Ahnung! Das war wahrscheinlich die falsche Tür...

Th.:„Sagt das jetzt der Raum oder glaubst du das?“

- (Wichtig ist gerade bei Kopfmenschen zu überprüfen, ob die Antwort selbst erdacht ist, oder ob die Innenweltanteile tatsächlich so reagieren/antworten)

Kl.:„Das glaube ich.“

Kl.:„Vielleicht sollte ich mal eine andere Tür probieren?“

Th.:„Ah -bleib´ erst mal in dem Raum drin... bleib´ erst mal drin und jetzt gucken wir erst Mal, was da noch alles ist, okay?“

Kl.:„Ehem“

Th.:Ähm, sag mal dem Raum: wenn er dir was zu sagen oder zu zeigen hat, dann soll er mal ganz kurz so mit den Lichtern wackeln. Weißt du, so Lichtflackern.

- (Anm. Da die Klientin zunächst nicht akzeptieren kann, dass auch ein Raum antworten kann, habe ich den Raum und die kommenden Gegenstände einfach handeln lassen)

Kl.:„Ja!“ Pause

Kl.:„Hm, Raum zeig mir mal, was du mir zu sagen hast. Was ich hier soll! Flackere mit den Lichtern oder mache sie an oder aus... Jetzt kommt ein Windstoß, jetzt flackern die Lichter!“

Th.:„Oh, ein Windstoß, okay! ... wie ist der Windstoß?“

Kl.:„Frisch!“

Th.:„Und wie fühlt sich das genau an?“

- (Frisch kann für den einen kalt für den anderen angenehm sein. Je deutlicher die Gefühle formuliert oder gefühlt werden, je mehr bekommt das Bild Klarheit, Bezug zur Situation des Augenblickes.)

Kl.:„Ähm, nicht unangenehm – gut! ... es riecht nach frischer Luft. Und – aber ich weiß nicht wo der herkommt? Es sind doch keine Fenster hier!“

Th.:„Na, frage ihn mal, den Windstoß!“

- (Bestimmte Innenweltanteile tauchen genau dann auf, um einen Teil der Innenweltstruktur preiszugeben. Sie wissen immer eine oder die Antwort. Daher müssen die Antworten nicht aus dem Kopf des Klienten sondern von den Bildern kommen.)

Kl.:„Ich weiß, wo der herkommt.“

Th.:„Weißt du es oder hat er es dir gesagt oder gezeigt?“

- (Hier wollte ich überprüfen, ob der Klient aus seinem Kopf heraus etwas meint, oder ob es tatsächlich in seiner Innenwelt so vorhanden ist)

Kl.: „Ich weiß es! Weil da ist auf einmal so was wie, wie so ein Kirchenfenster. Und das ist offen, aber das ist ganz hoch oben!“

Kl.: „Das ist wie so ein Turm in dem ich stehe – aber das habe ich erst jetzt gesehen wo ich hoch geguckt habe.“

Th.: „Ah ja, okay! Hm, ja, was willst du jetzt machen?“

- (Es gilt immer den Impuls des Klienten zu beachten. Die Innenwelt organisiert sich in einem freilaufenden Prozess am besten oder optimalsten)

Kl.: „Keine Ahnung! Das Zimmer ist ja rund, in dem ich stehe.. wie gesagt, es ist wie ein Turm und das Fenster ist halt ganz hoch oben. Und es ist aber offen... und es ist Tag, das kann ich sehen. Und das Fenster hat so Mosaiken, wie so Kirchenfenster...“

Th.: „Wie ist das für dich, was ist das für ein Grundgefühl, wenn du da so unten stehst und oben ist ein Fenster? Wie fühlt sich das an für dich?“

- (Es sollte immer der Bezug von den Bildern zu der augenblicklichen Situation des Klienten hergestellt werden. Damit kann ein besseres Verständnis des Klienten erreicht werden)

Kl.: „Ja, ich komme nicht dran - es ist viel zu hoch“ (räuspert sich)

Th.: „Dann sag das mal dem Fenster!“

- (Die direkte Ansprache erhöht die Energie, die Konfrontation erhält die energetische Situation und das Bild gibt eine Antwort)

Kl.: „Fenster, du bist zu weit oben und ich komme an dich nicht dran – ich würde aber gerne mal raus gucken! So! ...hm, ähm, jetzt wird der Raum breiter. ... und niedriger und das Fenster ist immer noch da, aber da ist nur das eine...“

Th.: „Ja?“

Kl.: „Ich gehe jetzt mal da hin und gucke mal raus. Und das Fenster ist immer noch offen!“

Th.: „Ach so, das ist jetzt so weit herunter gekommen, dass du raus schauen kannst?“

Kl.: „Ja, aber der Raum ist jetzt eher ein Saal! Der ist jetzt breiter geworden und niedriger.“

Th.: „Und was ist für dich angenehmer? Das Hohe mit dem Turm oder...?“

- (Hier soll wieder dem Klienten klar gemacht werden, welche Situation ihm angenehmer ist, einfach damit er mitbekommt, wie er sein Leben am optimalsten gestalten kann.)

Kl.: „Das Breite, Niedrige!“

Th.: „Dann sage das dem Raum mal...“

- (Wieder direkte Ansprache um den Energiefluss zu erhöhen oder zu erhalten bzw. eine innere Antwort zu erhalten.)

Kl.: „Du Raum, so ist es mir angenehmer, wenn der Raum größer ist, oder wenn du größer bist und ich kann zum Fenster raus gucken!“

Th.: „Ja, dann schau mal, ob du raus gucken magst oder was dein Impuls ist...“

Kl.: „Ja, ich sehe den Himmel mit lauter Wolken. Einen blauen Himmel mit lauter Wolken. Und – hm – nichts mehr...nur einen blauen Himmel. Ah und doch! Und eine Wiese! Eine Wiese...!“

Th.: „Und? Hast du etwas Anderes erwartet? Oder wie ist das jetzt für dich, wenn du da raus guckst?“

- (Die Klientin hat sich so geäußert, als sei sie total überrascht. Hier wollte ich nachfragen, was sich denn so unerwartet anders präsentiert)

Kl.: „Angenehm! Das ist wie so ein Sommertag, eigentlich... das ist eigentlich schön! Weil, die Wolken sehen so aus wie kleine Schäfchen und die Wiese die ist eigentlich – die ist nur grün. Da sind keine Blumen drauf oder so. Aber der Himmel gefällt mir!“

Th.: „Dann sag das auch dem Himmel mal, dass er dir gefällt!“

Kl.: „Also, du gefällst mir Himmel! Aber du Wiese: nee, da müssten noch ein paar Blumen drauf! Aber da sind einfach keine...“

- (Wiederholung des Musters: Eigentlich ist alles schön, aber es fehlt was)

Th.: „Frag mal die Wiese, warum sie keine Blumen hat.“

Kl.: „Wiese, warum hast du keine Blumen? ...“Keine Ahnung...“

Th.: „Hast du keine Ahnung oder hat die Wiese keine Ahnung?“

- (Hier wollte ich wieder klären, ob das „keine Ahnung“ aus dem Kopf kommt oder eine Antwort von der Wiese ist.)

Kl.: „Ich habe keine Ahnung...“

Th.: „Du sollst auch keine Ahnung haben! Wenn, dann muss die Wiese dir antworten!“ Und frage mal die Wiese, sie soll dich mal mitnehmen...“

Kl.: „Wohin?“

Th.: „An die Stelle, wo sie aufgehört hat, Blumen zu haben. Lass´ dich mal mitnehmen.“

Kl.: „Hm...da ist eine - ha! - ich weiß, warum dort keine Blumen sind! Es ist alles ganz abgemäht und ganz kahl und da ist noch ein Stück Wiese: dort sind lauter Margeriten drauf!“

Kl.: „Das ist eine große Wiese... die hört gar nicht auf! Aber (räuspert sich) die ist... ein Stück ist abgemäht und das andere Stück ist wie so ... naturbelassen... aber da sind eigentlich nur Margeriten drauf auf der Wiese, sonst keine anderen Blumen.“

Th.: „Aber da hat es auf jeden Fall noch Margeriten gehabt, oder? Ja?“

Kl.: „Dort wo ich jetzt bin, sind Margeriten, ich stehe an dem Scheidepunkt: hier ist gemäht und dort sind die Margeriten.“

Th.: „Okay. Ist es für dich so okay, wenn auf der Wiese Margeriten sind?“

Kl.: „Ahm.“

Th.: „Oder brauchst du noch mehr?“

Kl.: „Nö.“

Th: „Weil du gesagt hast „... es sind bloß Margeriten drauf...“?“

Kl: „Nee, ich finde das gut!“

Th: „Okay. Dann frage mal die Margeriten, sie sollen dir mal sagen, wo sie aufgehört haben zu blühen oder wo sie entschieden haben, dass sie nicht mehr wieder kommen, oder... frage sie, was es mit ihnen auf sich hat. Gehe mal näher ran...“

- (Der Klient braucht immer mehrere Alternativen zum Handeln, ebenfalls wird die Konfrontation durch näher rangehen verstärkt)

Kl: „Wieso wachst ihr Margeriten nur auf der Seite von der Wiese?“ (Längere Pause)

Kl: „Keine Ahnung...Die sagen nichts...“

Th: „Wie ist das für dich, wenn die nicht mit dir reden wollen?“ (Längere Pause)

Kl: „Ich spreche selten mit Blumen... das funktioniert nicht.“

- (Auch hier wieder ganz deutlich, dass die Klientin nicht bereit ist zu glauben, dass Dinge antworten können in Form von der menschlichen Sprache)

Th: (lacht) „So einfach kommst du mir nicht davon!“

Kl: „Das funktioniert nicht!“

Th: „Natürlich funktioniert das!“

Kl: „Die sagen aber nichts!“

Th: „Hmhm – und jetzt schau mal: das ist auch ein Teil von dir, der dir nichts sagen will.., ne? Einfach, damit dir das auch so klar wird!“

Kl: „Ehem“

Th: „Weil - im Prinzip: das sind nur Bilder von Blumen und in der Innenwelt kann alles antworten. Und wenn die dir nicht antworten wollen, musst du herauskriegen, warum das so ist. Lass´ dir spontan mal was einfallen, das erste was kommt!“

Th: „Sage denen mal um was es geht, dass du ihre Hilfe brauchst. Sonst wären sie ja nicht aufgetaucht als Bild. Sag´ denen das mal!“

Kl: mich weiter? ... Die machen nichts! Die stehen nur da und gucken blöd!“

Kl: „Doch jetzt! Die haben Gesichter! Die haben Gesichter und die grinsen mich an! Aber nicht frech oder so, sondern eigentlich ganz freundlich. Aber die sagen nichts! (lacht) Die sehen aus wie Sonnen. Jetzt sind es Sonnenblumen! Und keine Margeriten mehr!“

Th: „Frage sie mal, wenn sie die Antwort wissen um was es geht, sollen sie einfach mal mit ihrem Blütenkopf wackeln, wenn sie die Antwort wissen...“

Kl: „Wenn ihr die Antwort wisst, dann schaukelt hin und her oder nickt oder sonst irgendwas!... Jetzt hängen sie die Köpfe runter!“

Th: „Oh! Ja, wie ist das für dich, wenn sie die Köpfe runterhängen lassen?“

Kl.: „Ich weiß nicht – irgendwie blöd, weil ich denk´ die Köpfe sind so schwer und die muss man irgendwie stützen oder sonst irgendwas...“

Th.: „Sag´ das den Blumen mal direkt!“

- (Wieder direkte Ansprache, um den Energiefluss aufrecht zu erhalten oder erhöhen und die Antwort aus dem Inneren zu erhalten und nicht aus dem Kopf.)

