

Supervisions-Sitzung Cecilia Seeler Berufsausbildung B 11 - 149

„Der Familienfluch“ (Übergewicht, Essstörungen)

Die Klientin leidet an Essstörungen und Übergewicht. In dieser Sitzung begegnet sie ihrem völlig vereinsamten und in sich selbst zurück gezogenen „inneren Kind“. Eine tiefe Sinnlosigkeit macht sich breit, hinter der viel Schmerz und Traurigkeit verborgen liegen. Die Klientin erkennt, dass sie all diese Gefühle bisher immer mit Essen wegzudrängen versuchte. Im weiteren Verlauf tauchen auch die Mutter und die Oma der Klientin auf. Sie repräsentieren als Familienthema das Verbot Gefühle, insbesondere Trauer zu zeigen. Dies führte über die Jahre hinweg zu einer Versteinerung zwischen den Generationen, sowie zu einer Verhärtung und Erstarrung der Emotionen und der Weiblichkeit. Da die Klientin nun aus dem Familienmuster aussteigt und die Energiebilder von Mutter und Oma mit ihrer Trauer konfrontiert, kann sich der „Familienfluch“ auflösen. Oma und Mutter werden weicher und fraulicher, als sich schließlich alle in den Armen liegen und gemeinsam weinen. Jetzt darf das „innere Kind“ endlich Kind sein und all seinen Gefühlen Ausdruck verleihen. Es ist nicht mehr nötig, Essen als Verdrängungsmittel einzusetzen.

	<i>Der Klient steht nach der einleitenden Entspannungsphase in seiner Innenwelt vor einer schwarzen Treppe und empfindet Angst.</i>	Die Innenwelt des Klienten wurde über den Vorschlag des Therapeuten, sich eine Treppe vor zu stellen, aufgerufen.
Klient	Es ist so, als ob die Angst da so herum schweben würde.	
Th.	Sag es mal der Angst direkt.	Der Klient wird zu einer direkten Ansprache aufgefordert, um Unmittelbarkeit in der Situation her zu stellen.
Klient	Ja, Angst du schwebst da so um meinen Kopf herum, du bist irgendwie immer da ...du machst mich ganz unsicher, so dass ich mir selbst nicht so richtig vertrauen kann.	
Th.	Reagiert die Angst darauf?	Der Klient wird in der direkten Konfrontation gehalten, damit seine Erfahrung von der Innenwelt sich erlebnisnah gestalten kann.
Klient	Die Angst ist wie ein grauer Ring. - Du bist wie ein grauer Ring, der so um meinen Kopf herum fliegt und... versuchst mich ein zu engen und ein zu pressen ...und du tust mir weh.	
Th.	Was passiert, wenn du der Angst das mitteilst?	Offene Frage, die der Willkür Raum gibt, Y- Situation mit mehreren Optionen, um den Energiefluss sich entfalten zu lassen.
Klient	Ich habe so ein Gefühl, als wäre dir das ganz egal, Angst ...so, als wärest du eben einfach da (ja)...und ich habe mich daran zu gewöhnen, aber ich will mich nicht daran gewöhnen. Das tut mir weh, mein Kiefer, da spüre ich den Ring so, den Druck...	
Th.	Schau mal, wie das ist, wenn du diesem Druck nachspürst, so weit, wie du es zulassen kannst	Arbeit mit der Hingabe an den Moment bzw. an Empfindungen, Gefühle und Körperreaktionen, um die Energieblockade auf zu spüren und den emoti-

		onalen Konfliktzustand sich aufbauen zu lassen.
Klient	...ist so ein Schmerz, das tut so weh! (<i>ja</i>) ...und ich möchte den nicht fühlen, ich will dich nicht fühlen, Schmerz ... immer wieder, immer wieder bist du da (<i>ja</i>)... Schmerz, du tust mir weh (Stimme wird dünn, tiefes Durchatmen) ... du tust mir weh... (<i>ja</i>)... Meine Kiefer, die haben Angst vor dem Weinen.	
Th.	Sag es deinem Kiefer direkt.	Direkte Konfrontation
Klient	Kiefer, ihr habt Angst vor dem Weinen (fängt leise an zu weinen)... (<i>ja</i>), dass das immer so weh tut...das tut so weh (weint)... immer wieder tut ihr weh, das tut so weh, das Weinen tut so weh!... (weint)...	
Th.	Spürst du, was deine Hände machen?	Wechsel der Reflexion der Bilder- zur Körperebene, um den Energiefluss aufrecht zu erhalten.
Klient	(weint) ...die streicheln meinen Bauch, die halten hier was fest.	
Th.	Sag es mal deinen Händen.	Direkte Konfrontation
Klient	(weint) Ihr haltet den Schmerz hier auf, das tut so weh, ich hab` so Angst davor, ich hab` so Angst, ich will das nicht mehr spüren!	
Th.	Sag das mal dem Schmerz.	Dem Energiefluss folgend wird der Abwehr in der direkten Konfrontation Raum geben.
Klient	Schmerz, ich will dich nicht mehr spüren, lass mich doch in Frieden... das tut so weh, aua (<i>ja</i>)...du quälst mich immer, hör auf mich zu quälen ...du bist einfach da, Tag und Nacht (<i>ja</i>) ...ich werde dich nicht los. Ich weiß nicht, wie ich dich loswerden kann ...ich sehe mich jetzt als kleines Kind.	
Th.	Dann sprich „die“ Judith mal direkt an. Wie alt bist du?	Aufforderung zur direkten Konfrontation auf der Ebene der Persönlichkeitsanteile (Primärebene/ Inneres Kind)
Klient	Ich kann dich nicht sehen, das tut mir so leid (weint). Das tut so weh (<i>ja</i>) ...drei oder vier (wimmert)... die ruft nach ihrer Mama.	
Th.	Sag es ihr direkt.	Direkte Konfrontation
Klient	Ich seh`, dass du nach deiner Mama rufst (weint) ...ist nicht da ...ist alleine (<i>ja</i>) ...es hört dich keiner ...du bist mit deinem Schmerz alleine.	
Th.	Wie ist das für dich, sie so zu sehen... alleine mit ihrem Schmerz?	Über die Aufforderung zur Rückkopplung wird der inneren Dialog zwischen der erwachsenen und der kindlichen Gefühlswelt angeregt und sichtbar gemacht.
Klient	Ich kann das nicht sehen, dass tut so weh	
Th.	Magst du ihr das sagen?	Y- Frage, um dem Klienten frei zu stellen in der Konfrontation zu bleiben.
Klient	Es fällt mir so schwer, dich zu sehen (weint)... ist so ein armes Kind... du tust mir so leid. Ich sehe dein Leid, ich sehe, wie alleine du bist... du hast dich ganz in dich zurück gezogen (<i>ja</i>)... <u>weil es sowieso nichts bringt, es hört dich sowieso keiner...</u>	
Th.	...aber du hörst sie ja gerade	Rückkopplung zum inneren