Kl.: „Ich glaube, eure Köpfe sind zu schwer, die muss man irgendwie stützen! Ich gehe jetzt, dort gehe ich hin und dann mache ich solche Stäbe in die Erde rein neben die Sonnenblume und binde die an, damit die gestützt sind.“

Kl.: „Aber das ist jetzt auf einmal ein ganzes Feld Sonnenblumen! Ein ganzes Feld! Aber ich kann die jetzt nicht alle stützen...“

- (Es wird deutlich, dass der Klientin alles zu viel wird, es hoffnungslos ist etwas zu ändern)

Th.: „Sag´ das denen mal!“

Kl.: „Ich kann euch jetzt nicht alle stützen! Ich habe nicht so viele Stecken!“

Th.: „... Ja ...“

Kl.: „Ich gehe da jetzt durch! Ich gehe jetzt durch das Feld durch..“

Th.: „Hmhm, wie ist das für dich, wenn die alle den Kopf hängen lassen und eigentlich gestützt werden müssen?“

Kl.: „Ich gehe da jetzt durch! Ich gehe jetzt durch das Feld durch..“

- (Deutliches Fluchtmuster, daher erneute Konfrontation mit den hängenden Blumen)

Th.: „Hmhm, wie ist das für dich, wenn die alle den Kopf hängen lassen und eigentlich gestützt werden wollen und du hast nicht so viele Stecken?“

Kl.: „Pfft... das ist denen ihr Problem; ich hab´ so viele Stecken, ich kann die nicht alle stützen. Also muss ich ein paar hängen lassen.“

Th.: „Hmhm“

Kl.: „Aber ein großes Feld (atmen tief ein), ich laufe da jetzt gerade durch und denen ihre ... ach, die stacheligen Blätter, die jucken. Die finde ich nicht so toll...“

Th.: „Sag´ das denen wieder! Immer direkt!“

Kl.: „Eure stacheligen Blätter, die jucken mich!“ Außerdem seid ihr wie ein Wald! Da kommt man fast nicht durch...“

Kl.: „Jetzt gehe ich weiter... oah, die machen mir Platz. Auf einmal ist jetzt wie so ein Weg, da kann man gerade durch gehen, aber rechts und links sind die. Und die gehen jetzt immer weiter auseinander, immer weiter und, hm, jetzt stehe ich auf einem Feldweg und der geht nach rechts und nach links...“

Th.: „Frag´ mal den Feldweg, was das zu bedeuten hat, dass er nach rechts und nach links geht. Guck´ mal ob du da was rauskriegen kannst...““

Kl:„Hm, wieso führst du nach rechts und nach links und nicht nur nach rechts oder nur nach links? Wo soll ich denn jetzt lang gehen? Rechts oder links? Ich glaube, ich gehe rechts - ich gehe mal nach rechts! Ich glaube, der Weg will das so – der sagt ich soll rechts gehen.“

Th:„Ehem, okay.“

Kl:„Ich laufe da jetzt... Das ist ein weiter Weg, der ist kerzengerade...Und der ist also wirklich nur Erde und so, nichts befestigt. In der Mitte ist so eine Grasnabe... hm. Da bin ich jetzt und da ist nichts. Rechts und links Felder und der Weg geht weiter und weiter und weiter...Der führt irgendwie zu gar nichts...“

Th:„Guck´ mal, was du da gerade so sagst und kriege mal einfach den Bezug mit! Kennst du das irgendwo aus deinem Leben her, dass der Weg weiter und weiter geht und...“

Kl:„Hmhm“

Th:„...irgendwie...“

Kl:„Ja, ich sehe keinen Sinn, irgendwie...in dem was ich vielleicht gerade mache und so... ich habe vielleicht irgendwie gerade na, ich habe schon ein Ziel, aber ich erreiche das nicht!“

Kl:„Ich bin immer noch auf dem Weg.“

Th:„Ja, wie fühlt sich das an?“

Kl:„Einsam!“

Th:„Kannst du irgendwo Einsamkeit wahrnehmen in deinem Körper?“

- (Eine Möglichkeit der Informationsgewinnung ist auch das Körpergefühl, welches ich hier erfragen wollte)

Kl:„Ehmm.“

Th:„Wo ist das?“ Klientin zeigt auf den Bauch.

Th:„Dann sag´ mal deiner Einsamkeit, dass du sie wahrnimmst!“

- (Wahrnehmung nach Klaus Lange, um ganz tiefen Prozess zu vermeiden und den Klienten vorsichtig an seine Körpergefühle dranzuführen)

Kl:„Einsamkeit, ich spüre dich! Da ist jetzt so was wie: hm, wie ein Geist vor mir. Aber der ist nicht weiß, der ist schwarz und der hat so einen Stab in der Hand. Ich weiß nicht, was das ist...“

Th:„Ja, dann frag´ ihn doch...“

- (Hier versuche ich wieder die Antwort direkt von der Innenwelt einzufordern, da der Klient ja nichts aus seinem Kopf wissen soll)

Kl:„Wer bist denn du? Hm, der schwebt vor mir her und der sagt nichts zu mir oder der ist auch nicht – ich weiß nicht, der macht mir auch nichts, ich habe auch keine Angst vor ihm oder so...“

Th:„Ja, sag´ es ihm!“

Kl:„Ich hab´ gar keine Angst vor dir und was willst du denn du? ...Der gaukelt da vor mir rum!“

Th:„Dann sage ihm mal, wenn er da vor dir herschwebt mit so einem Stab, dann soll er dich mal irgend wohin nehmen, wo es etwas Wichtiges gibt für dich.“



Kl:„Was willst du von mir? Zeig mir mal, was du willst! ... Ha! Der schlägt mich mit dem Stab!“  
(gluckst.)

Ich bin immer noch auf dem Weg.“

Th:„Wie ist das für sich, geschlagen zu werden?“

Kl:„Das war nicht fest. Das war eher so ein Necken, der wollte mich ärgern.“

Th:„Aha! Verstehst du das?“

- (Wenn Anteile in einer Weise reagieren, die dem Klienten nicht klar sein könnten, dann kann man die Anteile zu einer präziseren oder verständlicheren Antwort auffordern)

Kl:„Nee!“

Th:„Ja, dann frag ihn mal!“

Kl:„Was war denn das jetzt? Der macht sich da einen Spaß daraus... Hm... Oh Gott, (lacht und spricht lachend weiter) oah, ich weiß nicht, ob ich das jetzt sagen kann!?“

Th:„Ja natürlich, logisch!“

Kl:„Der hat Schwimmflügel an!

Th:„Ja, dann frage ihn mal, für was er die braucht!

Klientin (immer noch lachend):„Was machst du denn mit den Schwimmflügeln, wenn du doch schwebst? Der ist echt bescheuert!“

Th:„Ja, was macht er damit?“

Kl:„Jetzt grinst er und fliegt weg! Aber nach oben! ... Jetzt ist er weg!“

Th:„Ja, dann rufe ihn mal zurück! Der kann zurück kommen... Sag´ ihm mal, dass, er soll da bleiben!“

- (Auch hier verschwinden wieder Figuren, um eine Konfrontation zu vermeiden. Im neuronalen Netzwerk des Gehirn ist aber alles zeitgleich vorhanden und wie in einem Film zurückspulbar, daher kann der Geist auch wieder zurückgerufen werden)
- (Die Klientin hat wieder ein deutliches Vermeidungsmuster. Da der Geist aber eine zentrale Rolle zu spielen scheint, versuche ich weitere Informationen von dem Geist einzufordern.)

Kl:„Hey, bleib´ mal da! Hallo! ... Jetzt kommt er wieder!“

Th:„Hmhm, ja. Jetzt sag ihm mal: er soll dir jetzt mal verraten, für was er die Dinger anhat!“

Kl:„Der... der hüpf immer noch vor mir rum – der sagt das nicht! Hey! Hallo! Warum hast du denn die Schwimmflügel an?“

(Klientin lacht wieder) Kl:„Oh Gott!“ (Klientin räuspert sich.)

Th:„Der soll dich mal mitnehmen in eine Situation, wo er sie braucht!“

Kl:„Hmhm. Jetzt gehen wir weiter... Da ist ein Schwimmbad! Ne, das ist mehr so ein Pool, also kein öffentliches Schwimmbad. Aber das sieht gut aus! Das ist so nierenförmig... mit einem Wasserfall... mit ganz vielen Pflanzen außen ´rum...Und der ist weiß, der Pool, mit blauem Wasser

drin und da geht eine Treppe hoch zu einem weißen Haus...Und die Treppe, die ist so... so...verwinkelt. Also, die geht nicht gerade hoch. Die geht im Zickzack hoch zu dem Haus...Und das Haus steht auf Säulen...“

Kl.:„Oder das...nee, da sind vorne Säulen dran! Aber das Haus ist ganz weiß! So wie der Pool und die Treppe! Und ich glaub´, jaa, da könnte man mal eine Runde schwimmen! Jetzt ist der Geist weg!“

Th.:„Tja, hol´ ihn wieder zurück!“

Kl.:„Komm´ mal wieder!“ ... „Jetzt kommt er wieder... Aber der ist schwarz, der Geist!“

- (Der Geist nimmt eine andere Farbe an, irgendeine Veränderung kündigt sich an)

Th.:„Wie ist das für dich, wenn der Geist schwarz ist?“

Kl.:„Nicht schlimm – ist ok! Der ist in Ordnung, der gefällt mir, der Geist!“

Th.:„Dann sag´ das dem Geist doch mal!“

Kl.:„Du gefällt mir, schwarz wie du bist... Mit deinen orangenen Schwimmflügeln!“ (fängt wieder an zu lachen)

Th.:„Ja, du kannst jetzt entweder mal eine Runde schwimmen gehen oder schauen ob der Geist mitkommt und dann guck´ mal was passiert!...“

Kl.:„Ich gehe da jetzt mal rein!“

Kl.:„Da ist jetzt eine Treppe, die geht ins Wasser rein und das Wasser ist angenehm! Nicht warm, nicht kalt – angenehm! Und der Geist ist schon drin – der schwimmt schon! Jetzt taucht er - jetzt taucht er wieder auf... und ich ziehe eigentlich da meine Bahnen gerade drin!... im Schwimmbad – das Schwimmbad ist groß!“

Kl.:„und der Geist, der schwimmt mit mir um die Wette...und das Wasser ist so salzig, dass man sich da drauf richtig, wie auf dem Toten Meer, so treiben lassen kann...“

Th.:„Mhm, ja, was ist dein Impuls – was willst du machen?“

- (Hier gilt wieder der oberste Grundsatz der Selbstorganisation, dass sich in einem freilaufenden Prozess von alleine der bestmögliche Energiezustand einstellt)

Kl.:„Da bleibe ich jetzt drin! Mir gefällt es da in dem Pool, das ist gut - angenehm...“

Klient genießt eine Weile das Getragenwerden im Wasser.