		Dialog: Wahrnehmungsebene des Erwachsenen.
Klient	Ja, ich kann dich hören (weint intensiv).... (ja)....du bist noch so klein.	
Th.	Bekommt sie das in irgendeiner Form mit, dass du sie hörst?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Kindes.
Klient	Sie kuckt mich jetzt ganz erstaunt an ... Kleine, ich möchte dich wieder zum Leben erwecken...dass du wieder lebendig wirst... (ja), ich sehe deine leeren Augen aber ich will dich wieder lebendig machen.	
Th.	Wie ist das für die kleine Judith?	Aufforderung zur Reflexion und des Ausdrucks der kindlichen Reaktion.
Klient	Ich sehe, dass du noch so durch mich durch kuckst, ich sehe, dass du mir das noch nicht so glaubst (ja) ...dass macht mich so traurig, es macht mich so traurig, wenn ich dich so sehe...	
Th.	Wo spürst du diese Traurigkeit? (im Körper)	Aufforderung zur Reflexion der Emotions- und/oder Körperebene.
Klient	Ich glaube hier so im Bauch... und ich esse dann immer so viel, damit ich das nicht spüren muss. Dann drückt das Essen hier so rein, dann spüre ich das nicht so.	
Th.	Ist das im Moment auch so?	Der Klient wird aus der assoziativen Erinnerung in die „Jetzt- Situation“ zurück geführt, um ihm ein unmittelbares Erleben zu ermöglichen.
Klient	Ich hatte das vorhin am Tisch, ja (weint)... dann bin ich zwar da, aber ich bin doch nicht da (genau) ...und dann fühle ich mich wie die Kleine... dann habe ich Angst, dass die anderen mich gar nicht wahrnehmen.	
Th.	Kannst du den anderen das mal sagen, die da auch am Tisch sitzen? Magst du es Ihnen sagen?	Y- Fragestellung, um dem Klienten frei zu stellen in der Konfrontation zu bleiben.
Klient	Ich bin ganz traurig (weint)... ich bin ganz traurig (ja)... alles tut so weh... der Schmerz, der tut so schrecklich weh... meine Kleine, die ist immer noch so traurig... (weint)... Ihr müsst mir helfen, ich weiß nicht, was ich tun kann... das tut so schrecklich weh...	
Th.	Hören sie dich?	Der Klient wird in der Konfrontation/ im Dialog gehalten, um den Kip- punkt des alten Erfahrungsmusters heraus zu arbeiten.
Klient	Die kucken jetzt auf... Ihr kuckt ganz erstaunt jetzt... ich sehe jetzt auch euer Erstaunen, dass ich mich geöffnet habe (ja)... und ich habe Angst, mich so zu zeigen. Ich habe Angst, dass ihr das nicht sehen wollt.	
Th.	Kannst du wahrnehmen, wie sie darauf reagieren?	Der Klient wird in der Konfrontation/ im Dialog gehalten...
Klient	Ich sehe jetzt, dass ihr ganz betreten seid und euch auch auf euer Essen konzentriert ...und dann werde ich auch wieder stumm. Dann denke ich Scheiße, was mache ich denn jetzt? Ich will ja, dass ihr mich seht, dass ihr meine Trauer seht, dass ihr mir helft	

	mit meinem Kind. Aua, mein Kiefer. Ich sehe, dass manche von euch jetzt wieder aufkucken, dass ihr mich ankuckt... (ja)... ist so ein großer Schmerz in mir (weint)... ich will den nicht mehr verstecken... ihr sollt den ruhig sehen...meine Angst... meine Angst, dass ihr mich dann nicht mehr mögt, weil ich mich zeige, wie ich wirklich bin (ja)...	
Th.	Kuck mal, wie sie darauf reagieren, wenn du ihnen das mitteilst, wenn du dich öffnest.	In der Aufforderung zur Konfrontation wird gleichzeitig die Abeichung vom Erfahrungsmuster hervorgehoben.
Klient	Manche kucken und sagen, das ist doch gar nicht schlimm.	
Th.	Wie ist das?	Aufforderung zur Reflexion der Gefühlsebene.
Klient	(weint)...aua...aua...aua... (ja)... Ich sehe, dass das für manche ganz normal ist irgendwie, die sagen: das ist gar nicht so schlimm, das kennen wir auch.	
Th.	Wie ist das für dich?	Aufforderung zur Reflexion der Gefühlsebene.
Klient	Jetzt kuck´ ich ganz erstaunt (lacht)...	(Kippunkt)
Th.	Ist die kleine Judith vielleicht in der Nähe oder kannst du sie mal dazu holen?	Es werden verschiedene Erinnerungsbilder aus unterschiedlichem Kontext miteinander konfrontiert, um über eine Umordnung(= Unordnung für das Unterbewusstsein) das Erfahrungsmuster (vorerst auf der Sekundärebene) zu kippen.
Klient	Ja, ich kann sie dazu holen, die Kleine, ich hole sie jetzt.	
Th.	Schau mal, wie das für die kleine Judith ist, wenn du dich den Menschen so öffnest	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebenen Kind/ Erwachsenenbewusstsein in Wechselbeziehung.
Klient	Die wird jetzt lebendig, ich seh´, du wirst jetzt lebendiger, Kleine. Ich hab` die so an meiner Hand (sag es ihr direkt) ja, ich hab´ dich so an meiner Hand, ich merke, dass du lebendiger wirst, dass du nicht mehr so stumm bist, weil du jetzt... weil du mich auch fühlst... und weil die anderen jetzt auch traurig sein dürfen. Jetzt fangen die anderen auch an zu weinen... sehe ich, die sind jetzt auch traurig und weinen (sag es ihnen direkt). Ja, ich sehe, dass ihr auch weint, ihr seid auch traurig (ja)... jeder hat seine Traurigkeit in sich.	
Th.	Wie ist das für dich, das zu sehen, diese Traurigkeit von ganz vielen Menschen?	Aufforderung zur Reflexion der Empfindung (Sekundärebene) mit der Hervorhebung der Abweichung vom alten Erfahrungsmuster.
Klient	Ich habe das vorher noch gar nicht gesehen und jetzt sehe ich, dass es euch auch so geht... und ich sehe eure Tränen und euren Schmerz (ja)... und es tut mir gut. Es erleichtert mir meinen Schmerz (ja)... der darf jetzt auch da sein. Jeder Schmerz darf jetzt da sein, ob groß oder klein, jeder Schmerz darf sein... jetzt sehe ich, dass die Kleine auch an-	