Th.:„Frag´ mal den Geist für was er steht? Frag´ mal was er ist!“

- (Der Geist ist ziemlich am Anfang der Session aufgetaucht. Es ist wichtig für das Verständnis der Klientin, welchen Anteil der Geist in ihr selbst repräsentiert.)

Kl.:„Geist, für was stehst denn du? Was (räuspern), was bedeutest du?“ ...Ich glaub´ der will mich begleiten...“

Th.:„Mhm. Kannst du ihn auch fragen für was?“

Kl.:„Wieso willst denn du mich begleiten?“ ... „Der will mit mir Spaß haben!“

Th: „Mhm. Und wie ist das für dich? Willst du das auch?“

Kl: „Ja, besser wie alleine zu sein... weil, der ist ja witzig. Und der lacht!“

Th: „Ja dann, dann guck´ mal! Dann geh´ entweder mal mit ihm tauchen... schau mal, was du da im Schwimmbad machen kannst! Du kannst auch mal das Schwimmbad fragen, für was es steht?“

Kl: „Oah! Das Schwimmbad – das ist unten, da ist unten eine Höhle! Das ist gar nicht, das ist gar nicht glatt unten, sondern da ist eine Höhle! Da kann man mal reintauchen, aber die Höhle ist dunkel, ich glaube nicht, dass ich da reintauchen will!“

- (Hier bestätigt sich das der Geist, der plötzlich dunkel wurde, auf etwas dunkles hinweist)

Th: „Es ist deine Entscheidung...“

- (Ganz bewusst habe ich hier offen gehalten, ob die Klientin sich dem Dunklen stellen möchte, da sie ja um eine „behutsame“ Sitzung gebeten hatte)

Kl: „Oaa! Die ist echt dunkel! Das ist ein rundes Loch in der Schwimmbadwand und wenn man da rein will, muss man runtertauchen...“

Th: „Okay... Du kannst ja deinen Geist fragen ob er mitkommt? Nimm ihn einfach mal mit?“  
(Der Geist ist ihr Begleiter, er kann als Helfer die Klientin unterstützen in ihrer Entscheidung)

Kl: „Der ist da schon – der guckt sie schon an...“

Th: „Ach so? Okay! Und was seht ihr da jetzt?“

Kl: „Nichts! Ein schwarzes Loch!“

Th: „Hmm, hja...“

Kl: „Ich bin jetzt auch einmal runtergetaucht...Aah, jetzt sehe ich: da ist ein Gitter davor! Und da kann man gar nicht rein. Dort ist es zu! Wieso ist das zu?“

Th: „Ja, frag´ mal!“

Kl: „Wieso bist denn du zu? Ha, da ist eine Tür! Ah ja, also da kann man, da kann man die Tür aufmachen, da ist kein Schloss dran oder irgendwas – aber da hintendran da ist es dunkel... Oh je! (lacht auf und räuspert) Ich glaub´ der Geist will da auch nicht rein...“

Therapeutin (schmunzelnd): „Ehm! Frag´ ihn mal!“

- (Hier wollte ich wieder klären, ob es nur die Klientin glaubt oder ob es tatsächlich so ist)

Kl: „Willst du da rein?“ ...“Jetzt lacht er nicht mehr!“

Th: „Ah ja!“

Kl: „Hmhm...“

Th: „Und wie reagiert er?“

Kl: „Der... der bleibt draußen stehen, oder der bleibt halt draußen, nicht traurig??? Aber wir sind halt unter Wasser...“

(Hier springt die Klientin auf „Wir“ um, was zeigt, dass sie im Geist einen echten Verbündeten gefunden hat)

Th:„Ja?“

Kl:„Jetzt überlegen wir uns ob wir da reingehen... Aber ich glaube nicht, dass wir da reingehen. Oder? Weil da ist es echt dunkel und da ist nichts! Da ist.. ich sehe nichts, was da dahinter ist, hinter dem Gitter! Die Tür, die könnte man schon aufmachen, aber vielleicht ist dahinter dann irgendwie ein Hai oder (auflachend) ich weiß auch nicht...“

Th:„Ja, lasst euch was einfallen!“

Kl:„Ich glaube, wir brauchen eine Taschenlampe oder so irgendwas, dass wir da mal reinleuchten können, was da ist in dem Dunklen!“

Th:„Lasst euch was einfallen! Guck mal was geht...“

Kl:„Ich glaube, ich gehe jetzt mal hoch in das Haus und guck mal ob die eine Taschenlampe haben...Dann können wir noch mal gucken, weil - ich glaube da müssen wir mal rein; das ist echt...“ (Die Klientin bekommt nun von selbst eine Vorahnung, dass sie um die Höhle nicht herumkommt). Jetzt gehe ich mal aus dem Pool raus und gehe mal die Treppe hoch in das weiße Haus. Die Tür ist offen. Oah, da ist alles weiß drin, wie mit Elfenbein! Das ist ganz toll! Da ist, da ist so Stuck an den Wänden und die Decke ist ganz toll verziert – aber alles weiß! Und mit so Elfen und so...Aber eine Taschenlampe ist da nirgends... Da, da ist so eine Petroleumlampe, aber die kann ich ja nicht mit ins Wasser nehmen!“

Therapeutin (schmunzelt):„Hmhm, das ist theoretisch richtig. Ich meine, du kannst mal probieren, was passiert?“

Kl:„Jetzt habe ich was gefunden! Das sind so Leuchtfackeln für Unterwasser! Die nehme ich jetzt mal! Jetzt gehe ich wieder runter... Ah, in dem Haus gefällt es mir, das ist voll toll !!!“

Th:„Sag´ das dem Haus auch!“

Kl:„Also du...“ „Das Haus...“, „Also Haus, du bist wirklich toll! Ganz super! Richtig freundlich, hell!“

Th:„Frag´ doch mal das Haus, für was es in deinem Leben steht...“

- (Hier habe ich auch wieder versucht, den direkten Bezug zum Leben der Klientin herzustellen)

Kl:„Haus, für was stehst denn du in meinem Leben?“ (Pause) „Ich glaub´ für... hm, ich glaube für meine Zufriedenheit.“

Th:„Nicht glauben – das kann es dir schon sagen oder zeigen! Es kann auch einen Stift nehmen und kann es dir auf einen Zettel schreiben, wenn s nicht antworten will; es kann es dir an die Wand projizieren... Du sollst nicht glauben, das soll es dir schon sagen oder zeigen!“

- (Mit kreativen Vorschlägen wird die nicht sprechende Innenwelt zu Antworten aufgefordert)

Kl:„Da ist eine Dia-Wand und da ist so eine ... hm, so eine Wand halt, so eine Filmwand mit einem Projektor....“

Th:„Ja?“

Kl:„Da kommen jetzt... Ich kann das nicht richtig erkennen... Da kommen jetzt verschiedene Bilder, aber ganz durcheinander! Ich kann die gar nicht richtig sehen...Das sind so... Die sind so klein und so weit weg und wenn ich da weiter hin gehe, bringt mir das auch nichts! Ich seh´ die einfach nicht!“

- (Auch hier wieder deutliche Vermeidung, sich dem Thema zu stellen. In solchen Fällen kann ausnahmsweise auch mal etwas vorgegeben werden, um etwas sichtbarer zu machen)

Th: „Dann guck mal, neben dir steht doch der Projektor. Mach einfach mal bei irgendeinem Bild Stopp!“

Kl: „Ja. Jetzt sehe ich ein Schloss. Ich weiß nicht, vielleicht Neuschwanstein oder so irgendwas... Keine Ahnung – das ist, das ist ein Bild von einem Schloss. Oah, das kapiere ich überhaupt nicht!“

Therapeutin (schmunzelnd): „Das macht nichts! Das macht überhaupt nichts...“ (wieder ernst)  
 „Guck mal, wo dein Geist ist!“

Kl: „Ach, der treibt sich, (lachend) ich weiß nicht, der treibt sich da irgendwo rum. Der ist weg... Der ist aber im Haus... irgendwo!“

Th: „Ja, schau mal, was dein Impuls ist. Willst du dir erst mal das Schloss erkunden oder – weil du bist ja eigentlich hochgegangen um dir die Fackel zu holen... Und wieder runter zu gehen. Guck mal, was dein Impuls ist...“

Kl: „Ich tendiere eher zu dem Angenehmen, zu dem Schloss!“

- (Wieder Musterwiederholung, die Klientin kann sich für eine Konfrontation immer noch nicht entschließen). Ja, doch! Also das, das ist jetzt auf die Leinwand projiziert und jetzt ist es ganz groß! Das ist... das ist ein Wasserschloss!“

Th: „Aha?“

Kl: „Das ist auf einer Insel! Aber ganz, ganz alt!“

Th: „Ehm, guck mal, die Tür, die du am Anfang gesehen hast, aus Eichenholz mit dem gusseisernen Griff, passt die in das Schloss? Ist das eine Tür von dem Schloss, oder...oder?“

Kl: „Kann ich nicht sagen – weiß ich nicht... Es könnte passen: einen Turm hat das Schloss, mit so einem Fenster... aber ich kann ja da jetzt nicht reingehen und nicht gucken. Ich sehe es ja nur auf dem Projektor, also auf der Leinwand... aber das Fenster ist da, mit dem Mosaik!“