	fängt zu weinen... (weint selbst)... kleine Judith darf jetzt auch weinen (ja)... es ist ganz normal, dass sie weinen darf... die anderen geben ihr jetzt auch ein Tuch... du sitzt da ganz selbständig, sehe ich und weinst einfach, so wie die anderen auch... ist gar nicht so schlimm... Ich sehe, dass deine Augen sich verändern, Kleine.	
Th.	Wie sehen diese Augen aus?	Aufforderung zur Reflexion der kindlichen Reaktion.
Klient	Ich sehe durch die Tränen jetzt, dass da so ein Schimmer kommt... ein Stück Lebendigkeit kommt da rein.	
Th.	Kuck mal, wie das für dich ist, die Lebendigkeit zu sehen.	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Erwachsenen.
Klient	(weint)... rührt mich so... kleine Judith (weint)... ich hab' dich so lieb (ja)... ich freue mich, dass du jetzt weinen kannst... ist jetzt o.k., dass du weinen darfst.	
Th.	Wie ist das für sie, wenn du so mit ihr sprichst, schau mal...	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Kindes.
Klient	Das tut dir gut, du hast jetzt keine Angst mehr, du fast jetzt Vertrauen zu mir. Ich sehe, wie die Tränchen kullern (ja)... sie freut sich, dass ich sie jetzt nicht mehr weg dränge. Ich sehe, dass du mit deiner Traurigkeit da sein darfst, Kleine...	
Th.	Hast du einen Impuls, wenn du sie so siehst?	Der Klient wird ohne Vorgabe aufgefordert seinen Impulsen zu folgen, um ihn in seinem Energiefluss zu lassen, aus dem sich neue Reaktionsmuster bilden können.
Klient	Ich möchte sie gerne in den Arm nehmen	
Th.	Schau mal, wie das für dich möglich ist.	Der Klient wird in seinem Impuls unterstützt.
Klient	Kleine, willst du, dass ich dich in den Arm nehme?... Ja, (starkes Weinen)... ...du kannst jetzt in meinen Armen weinen, ich lasse dich so lange weinen, wie du willst (ja) ...du darfst jetzt traurig sein so, wie du bist...	
Th.	Kannst du wahrnehmen, wie das für sie ist?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Kindes.
Klient	Ich sehe, das tut dir gut, Kleine. Du entspannst dich, weinst einfach und fühlst dich sicher jetzt in meinem Arm. (ja)... ich lasse sie einfach weinen... <u>Ich sage keine blöden Sprüche</u> ... lasse sie einfach weinen, halte sie nur fest... streichele ihr über ihren Kopf und ihre Haare... und lasse ihr Raum... Kleines....(Musik zur Unterstützung des Gefühlsflusses)	
Th.	Was ist das für ein Gefühl, sie im Arm zu halten?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Erwachsenen.
Klient	Das ist schön... ist das jetzt... ich merke auch, dass du dich langsam beruhigst, Kleine... das du anfängst, dich so ein zu kuscheln... und die Sicherheit spürst in meinen Armen... ich streichele ihr jetzt so über die Haare und über die Wange... und gebe ihr einen Kuss... und lasse dir Zeit... lasse dir Zeit, traurig zu sein... dich geborgen zu fühlen (weint)... geborgen und sicher...(ja)... du kannst immer zu mir kommen, wenn du traurig bist, dann tröste ich	