- (Klientin glaubt, nicht in das Schloss reingehen zu können. Daher muss der Klient auf anderen Wegen in das Bild reinkommen)

Kl: „Und es ist auf der, also auf der mir zugewandten Seite und es spiegelt sich in dem Wasser wider.“

Also das ganze Schloss!“

Th: „Ehem. Schau mal an dir runter und guck mal, was du anhast!“

(Klientin glaubt, nicht in das Schloss reingehen zu können. Daher muss der Klient auf anderen Wegen in das Bild reinkommen)

Kl: „Äh! Ich habe einen schwarzen Rock an, ich bin barfuss und habe, ich glaube ein rotes Oberteil an. Ja, rot ist es! So ein Top.“

- (Hier soll der Grad der Identifikation des aktuellen Innweltbildes festgestellt werden)

Th: „Ehem, und wie groß sind deine Füße?“

- (Eine Möglichkeit, das Alter festzustellen)

Kl: „Normal groß. Nee, das stimmt nicht! Die sind einmal ganz groß und (lacht) dann werden sie ganz klein... groß – klein! groß – klein!“

Therapeutin (lacht auch): „Aha?“

Kl.: „Und ich, das...ich komme mir auch so vor, als wenn ich von ganz weit oben runter guck, gerade.“

Th: „das Schloss oder dich?“

Kl.: „Mich!“

Th.: „Okay!“

Kl.: „Ich gucke gerade von oben an mir runter...“

Th: „Dann guck mal, ähm, ob da Schuhe rumliegen von dir. Und guck mal, was für eine Größe draufsteht...“ (Längere Pause)

Th.: „Es können ja zwei verschiedene Größen sein, so wie du es wahrnimmst? Guck mal!“

- (Erneuter Versuch, etwas über das Alter der Klientin zu erfahren)

Kl.: „Da sind welche, wo vorne so nach oben gebogen sind.“

Th.: „Ja.“

Klientin (lacht): „Aber da steht keine Größe drauf. Die sind aus Leder und sind irgendwie anscheinend handgemacht und die stehen da am Ofen...“

- (Jetzt ist die Klientin im Schloss drin)

Kl.: „Aber sonst stehen da glaube ich, keine Schuhe rum. Weil da ist alles weiß und ganz sauber alles! Da steht eigentlich gar nichts groß rum!“

Th.: „Geh´ mal zu dem Ofen! Ist der an oder ist der aus?“

Kl.: „Der ist aus. Weil: es ist warm, es ist Sommer. Da braucht man keinen Ofen. Aber die Schuhe, die stehen da. Also, das ist so ein Ofen, wie so ein Kamin halt und da kann man sich vorne draufsetzen und dort stehen jetzt halt die Schuhe. Und unten drunter liegt Holz und ähm, aber der ist weiß, ganz weiß! Und äh, soll ich mir den Schuh anziehen?“

Th.: „Du musst nach deinem Impuls gehen!“

Kl.: „Nee, ich mag die Schuhe nicht anziehen, die passen nicht zu meinen Klamotten! Ich finde die Schuhe blöd!“

Th.: „Dann sag es den Schuhen mal!“

- (Hier versuche ich wieder die Klientin in direkte Konfrontation zu bringen, um den Energiefluss aufrecht zu erhalten und die Antwort aus dem Innersten bekommen)

Kl.: „Ich find´ euch blöd! Ich will andere Schuhe!“

Th.: „Hm, ja, guck mal, vielleicht taucht ja jemand auf, der dir andere Schuhe bringt?“

Klientin (lacht): „Jetzt kommt der Geist wieder angefliegen!“

Th.: „Aha?“

Kl.: „Mit seinen Schwimmflügeln! (Beide lachen)“

Kl:„Der bringt mir jetzt Schuhe! Oah, der bringt mir tolle Schuhe – der bringt mir rote Schuhe! Der bringt mir rote Schuhe mit Absätzen! Und aus, ähm, die glänzen -die sind wie Seide... Oah, die sehen toll aus! Die sind so dunkelrot. Die passen! Ehem. Die passen mir gut!“

Th:„Steht da eine Größe drauf?“

Kl:„40. Ganz normal.Die sind bequem die Schuhe. Und ich hab – äh! ein Fußkettchen hab ich jetzt auf einmal an... sieht auch schön aus!“

Th:„Ja, wie fühlst du dich denn? So mit dem schwarzen Rock und roten Schuhen und einer Fußkette und so?...“

Kl:„Gut!“

Th:„...und in dem weißen Raum?“

Kl:„Eigentlich recht gut, muss ich sagen.“

Th:„Eigentlich heißt...?“

Kl:„Nö, ich fühle mich recht gut...Ich fühle mich da wohl, wirklich. Doch! Und der Geist, der grinst jetzt wieder. Der lacht jetzt wieder! Jetzt ist er auch nicht mehr schwarz – jetzt ist er weiß! Wie das Haus.“

- (Die Klientin hat sich weit von der dunklen Höhle entfernt, daher wird der Geist wieder weiß)

Th:„Kriegst du das so ein bisschen mit, dass du unten eine Höhle hast, die schwarz ist und oben ist es weiß? Und dein Geist ist weiß und schwarz und deine Schuhe sind klein und groß?“

- (Auch hier versuche ich der Klientin unmittelbar zu spiegeln, dass ihre Innenwelt ihr den hellen und den dunklen Teil zeigt)

Kl:„Meine Füße!“

Th:„Ähäh, meine ich ja, die Füße: sind klein und groß. Dass da so ein ganz großer Anteil weiß ist und der andere ist schwarz. Kann man das so sagen?“

Kl:„Hmhm, aber der größte Anteil ist weiß!“

Kl: Weil: das ganze Haus, das Ganze außen rum, das ist alles weiß! Nur die Höhle - die ist schwarz...“

Th:„Ja...“

Kl:„... die da im Pool ist...Das ist alles ganz toll, da ist auch ein Garten außen rum um das Haus... und das ist alles total hell und ganz klasse irgendwo! Die Sonne scheint draußen und... nur in dem Pool die Höhle, da unten, die... die gefällt mir nicht!“ Aber ich glaub´ da, da gehe ich jetzt nicht mehr rein in den Pool!

Th:„Tja... Guck mal, was dein Geist vorschlägt.“

- (Hier wird versucht, über den Geist der Klientin klar zu machen, was wirklich wichtig ist)

Kl:„Hm, dem gefällt es jetzt in dem Haus auch gut...“

Th:„Klar! Im Weißen ist es erst mal schöner als im Dunkeln... “

Kl.: „Hmhm“ (lacht) Aber in dem Haus da ist halt – da ist alles weiß: die Tische und die Stühle und das Sofa und sogar der Fernseher! Alles weiß!“

Th.: „Und was machst du mit deiner Unterwasserfackel in der Hand? Die hältst du ja jetzt schon seit 10 Minuten...“

- (Erneuter Anstoß die Klientin an die Höhle zu erinnern)

Kl.: „Jaa...“

Th.: „Was machst du denn mit der? Da brauchst du ja eigentlich keine Fackel da oben?“

Kl.: „Nö, hm, aber die liegen da wahrscheinlich, damit ich da gucken kann, was da unten ist...“

Th.: „Tja! Frage mal die Fackel ob das so ist...“

Kl.: „Für was seid denn ihr da? Was wollt denn ihr?“ (Atmet tief)

Kl.: „Das sind drei Fackeln: eine rote, eine orange und eine grüne...Ich muss die gar nicht heben, die, die schweben neben mir. Die muss ich nicht heben!“

Th.: „Und die gehen jetzt mit dir mit? Oder...“

Kl.: „Die schweben neben mir...Und...ja, also, mit denen kann ich eigentlich machen, was ich will... Mit denen kann ich – die kann ich jetzt schnappen und anbrennen. Oder halt so anritzen...“

Th.: „Aha.“

Kl.: „...Dann sind die halt an. Mit denen kann ich dann unter Wasser, also unter Wasser gehen und tauchen.“

Klientin (seufzt): „Aber mir gefällt es da oben viel besser. Ich mag jetzt gar nicht mehr in den Pool. Außerdem, außerdem wird es jetzt kälter und ja, jetzt mag ich nicht mehr ins Wasser ...“

Th.: „Wo wird es kälter? “

Kl.: „Draußen wird es kälter! Und ich will jetzt nicht mehr ins Wasser, weil es sonst zu kalt wird...“

Th.: „Sag’ das dem Wasser mal!“

Klientin (räuspert sich): „Wasser ich will jetzt nicht mehr zu dir rein. Mir ist einfach zu kalt! Wenn ich dann wieder aus dir raus gehe. Das ist einfach nichts! Und, ja... Uäh! Jetzt dampft das Wasser!“ (gespielt entrüstet) „Na, super, echt!“

Therapeutin (kichert): „Wie, wie ist das? Das Wasser dampft? Ist das Wasser jetzt wärmer geworden?“

Kl.: „Ha, jetzt ist das Wasser warm...Jetzt ist das wie Badewasser!“

Th.: „Ist das wie eine Einladung für dich? Um es dir leichter zu machen?“

Kl.: „Ja. Ja, genau! Jetzt ist es nämlich außen kalt, frischer...Toll, echt! Und das ist jetzt wie eine heiße Quelle auf einmal...“ (stöhnt)

Th.: „Tja, krieg das mal mit, dass deine Innenwelt dich wirklich einlädt, dass du da auch mal hingehst und guckst!“



Kl: „Ich soll da mal... Ich sollte jetzt die Fackeln schnappen und mal gucken – ich habe ja meinen Geist dabei! Der kann ja mal mitgehen... Hm, was mache ich denn jetzt?“

Th: „Tja...“

Kl: „Nee, ich gehe da jetzt nicht rein! Aber ich stehe jetzt schon vorne dran... Ich habe das jetzt nicht mitgekriegt, wie ich die Treppen runter gelaufen bin. Ich stehe jetzt einfach plötzlich wieder vor dem Pool...Aber der ist immer noch weiß und das Wasser ist immer noch blau!“ Hm, also ich glaube, ich gucke mal - sonst lässt mich das nicht in Ruhe, was hinter dem Gitter ist...Ich sage jetzt meinem Geist, dass er mitgehen soll!“

Th: „Genau!“

Kl: „Der ist jetzt wieder schwarz.“ (räuspert sich)

- (Die Höhle ist da und der Geist ist schwarz)

Th: „Ja, der Geist ist jetzt wieder schwarz, weil jetzt geht es ja auch wieder runter! Ne?“

Kl: „Hmhm. Und der lacht jetzt auch nicht mehr. Der guckt jetzt ziemlich ernst und nachdenklich...Aber ich glaube, er geht jetzt doch mit.“

Th: „Der geht doch mit?“

Kl: „Der geht mit, ja. Der lässt mich da nicht alleine gehen.“

Th: „Okay.“

Kl: „Jetzt gehen wir halt einmal da rein. Jetzt gehen wir die mal die Treppe runter in das Wasser rein. Und das Wasser das ist warm – ja, doch, das Wasser ist warm...“

- (Wieder Identifikation mit dem Geist als Helfer) Aber anstatt, dass der Geist vorausgeht...  
Ende 1. Kassette

Kl: „Jetzt sind wir direkt vor dem Gitter: Uih bist du ein großer Hai! Unheimlich, er will mich fressen. Es gibt nur Hai, er fletscht die Zähne, ich sehe nur noch Zähne, du starrst mich an, aber du machst mir nichts nichts. Du hast kalte Augen, das ist mir unangenehm. Irgendwie will ich den Hai verklopfen oder doch nicht... Der Hai wird jetzt ganz klein, jetzt streichel ich den Hai, er will nämlich gestreichelt werden, wie eine Katze. Jetzt mache ich die Tür auf. Der Gang geht so weit, aber du bist dunkel. Jetzt lädt mich der Hai ein, auf ihm zu reiten und er zieht mich in Richtung dunkles Loch! Hinter dem Loch ist jetzt wieder ein Gitter, und dann wieder der gleiche blaue Pool mit weißem Wasser. Der Geist sagt, dass ich nicht so Angst vor dem Dunkel, vor dem Schwarz haben sollte.“

Th: „Spür mal die Qualität dieses Ratschlages.“

Kl: „Ich gehe jetzt auf ein Sprungbrett, aber ich habe doch Höhenangst! Das Brett wackelt, das Brett will mich runterschmeißen“.

Th: „Sag es dem Brett!“

Kl: (geht nicht drauf ein): „Das Brett wird immer höher, ich stehe jetzt ganz vorne, ich sehe fast den Pool nicht mehr! Brett, fahre jetzt wieder runter! Ich bin wie angeklebt. Das Brett will mich nicht mehr.“

Th: „Kennst du das aus deinem Leben, dass du irgendwo klebst, aber jemand will dich nicht mehr?“

- (hier zeigt sich das Innenweltbild zu der äußeren Situation, die mir bekannt ist)

Kl reagiert nicht: „Ich sehe jetzt das Becken von oben, es ist verbunden mit einem Gang, obendrüber ist Gras, der Hai guckt. Ich will mich irgendwo festhalten, kann ich aber nicht, ich will nicht springen. Jetzt gehe ich über den Beckenrand wieder ins Wasser, zur Tür mit dem Hai. Hey, der Hai will mein Freund sein! Er steht für Freiheit sagt er mir. Er sagt, er will das Tor nicht mehr. Das Tor soll mich schützen.“

Th: „Lass mal auf der Leinwand eine Situation auftauchen, wovor dich das Tor schützen soll.“

Kl: „Es sind nur schöne Bilder.“

Th: „Schlüpf mal in den Hai rein und schau aus seinen Augen.“

Kl: „Ich sehe mich total verzerrt. Jetzt will mich der Hai in die Hüfte beißen.“

Th: „Frag ihn mal, was das zu bedeuten hat.“

Kl: „Er sagt, er ist ein Raubfisch, das könne ja mal passieren, das Gitter mache ihn einfach wild. Er empfindet Zorn gegen das Gitter, jetzt rammt er es durch, jetzt ist alles gut. Er will nicht mehr ins Becken rein, das ist nicht sein Lebensraum. Da seien keine anderen Fische, keine Verstecke. Ich lasse ihn jetzt ins Meer, aber wo ist der Tunnel dorthin geblieben? Ich sehe nichts mehr“.

Th: „Schau mal, vielleicht gibt es ja noch einen anderen Weg ins Meer.“

Kl: „Da ist ein 2. Tunnel, den habe ich vorhin gar nicht gesehen. Da ist noch ein Gitter davor, aber es geht nicht auf.“

Th: „Dann frag doch mal den Hai, ob er auch diese Tür auframmen kann.“

Kl: „Ja, macht er. Jetzt ist der Gang wieder ganz dunkel.. Der Hai schwimmt raus, ich ihm hinterher.“

Th: „Jetzt seid ihr im Meer?“

Kl: „Jetzt sind wir im Meer, ja. Und da sind Wellen...Und jetzt ist der Hai weg! Und ich hocke da irgendwo auf so einer Klippe...“

- (Meeresrauschen wird eingespielt, um den Prozess zu verstärken)

Kl: „Ja genau! Uii! Ich sitze auf der Klippe, jetzt bin ich nicht mehr im Wasser – ich sitze auf der Klippe und der Hai ist im Meer. Der ist jetzt weg...Ich glaub der... das ist okay, der freut sich jetzt, dass er draußen ist. Aber ich komme jetzt halt da nicht mehr rein, weil das, das Rohr ist ja ziemlich hoch oben! Jetzt muss ich mal gucken, wie ich da wieder an das weiße Haus hinkomme...“

Th: „Ja, dann drehe dich doch mal um und guck´ mal was hinter dir ist!“

Kl: „Ja, da ist ein Sandweg und ein Leuchtturm. Und das sind so rote Felsen. Wie auf Helgoland. Ha, jetzt muss ich den ganzen Weg wieder dort hoch latschen! Das ist verdammt weit! Das ist halt alles Sand, ein Sandweg, Strand. Uah, jetzt geht es ganz steil hoch! Jetzt muss ich dort hoch – ich komme da eigentlich gar nicht richtig hoch, weil der Sand so rutschig ist...Da rutsche ich immer wieder runter und... ah, ja, da ist ein Seil, da kann man sich hochziehen. Das ist neben an den Felsen festgemacht. Jetzt gehe ich da hoch - jetzt stehe ich oben auf der Klippe... hinter mir ist wieder das weiße Haus mit den zwei Pools. Jetzt gucke ich aufs Meer raus. Und ähm, ja: ich sehe das Meer. Und der Hai ist weg. Der hat sich „verdünnsiert“...“

Th: „Wie ist das für dich, wenn der Hai weg ist?“

Kl: „Das ist okay. Der gehört da hin.“

- (Längere Pause, damit der Klient das Gefühl spüren kann, dass der Hai, der vorher hinter Gittern war, in Freiheit ist)

Kl: „Ich stehe da immer noch... der Wind geht...Hm, äh, es ist eigentlich gerade ganz angenehm, so wie es ist.“

Th: „Wir können es ja so machen: du kannst ja nachher noch mal ans Meer und es genießen und es ein bisschen verankern auch, mit dem Freiheitsgefühl und so von dem Hai...“

Kl: „Hmhm.“

Th: „Ahm, gehe einfach noch mal bitte in deine erste Tür...“

- (Wichtig: immer das Eingangsbild überprüfen, da es sich ändern muss)

Kl: „Ja?“

Th: „... Wo nichts drin stand. Ganz am Anfang die, ja? Mit dem Fenster, wo oben war. Wie sieht es denn da aus im Moment?“

Kl: „Zuerst ist es ein hoher Raum, mit einem Fenster ganz oben und dann wird der Raum breit und das Fenster ist eben auf meiner Höhe und da kann ich rausgucken.“ (räuspert sich) „Dann habe ich eben da die Wiese gesehen.“

Th: „Nee, ich meine wie es jetzt gerade ist, wenn du jetzt noch mal da reingehst!“

Kl: „Da steht jetzt ein Tisch und drei Stühle... eine Lampe hängt drüber, die ist an. Ja, aber jetzt ist das Zimmer viereckig, jetzt ist es nicht rund. Jetzt ist es ein ganz normales Zimmer.“  
Die Wände sind äh, so orange gestrichen...Sieht eigentlich nicht schlecht aus. Ein paar Bilder an der Wand - so Kunstdrucke...“

- (Das Bild hat sich verändert, es ist nicht mehr leer).

Th: „Magst du mal zu einem Bild drangehen, was da drauf ist?“

Klientin (lacht auf): „Ich denke jetzt gerade an das Bild bei mir im Wohnzimmer, das mit dem blauen Pferd!“

Th: „Sag´ das dem Raum mal, dass er sich so ganz angenehm anfühlt!“

Kl: „Du fühlst dich angenehm an. Das ist echt in Ordnung! Bloß – es könnte halt noch ein Sofa drinstehen und so; ein Fernseher. Aber da steht einfach nur so ein dummer Holztisch und die drei Stühle! Das ist nicht arg gemütlich.“

Th: „Dann sag´ das dem Raum mal!“

Kl: „und die nackten Lampen... Ja genau: eigentlich hast du ja eine gute Ausstrahlung, aber deine Einrichtung? Ist nichts!“ (lacht auf) ... Ah ja, ah! Da ist noch einmal ein Raum... ach so! Das soll, das soll die Küche sein, wo ich bin. Das ist gar nicht das Wohnzimmer! Das soll die Küche sein. Aber ich habe das nicht gesehen, dass da ein Herd ist und ja, so ein Arbeitsbereich... Aber das, das sieht aus? (lacht) Das ist irgendwie so ein Mix aus modern und Mittelalter! Weil der Tisch ist total einfach und die Stühle auch, aber vorne, der Herd, der ist total modern!“

Th: „Dann guck´ mal, was für Schuhe du anhast!“

(Um zu überprüfen, mit welcher Szene sie identifiziert ist)

Kl: „Ich habe keine an!“

Th: „Bist du wieder barfuss?“

Kl: „Ja“

Th: „Und wo hast du die roten Schuhe gelassen?“

Kl: „Ich weiß nicht? Verloren...Ich weiß nicht, wo die sind. Aber ich kann mir ja welche holen! Weil, dort vor der Tür stehen Pantoffeln, so ganz weiche. So Fellpantoffeln stehen da.“

(Das erste Mal als sie keine Schuhe hatte, gab es nur hässliche, die sie nicht wollte, der Geist hat ihr zu hübschen verholphen. Jetzt ist sie schon selbst in der Lage, sich angenehme Schuhe zu besorgen)

Th: „Aha.“

Kl: „Die kann ich mal anziehen, weil ich eh´ kalte Füße habe... weil der Boden, der ist nicht gerade warm. Und ja... ich gehe mal in den Raum nebenan – da ist noch mal einer! Da ist eine Tür. Ah ja, da geht es dann... oops! Da geht es gar nirgends hin, da geht es nach unten! Jetzt ist es wieder ein Turm. Das ist wie... wenn ich da jetzt rausgehe, dann... dann sehe ich ein riesiges Gebirge! Und wenn ich da rausgehe, dann falle ich runter! Ähä – super! Oh Gott und das ist auch noch hoch! Das finde ich nicht witzig! Nee, da gehe ich lieber wieder in die Küche rein... Hm, das ist ja blöd!“