Th.	dich und halte dich... Spürst du deinen Atem?	Aufforderung zur Reflexion der Körperebene. <i>Der Impuls wird nicht aufgegriffen.</i>
Klient	...Ich spüre auch dein Herz... ich spüre dein Herz, kleines Kinderherz... ich merke, wie du ruhiger wirst, (ja)... dich beruhigst... dein Körper sich entspannt...du brauchst nicht mehr alles in dich rein zu stopfen (ja)... du kannst jetzt sagen, wenn du traurig bist, dass du traurig bist...	
Th.	Kannst du wahrnehmen, wie sie darauf reagiert?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Kindes
Klient	Die findet das ganz normal... das ist ganz normal, dass jemand traurig ist... <u>du brauchst dich nicht mehr verstellen</u> , Kleine.	
Th.	Hast du eine Idee, warum sie sich verstellen musste?	Die Interpretation des Klienten wird abgefragt, um den Kontext des emotionalen Konfliktzustandes auf zu decken.
Klient	Ja, ich glaube, sie hat halt Angst, dass sie nicht mehr geliebt wird... die Mami, die mochte sie nie, wenn sie traurig war... (ja)...	
Th.	Du kannst sie fragen, ob das so war oder ist.	Die Interpretation des Klienten wird weiter abgefragt.
Klient	Was ist los, Kleine, warum verstellst du dich?... Ja, sie sagt, dass sie nicht traurig sein durfte... das hat sie so hart gemacht und dann hat sie das weg gelacht (ja)...	
Th.	Wem magst du das sagen, dass sie ihre Traurigkeit weg lachen musste, sich verstellen musste?	Rückkopplung zum inneren Dialog in Y- Fragestellung, um den Kontext des emotionalen Konfliktzustandes sich weiter aufbauen zu lassen.
Klient	Ich sage das ihrer Mama, ich nehme sie jetzt an die Hand...(ja)... und ich zeig´ ihr das jetzt: kuck mal, was du gemacht hast... du hast das Kind ganz unglücklich gemacht (ja)... und dick und fett, weil es vor Trauer isst... es weiß gar nicht, wohin mit der Trauer.	
Th.	Kannst du sehen, wie deine Mutter darauf reagiert?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Mutteranteils auf der Primärebene.
Klient	...das ist alles Quatsch, sagt sie. <u>Das ist alles grosser Quatsch. Das ist so Gefühlskram, der stört nur...</u>	
Th.	Aha, was macht das mit dir, das zu hören?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Erwachsenen.
Klient	Es macht mich wütend, es macht mich total wütend, wenn du so einen Scheiß erzählst. Kuck mal was du angerichtet hast bei der Kleinen (ja)... du, du bist ´ne eiserne Fassade, bist du... du bist ein Schreckgespenst der Beherrschung... aber ich will nicht, dass die Kleine da weiter drunter leidet. Du bist ganz versteinert, bist du, ganz hart... hart, hart, hart, hart, hart... aber die Kleine, die soll leben	
Th.	Kannst du sie dabei anschauen, wenn du ihr das sagst oder schaust du sie an?	Aufforderung zur direkten Konfrontation auf der Ebene der Persönlichkeitsanteile.