Th: „Ja, bleib doch erst mal mit dem Turm in Kontakt und sag´ das dem doch mal: Hey, wenn ich da rausgehe, dann fall ich runter!“

Kl: „Ja. Ich finde das nicht gut! Für was ist denn dann da die Tür, dass ich runterfalle, oder was?“  
(Pause) Da ist noch mal eine Tür, neben an. Jetzt gucke ich mal, was da ist! (Sie ist nicht bereit, sich fallen zu lassen). Da geht es in... tzz, das ist wie so eine Waffenkammer...Vom Mittelalter. Da gibt es alte Rüstungen drin, so Streitäxte und so Zeug halt...“

Th: „Und wie fühlst du dich da?“

Kl: „Pfff, wie ins Mittelalter versetzt! Das sieht aus wie ein Museum. Das ist alles so drapiert, dass man es schön angucken kann so. In Vitrinen, aber das sind lauter Waffen bzw. Rüstungen. Lauter so Zeug halt. Helme, lauter so Zeug!“

Th: „Frag´ mal, wem die Rüstungen gehören!“

Kl: „Unbekannt. Irgendwelchen Rittern von früher. Die sind irgendwo gefunden worden, auf irgendwelchen Schlachtfeldern und die haben sie halt wieder irgendwie zusammengesetzt und da aufgestellt zum Angucken...“

Kl: „Das ist wie in der Burg Hornberg. Aber das ist alles so auf einem Haufen, weißt du? Das ist so, ähm, nicht, äh, in einem großen Raum aufgestellt, sondern der Raum ist voll klein und da ist einfach alles reingequetscht und reingepfercht...Das steht zwar in Vitrinen und so, aber der Raum ist total überfüllt mit so Zeug! Da ist gar nichts anderes...Blöd irgendwo. Irgendwo interessant, aber - da siehst du vor lauter Bäumen den Wald nicht... Da ist so viel Zeug drin, das ist Wahnsinn!“ (räuspert sich)“

(Dies könnte ein Abbild von ihrem inneren Seelenmüll sein, sie erkennt selbst, dass sie vor lauter Bäumen den Wald nicht sieht)

Th: „Ja, was willst du jetzt in dem Raum machen?“

Kl: „Nichts, da gehe ich wieder raus! Das gefällt mir nicht...“

- (Vermeidungsmuster)

Th: „Ja, das mag ja sein, dass es dir nicht gefällt, aber da gefällt es dir nicht und da gefällt es dir nicht und da gefällt es dir nicht!“

Kl: „Nö...“

Th: „Überlege doch mal, was du da in dem Raum machen kannst. Du kannst z.B. mal entrümpeln... du kannst die Hälfte raus schmeißen... du kannst die Ritterrüstungen polieren... du kannst mal irgendwelche Schilder anbringen, damit man weiß, was das ganze zu sagen hat und wie das zusammenhängt... Überleg´ mal, was kannst du da machen in dem Raum?“

- (Der Klient muss in Konfrontation gehalten werden, der Therapeut aufpassen, dass er nicht der Geschichte des Klienten zu sehr folgt).

Kl: „Naja, erst mal das Zeug raustun, was nicht so wertvoll ist und...“ (räuspert sich)

Th: „Und was tust du da raus?“

Kl: „Ach, alles mögliche. z.B. von den Rüstungen da reicht es, wenn eine drin steht. Aber da stehen mindestens 10 drin. Also tun wir 9 raus und lassen nur eine drin stehen, weil die sehen ja sowieso alle gleich aus. Genauso von den Äxten und von den Helmen und dem ganzen Käse da. Das kann man alles zu der anderen Tür raus schmeißen da, in das Gebirge da. Das braucht man alles nicht.“

Th: „Aja?“

Kl: „Und jetzt, wenn ich von allem bloß noch eins habe, ist es okay. Ja, jetzt ist es auch nicht mehr so voll in dem Raum. Jetzt ist gut - jetzt sieht es richtig gut aus, wie in so einem Rittersaal, sieht es jetzt aus!

- (Entrümpeln auch in der Innenwelt schafft ein Weitegefühl: aus der kleinen Kammer wird ein Rittersaal)

Th: „Sag´ das dem Raum jetzt auch mal...“

Kl: „Hmhm, siehst gut aus jetzt. Richtig antik! Richtig gemütlich, wie, ja, wie in so einem alten Schloss. Richtig okay... Ah! Ein Kachelofen ist auch noch dort! Den habe ich aber erst jetzt gesehen, nachdem ich entrümpelt habe! Weil der war total zugestellt...“

Th: „Ja, guck mal, was du mit dem Kachelofen machen willst!“

Kl: „Ja, da ist Holz, das brenne ich jetzt mal an, weil da ist alles ein bisschen feucht und ein bisschen kühl und so.... Ja. Und jetzt, wo das Feuer brennt, ist es okay. Und weiße Wände sind es und jetzt habe ich das ganze Zeug davor gestellt und jetzt sieht das gut aus! Ehem. Und jetzt kommt noch ein Sofa rein, vor den Kachelofen – vor den Kamin, besser gesagt...“

- (Die Klientin ist in der Lage, sich ihr Sofa reinzustellen, am Anfang hat sie in dem anderen Raum moniert, dass „nicht mal ein Sofa drin sei“)

Th: „Okay.“

Kl: „Und so ein Fell... das wird richtig gut! Ja, jetzt ist das mein Wohnzimmer. Okay. Jetzt habe ich eine Küche und ein Wohnzimmer. Hm, ja, was soll ich dort eigentlich?“

Th: „Ja...frag´ mal...“ (Pause) „was du da sollst...“

Kl: „Hm, eigentlich sollte ich mich da drin wohlfühlen, aber irgendwie fühle ich mich da gar nicht wohl. Weil irgendwas fehlt...“

Th: „Hmhm, ja dann guck´ mal, was fehlt denn da drin?“

Kl: „Licht fehlt da, da ist gar kein Licht!“

Th: „In dem Raum, wo du vorhin gesagt hast, dass da eine Lampe drinhängt?“

Kl: „Ne, ich bin doch in einem anderen Raum. Das war vorhin die Küche, dort ist Licht.“

Th: „Okay.“

Kl: „Aber in dem Raum, den ich jetzt entrümpelt habe, da ist kein Licht. Da sind nur Kerzen...und das ist nicht gut – da muss man Licht reinmachen!“

Th: „Wie machst du das jetzt?“

Kl: „Hm. Ich schau mal, ob ich irgendwo einen Schalter finde... vielleicht sind da ja irgendwo Lampen oder so. Weil nur Kerzen, das ist ja auch nichts... Haja, da sind so Lampen an der Wand, elektrische. Da ist untendrunter eine Schnur, die kann man dann so anknipsen... Habe ich aber auch wieder nicht gesehen, weil alles so voll gestanden ist. Hmhm, jetzt ist es okay. Das sind 4 Lampen, die sind jetzt an. Das sind elektrische Lampen und das Feuer. Genau! Jetzt ist es okay; jetzt ist es richtig gemütlich...“

Th: „Dann sag es dem Raum auch mal und nimm mal wahr, dass es da drin gemütlich ist!“

Kl: „Mhmh. Ich lege mich jetzt auf die Couch vor den Kamin – ja, das ist jetzt in Ordnung.“

- (Feuerprasseln wird eingespielt um das Wohlfühlen zu verstärken)

Th: „Dann nimm das mal ganz tief in dir wahr, dass du dir einen Raum geschaffen hast, in dem es ganz gemütlich ist... und den du dir auch nach deinen Wünschen gestaltet hast...“ (Klientin räuspert sich)

Kl: „Da kommt jemand rein! Der ist – der (Klientin lacht) sieht aus wie so ein, äh... wie so ein Prinz aus dem Märchen, so. Aber der ist schwarz-weiß eigentlich! Der ist gar nicht farbig. Der sieht schon gut aus – hat ein schönes Gesicht und so. So wellige Haare...“

Th: „Aja?“

Kl: „Aber der ist total farblos! Und der steht jetzt an meiner Couch und guckt mich dumm an!“

Therapeutin (kichert): „Und wie ist das für dich?“

Kl: „Blöd, weil der keine Farbe hat.“

Th: „Sag´ ihm das mal!“

Kl: „Du siehst blöd aus! Du hast keine Farbe! Hm, der steht einfach nur da!“

Th: „Frag´ ihn mal, was da fehlt. Oder was ihm fehlt, warum er keine Farbe hat!“

Kl: „Wieso bist du denn schwarz-weiß? Eigentlich fast durchsichtig...“ (Pause) „Jetzt steht er halt da... und er will sich zu mir hersetzen. Ehm, jetzt sitzen wir zusammen auf der Couch und gucken“

ins Feuer...Jetzt sagt er, ihm ist so kalt und (lacht) deswegen hat er keine Farbe gehabt. Total beknackt!“

Th: Ja, heißt das, er bekommt jetzt Farbe?“

Kl: „Ja, jetzt ist er farbig. Jetzt ist er farbig, jetzt wo er vorm Feuer sitzt! Jetzt sieht er ganz normal aus. Wie ein normaler Mann halt... Der ist blond und so groß und schlank eigentlich – sieht gut aus. Ist nett! Aber der schwätzt nicht viel... eigentlich schwätzt er gar nicht mit mir!“

Th: „Wie ist das für dich, wenn er nichts mit dir redet?“

Kl: „Blöd! Der nimmt mir nur Platz auf meiner Couch weg, auf meiner bequemen... Dann kann er auch wieder gehen, wenn er nichts mit mir schwätzt!“

Th: „Sag´ ihm das mal...“

Kl: „Kannst wieder gehen! Mir gefällt das nicht!“

Th: „Und? Macht er es?“

Kl: „Ehm... ja, jetzt ist er wieder weg... jetzt ist er wieder durchsichtig geworden... Jetzt lege ich mich wieder hin auf die Couch...“

Th: „Wie ist das für dich jetzt?“

Kl: „Besser! Ich bin lieber alleine manchmal... und entspanne mich – da brauche ich keine Gesellschaft! Ich fühle mich so besser, wenn ich so alleine... also vor dem Feuer liege...Und ich finde das Feuer ganz toll, wie das so knistert und die Flammen und so – das ist ganz toll!“

Th: „Hm, hole ihn trotzdem noch mal bei... und sag´ ihm mal, er soll was mit dir reden! Weil eigentlich hat er dir ja nur nicht gepasst, weil er nicht mit dir geredet hat, oder?“

Kl: „Und weil er nicht farbig war...“

Th: „Na, farbig war er ja dann schon, jetzt soll er noch was mit dir schwätzen!“

Klientin (atmet tief ein): „Ha, ich weiß gar nicht, was ich mit ihm reden soll!“

Th: „Ah?“

Kl: „Ich habe dem gar nichts zu sagen – echt nicht! Weil ich gerade eben nur meine Ruhe haben will! Und er schwätzt ja nichts von sich aus... Und ich habe gerade gar keine Lust mit ihm zu reden...“

(immer noch: die Klientin will sich nicht mit Aussagen ihrer Innenweltwesen konfrontieren)

Th: „Okay. Dann sag´ ihm das auch...“

Kl: „Kannst wieder verschwinden! Ich habe keine Lust mit dir zu reden!“

Th: „Und sage ihm auch, warum du gerade keine Lust hast, mit ihm zu reden!“

Kl: „Weil ich mich gerade total entspanne und weil ich das gerade nur für mich brauche...“

Th: „Ja.“

Kl: „Und mich stört das, wenn ich da dabei Gesellschaft habe. Sonst denke ich immer, ich muss irgend jemanden unterhalten, oder..Ja, oder mit dem irgendwelche Konversation betreiben, obwohl ich dazu gar keine Lust habe.“

Th: „Dann guck´ mal, für wen oder was dieser Typ da steht, in deinem Leben...“

Kl: „Hm, gute Frage...“

Th: „Lasse dich mal dahin bringen – nicht nachdenken... Lass´ dich mal irgend wo hin bringen...“  
(Pause)

Th: „Guck´ mal, ob er stellvertretend für einen Mann steht oder stellvertretend für mehrere Männer, oder...“

Kl: „Hm, ich denke da eigentlich nur an den Mischa, mit dem konnte ich das z.B. mich einfach nur auf die Couch setzen und nichts schwätzen...“

Th: „Aber jetzt gerade eben, der Prinz hat dich doch genervt...“

Kl: „Ja, der hat mich auch manchmal genervt! „Und der Daniel ist manchmal genau so – der redet manchmal auch nichts... und dann nervt es mich auch! Der redet fast manchmal nichts mit mir, weil er einfach keine Lust hat und... ja...Und das stört mich manchmal...“

Th: „Ja, wie ist das jetzt aber insgesamt, weil auf der einen Seite sagst du: du willst deine Ruhe haben - auf der anderen Seite sagst du: hey, wenn die aber nichts mit mir schwätzen, dann ist es aber auch Scheiße... Wie, wie ist das jetzt? Was willst du jetzt? Du musst dich deinem Prinzen – zumindest in deinem Innenwelt-Leben – klar sagen, was du willst und was du nicht willst!“

Kl: „Hm, eigentlich bin es ich immer, der redet... Aber ich habe manchmal das Gefühl, dass ich gar nicht verstanden werde, oder verstanden werden will, oder...“

Th: „Ja, dann lass´ aber mal trotzdem den Prinz, der da jetzt in deiner Innenwelt aufgetaucht ist – der soll jetzt da sein, mit dem setzt du dich jetzt mal auseinander! ... Der soll jetzt mal wissen um was es geht!“

Kl: „Hm, soll ich jetzt mit dem reden, oder was?“

Th: „Yope! Ja, setze dich mit dem auseinander... Sag´ ihm das mal, was du mir gerade gesagt hast...“

Kl: „Manchmal will ich meine Ruhe haben und dann will ich nicht reden. Aber ich ... es ist schon okay, wenn jemand da ist, aber ich .

Th: „Ja, setze dich mit dem auseinander... Sag´ ihm das mal, was du mir gerade gesagt hast...“

Kl: „Manchmal will ich meine Ruhe haben und dann will ich nicht reden. Aber ich ... es ist schon okay, wenn jemand da ist, aber ich darf nicht das Gefühl haben, dass ich den unterhalten muss. Sondern es würde mir reichen, wenn derjenige einfach nur da wäre und mit mir auf der Couch sitzen würde und mit mir das Feuer anschauen würde, ohne dass er beleidigt ist, weil ich nichts rede. Aber es gibt auch wieder andere Situationen, da habe ich was zu sagen und da würde ich gerne drüber reden und ähm... egal was es ist...

- (Klientin redet wieder nur über die Sache)

Kl: „Irgendwelche Probleme und die würde ich gerne aus der Welt schaffen und da will ich keinen Monolog führen, sondern einen Dialog – wenn es möglich wäre...



- (Ja, sie wünscht einen Dialog, aber die Anteile antworten nicht, wie auch in ihrer realen Welt ein Dialog fehlt)

Kl: „Und da dabei kann ich eben jemanden nicht brauchen, der da dazu schweigt und seine Meinung nicht dazu äußert. Woher soll ich denn wissen, wie der Andere dazu steht? Dann mache ich halt mein Ding und dann ist es wieder nicht okay... und dann haben wir wieder das Problem, dass es einem von uns zwei nicht passt! Also muss man miteinander reden...Aber nur dann, wenn es auch wirklich passt und wenn es wirklich um ein Problem geht und nicht, wenn ich mich entspannen will...“

Th: „Ja... Kann er dich verstehen? Guck´ mal, dass er mal mit dem Kopf nicken soll wenn er dich versteht...“

Kl: „Ja, der versteht mich, der guckt mich auch an. Der hört mir auch zu. Und der versteht das schon ganz gut, ja. Der weiß, was ich meine...“

Th: „Und wie ist das für dich, wenn er dich versteht? Nervt der jetzt noch, oder wie ist das?“

Kl: „Hm, ich liege jetzt ja nicht mehr auf der Couch, ich sitze ja jetzt und gucke ins Feuer...Ich finde es immer noch recht gut da drin, in dem Raum und der sitzt halt neben dran...“

Th: „Ja -ist es jetzt okay, wenn er da ist oder ist es nicht okay?“

Kl: „Ja, doch, es ist okay...Weil, so ganz alleine in dem Raum möchte ich auch nicht sein... das ist auch nichts! Jetzt sitzt der halt da und wir gucken ins Feuer... und wir sagen, also wir sagen beide eigentlich nichts. Und wir finden es gerade recht angenehm...Und keiner hat irgendwie das Gefühl, dem Anderen durch sein Schweigen auf die Nerven zu gehen. Ist okay so, wie es ist...“

Th: „Okay.., vielleicht kannst du trotzdem mal mit dem Prinzen eine Verabredung treffen, dass ihr euch demnächst mal wieder begegnet? Und dass ihr euch einfach mal gemeinsam so auseinander setzt, dass ihr – zumindest in der Innenwelt – eine richtig harmonische und zufriedene Beziehung führt?“

- (Der Märchenprinz ist auch im wahren Leben der ersehnte Mann. Da der Anteil Prinz zu einer Auseinandersetzung noch nicht bereit ist, muss hier eine Verabredung getroffen werden.)

Kl: „Hm, da ist er nicht abgeneigt...“

Th: „Der soll mal mit dem Kopf schütteln, wenn er einverstanden ist.“

- (Hier überprüfe ich nochmals, ob es der Gedanke der Klientin ist, oder ob der Anteil auch will)

Kl: „Kopf schütteln?“

Th: „Äh! Nicken! Nicken, wenn er einverstanden ist!“

Kl: „Ja, ist er schon. Will er haben, ja... ja, das will er...“

Th: „Okay...“

Kl: „Weil ihm geht es auch um Harmonie, eigentlich. Der will keinen Streit oder was...Der ist einfach nur nicht so der Riesen-Schwätzer...Der redet zwar, wenn er will, aber nicht unbedingt – und wenn er muss, schon zweimal nicht!“

Th: „Hmhm... Okay! Ich glaube, das ist schon ganz wichtig, dass ihr euch beide noch ein bisschen auseinander setzt, ne? Und dann...“

Kl.: „Aber ich liebe den nicht oder so... ich bin auch nicht verliebt in den, oder sonst irgendwas!“

Th.: „Das spielt jetzt mal keine Rolle ob du den liebst oder nicht...“

Kl.: „Der ist einfach nur da...“

Th.: „Ja, genau, genau! Der hat auch seine Daseins-Berechtigung...“

Kl.: „Ehem?“

Th.: „Lass' ihn einfach mal nur da sein... Dann hole mal noch den Geist dazu!“

Kl.: „Ehem... ja, der kommt gerade!“

Th.: „Dann gucke mal, wie der aussieht?“

- (Hier überprüfe ich, ob der Geist weiß oder schwarz ist oder wie er sich ausdrückt, wenn der Prinz da ist)

Kl.: „Der hat einen Hut auf!“

Th.: „Einen Hut?!“

Klientin (fängt an zu lachen): „Ne, ach, das ist so ein Helm, den der auf hat! Den hat er sich da gekrallt, von der Wand, weißt du? Das sind die Ausstellungsstücke, die ich da aufgehängt hatte...“

Th.: „Ist das ein Dieb?“

Kl.: „Ne, ne, der macht sich da einfach nur einen Spaß draus – das ist doch so ein Witzbold!“

Th.: „Ehem. Und was ist mit den Schwimmflügeln?“

Kl.: „Die hat er weg. Die braucht er jetzt hier nicht mehr!“

Th.: „Und warum braucht er die nicht mehr?“

Kl.: „Das weiß ich nicht...“

Th.: „Frage ihn mal!“

- (Klientin soll nichts wissen, sondern die Anteile fragen)

Kl.: „Weil er jetzt nicht schwimmen geht! Der ist ja jetzt bei mir, in dem gemütlichen Raum... In meinem Wohnzimmer. Da ist ja kein Schwimmbecken und nichts. Da braucht er auch keine Schwimmflügel... Jetzt hat er einfach nur den dummen Helm da auf! Und er probiert die Axt aus!“

Th.: „Aha! Und was macht er damit?“

Kl.: „Durch die Gegend schwingen... Aber nur so zum Spaß! Und er lacht sich tot!“

Th.: „Und wie ist es für dich, wenn du ihn so siehst?“

Kl.: „Witzig!“

Th.: „Und der Typ, der da dabei ist, der Prinz, wie reagiert der?“

Kl.: „Der nimmt ihn nicht wahr.“

Th:„Der nimmt ihn gar nicht wahr? Der nimmt ihn nicht ernst oder nicht wahr?“

Kl:„Nicht wahr! Oder der will... Na, ich weiß nicht so genau? Der schaut nicht hin. Aber ich schaue ihn halt an! Und der Geist ist wieder weiß, übrigens!“

Th:„Ja, ihr seid ja auch wieder oben!“

Kl:„Jaa..“

Th:„Ihr seid ja auch wieder oben im weißen Haus – da ist er die ganze Zeit schon weiß!“

Kl:„Äh, ja... Nö, wir sind in dem Turm wieder drin...“

Th:„Ja, aber der war doch vorhin auch schon weiß?“

Kl:„Ja, stimmt, da war er auch weiß...“

Th:„Dann nimm jetzt einfach mal den Prinzen und den Geist mit...“

Kl:„Hmhm?“

Th:„... an die Stelle, wo du vorhin auf der Klippe warst... mit dem Meer...“

- (Klient wird an ihren Kraftort zurückgeführt)

Kl:„Ehem!“

Th:„... und guck einfach mal, was der Hai macht!“

Kl:„Der Hai? Ah ja! Der ist da unten - das ist so eine Bucht... oah! und der hüpfert so rum wie ein Delfin, dabei ist es doch ein Hai!“

Th: (prustet)„Ja, lass ihn doch mal hüpfen...“

Kl:„Haja, weißt du, der macht so Luftsprünge dort im Wasser und hüpfert so hin und her und freut sich tierisch, dass er draußen ist! Jetzt winkt er mir mit seiner Flosse! Der Blödmann! Aber der ist wieder groß!“

Th:„Und wie wirkt der auf dich?“

Kl:„Ähm, eigentlich klein, weil ich ihn ja von oben sehe, von meiner Klippe aus... Ich bin ja nicht unten. Aber der ist total happy, gell! Der freut sich wie blöd – und da schwimmt er halt rum. Und jetzt schwimmt er wieder raus, ins offene Meer. Aber ich glaube, wenn ich den rufe, kommt er wieder!“

- (Der Anteil Freiheitsliebe wurde aus dem Gefängnis befreit)

Th:„Na, dann probiere es mal aus!“

- (Test, ob der Anteil macht, was sie möchte) (Musik wird eingespielt)

Kl:„Ouh! Na, jetzt kommt er wieder. Jetzt dreht er wieder da seine Runden... in der Bucht...Ha, jetzt kann er gehen – der hat anderes vor! Der will zu seiner Hai-Dame!

Th:„Ja, aber bevor er ganz abhaut...“

Kl:„Der haut nicht ab! Der kommt immer wieder, wenn ich da hin gehe...“

Th: „Ah, okay... weil, es wäre einfach noch wichtig, ob er dir noch was zu sagen oder zu zeigen hat und wenn ja: entweder kann er es dir konkret zeigen oder er soll einfach mal mit seinen Haifisch-Flossen wackeln oder so... einfach mal, dass du weißt, ob wir ihn in Zukunft brauchen. Oder ob er vielleicht immer da ist?“

Kl: „Der ist immer da – der ist in dieser Bucht, der lebt da. Also, der kommt, wenn ich ihn rufe. Wie so ein Delfin! Aber das ist ein Hai! Und der findet es verdammt gut, seine Freiheit!“

Th: „Hmhm. Und wie reagiert dein Prinz?“

Kl: „Der guckt ihn an und, der sagt nichts... Der steht einfach nur neben dran und guckt blöd! Und guckt sich das Ganze nur an, weil er das ganze mit dem Hai vorhin nicht mitgekriegt hat... Und der kapiert die Zusammenhänge nicht so ganz!“

- (Hier ist eindeutig noch Handlungsbedarf, denn Mann-Freiheit-Beziehung scheint eine große Rolle zu spielen)

Th: „Hmhm, er kam ja auch ganz zum Schluss ins Spiel, da hast du schon Recht, ja. Frag´ ihn mal ob er Lust hat, mehr darüber zu verstehen?“

Kl: „Ehm, ja, der wundert sich halt, warum ich mit dem Hai mich so gut verstehe. Und warum der Hai kommt, wenn ich ihn rufe und warum der mich so begrüßt, der Hai. Und sich so freut und so! Das kapiert der halt nicht. Ich glaube, dass muss ich ihm mal erzählen...“

Th: „Ehem! Dann sag´ ihm das mal, dass du ihm das irgendwann mal erzählst!“

Kl: „Ja genau - wenn ich Lust habe... Und der Geist... der Geist weiß es ja, der war ja dabei die ganze Zeit!“

Th: „Hmhm.“

Kl: „Und der fand es auch Super, gell. Der hat übrigens immer noch den blöden Helm auf und das Schwert, nee, die Axt hat er in der Hand. Das gefällt dem voll!“ (lacht auch) „Und der schwebt da halt neben mir... Und ja... aber der, der Prinz sagt nichts! Also der redet wirklich nicht viel! Also gar nichts besser gesagt gar nichts hat er bisher mit mir gesprochen...“

Th: „Ja. Der wird sprachlos sein.“

Kl: (kichert), „Weil ich so viel Scheiße erzählen kann!“

Th: (lacht ebenfalls)

Kl: „Ja, haja, jetzt will er ins weiße Haus gehen. Der Herr Prinz! Hm. Und jetzt gehen wir da die Treppe hoch und der hat mich an der Hand so...so irgendwie halt... Oh! Da gibt es was zu Essen! Also da stehen, ja also, das ist der weiße Tisch mit den weißen Stühlen und so... Und da steht so eine Schale auf dem Tisch mit so ganz viel Obst. Das Obst ist aber nicht weiß, das ist natürlich farbig! Orangen und Zitronen, Bananen. Ananas... Und drei Teller stehen da... Und... Ah ja! Ja, da kommt noch ganz viel zu essen! Das ist wie beim „Tischlein-deck-dich“, auf einmal kommt da ein Gänsebraten oder Hähnchen oder was... und dann gibt es ganz viele verschiedene Beilagen und so. Der ganze Tisch steht voller Essen!“

Th: „Dann frag´ mal den dritten Teller, für wen er da ist!“

Kl: „Ha, für den Geist, für den Prinz und für mich!“

Th: „Dein Geist isst?“

- (Hier ist wieder mal mit Erstaunen festzustellen, dass in der Innenwelt alles möglich ist... und der Therapeut niemals werten darf)

Kl: „Hmhm. Ja, der isst was. Ich glaube schon, dass der was isst.“

Th: „Hm. Ja, dann frag´ doch mal den Teller. Weil: deswegen. Denken ist Glückssache! Frag´ den Teller für was er da ist!“

Kl: „Ja für den Geist ist er da!“

Th: „Okay, gut! Ehem. Und äh, das Essen? Frag´ mal das Essen wofür es steht...“

Kl: „Ehm, für ...für Zufriedenheit. Essen ist für mich, na ja, wie soll ich sagen? Nicht nur Essen... aber wenn mir was schmeckt, oder so dann empfinde ich das als Lust, als Zufriedenheit eigentlich. Wenn was richtig gut und lecker ist, dann ist das für mich wirklich toll, gell...Ein gutes Gefühl eigentlich. Und das sieht alles ganz toll aus, was da auf dem Tisch liegt und so...Und da ist... da gibt es Pudding und alles, alles was ich so gerne mag, weißt du!“

Th: (kichert), „Hmhm! Klasse!“

Kl: (kichert ebenfalls), „Voll geil! Aber ich weiß nicht, wer das gekocht hat – das ist einfach so da gestanden...Und jetzt sitzen wir da. Ich sitze vorne an der Tafel, da links sitzt der Prinz und da sitzt der Geist! (lacht), „Der macht blöde Grimassen. Oh Gott, hey echt!“

Th: (lacht ebenfalls), „Ja, er wird schon seinen Grund haben...“

Kl: „Ja, ja... und äh, ja, jetzt essen wir...Und es schmeckt voll gut! Und du musst dich auch überhaupt nicht benehmen und so und du kannst einfach essen, was du magst. Und haja, das ist echt super! Und der Prinz isst auch was...Und mein Geist, der haut voll rein!“

Th: „Ehem... Ich würde einfach mal sagen: genieße diese Szene! Und schwelge mal richtig: am Feuer, mit dem Essen, den ganzen Gängen. Und schau einfach mal den Reichtum an Lebensmitteln an... schau dir auch mal den Prinzen an... den Geist... und spüre einfach mal, wie du dich da im Moment fühlst...“ (Längere Pause)

Th: „Bist du noch dort?“

Kl: „Hmhm. Wir sind jetzt fertig mit Essen. Jetzt sind wir soo satt, uäh! Und da wir ja faul sind, schauen wir, wo wir uns hinlegen können. Ah da, ah! Da muss man um den Kamin herumgehen und dann ist da ein ganz tolles Schlafzimmer. Aber, das ist alles offen...! Also, da sind keine geschlossenen Räume in dem weißen Haus. Das ist alles so äh, rund – eigentlich fast anthroposophisch eingerichtet...Ähm, also ganz harmonisch... und alles offen, ne? Bloß durch Wände getrennt, aber keine Türen oder so. Ah, da ist das Schlafzimmer! Und da steht ein Himmelbett!“

Kl: „Das ist aber auch weiß! Ganz weiß! Das ist aber steril... das ist, das gefällt mir fast gar nicht! Haja, da kann man sich reinlegen. Da lege ich mich jetzt rein! Und mein Prinz legt sich mit rein und deckt mich zu...“

Th: „Ist es für dich okay, wenn er dich zudeckt?“

Kl: „Hmhm! Da liegen wir jetzt und gucken...Aber schlafen kann ich nicht!“

Th: (kichert),„Klar! Ich würde einfach mal vorschlagen, dass du- zusammen mit deinem Prinzen - die Reise noch mal durchgehst, damit er verstehen kann, wo du überall warst. Der ist ja auch ganz neu jetzt!“

- (Um einen Abschluss zu finden)

Kl:„Hmhm.“

Th:„Nimmst du ihn einfach mal an die Hand, zeigst ihm die ganzen Sachen, die passiert sind. Wie sich manches gewandelt hat, wie du manches gelöst hast... Und in der Zeit lasse ich dich jetzt mal alleine. Und dann komme ich wieder und dann machen wir dann auch für heute langsam aber sicher Schluss... Aber einfach, damit der Prinz auch informiert ist!“

Kl:„Hmhm.“

Th:„Ja?“ (Musik wird eingespielt)

Th:„Ist es okay, wenn ich dich mit deinem Prinzen ein Paar Minuten alleine lasse? Ich komme dann wieder, ja?“

- (Das neu Gelernte wird in dieser Phase geankert, das Immunsystem ist aktiver, Heilung kann geschehen)

Kl:„Ja.“