		(Primärebene)
Klient	...irgendwie verschwindet die jetzt, die Mutter	
Th.	Was ist da jetzt?	Der Klient wird in die Jetzt-Situation zurück gebracht.
Klient	...die dreht sich irgendwie rum, die will das nicht hören. Ich sehe, du willst das nicht hören.	
Th.	Wie ist das, das sie sich einfach weg dreht?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Erwachsenen.
Klient	...ich sehe deine Angst, ich sehe deine große Angst, Gefühle zu zeigen (ja), was ist denn nur los mit dir, dass du so hart geworden bist wie ein Stein?	
Th.	Reagiert sie darauf?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Mutteranteils.
Klient	Sie hält sich die Ohren zu... Ich nehme jetzt die Kleine und gemeinsam stellen wir uns jetzt wieder vor sie und die Kleine... die Kleine fasst sie jetzt so an... irgendwie ...(ja)... (tiefes Ausatmen)...	
Th.	Die Kleine, die fasst sie jetzt einfach an... (ja)...	(Kippunkt)
Th.	Wie ist das, was empfindest du?	Aufforderung zur Reflexion der Empfindungsebene.
Klient	Mein Gott...(tiefes Ausatmen)...	
Th.	Was machen deine Hände?	Aufforderung zur Reflexion der körperlichen Reaktion, um den Energiefluss aufrecht zu erhalten.
Klient	...(tiefes Ausatmen)...ich halte die vor die Augen...so wie meine Mutter (ja). Die Kleine steht zwischen uns. Ich sehe jetzt den Spiegel, meine Mutter ist ein Spiegel... das geht ganz schön durch (tiefes Ausatmen)...	
Th.	Wie fühlt sich das an, dieses durch dich durch Gehen?	Aufforderung zur Reflexion der Empfindung auf der Körper- und/oder Gefühlsebene.
Klient	Aaah...aaah.... (Schluchzen) ...da sitzt so ein Schrei... aaah	
Th.	Geh mal mit deiner Wahrnehmung dorthin, wo du den Schrei vermutest... ...nur wahrnehmen, und dann schau, wie dein Körper reagieren will...	Arbeit mit der Hingabe an den Moment bzw. an Empfindungen, Gefühle und Körperreaktionen, um die Energieblockade auf zu spüren und den emotionalen Konfliktzustand sich aufbauen zu lassen.
Klient	Aua.... aua...aua...aua..... das ist, als wenn so ein Pfeil mein Herz durchbohrt (ja)...aua, dass tut so weh (Weinen)...aua...aua...das habe ich nicht gewollt.	
Th.	Wem sagst du das gerade?	Rückkopplung zum inneren Dialog in Y- Fragestellung, um die Situation sich weiter entfalten zu lassen.
Klient	Meiner Mutter... jetzt wird mit schlecht, jetzt kommt dieses ganze Essen hoch, habe ich den Eindruck... Mutti, ich will das nicht mehr runter stoppen, will nichts mehr in mich hineinstopfen. Lass uns versöhnen miteinander (weint)... mein Herz tut so weh... und ich sehe dich so versteinert, so wie ich auch bin... dass wir beide unsere Gefühle nicht zeigen... und die Kleine hat uns beide einfach angefasst... (weint) ...meine Mutti, ich sehe jetzt, sie nimmt auch die Hände vom Gesicht und kuckt mich so an (weint)... kuck mich ganz lieb an... (ja)...	

Th.	Kannst du ihr sagen, wie das für dich ist?	Aufforderung zur direkten Konfrontation auf der Ebene der Persönlichkeitsanteile (Primärebene).
Klient	(Ausatmen)...ich muss mich mal setzen.	
Th.	Ja, mach das, hier ist ein Tuch...	
Klient	...(Weint)...das tut so weh... Mama, das tut so weh...aaah... ich möchte, dass das aufhört, ich möchte mich versöhnen mit dir...	
Th.	Hört deine Mutter dich?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Mutteranteils
Klient	Ja.	
Th.	Kannst du auch wahrnehmen, wie sie auf dich reagiert, auf das, was du ihr sagst?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Mutteranteils.
Klient	Ich sehe, du bist auch berührt, Mama, du setzt dich jetzt auch hin...sie sagt, ich soll kommen... jetzt ist der Schwindel wieder da, es dreht sich alles... Gerade war das auch so, als wenn meine Oma da auch ist und meine Mutter mit meiner Oma so verschmilzt, kann das sein?	
Th.	Du kannst auch noch einmal kucken...	Der Klient wird auf seine innere Wirklichkeit/sein inneres Wissen zurück geführt.
Klient	Ja, meine Oma... du warst auch so hart, deshalb vielleicht...	
Th.	...oder sie fragen, wenn du es wissen möchtest...	Die Interpretation des Klienten wird abgefragt, um den Kontext des emotionalen Konfliktzustandes auf zu decken.
Klient	Ja Oma, wieso bist du jetzt da? Ich möchte wissen, wieso du jetzt aufgetaucht bist ... (tiefes Ausatmen) ...meine Oma sagt jetzt: ich kann deine Mutti nicht leiden... Und was hat das jetzt mit meiner Mama zu tun, Oma?... Sie sagt, die hat auch ihre Gefühle verdrängt, versteckt und so ist das immer weiter gegeben worden...	
Th.	Kannst du sehen, wie deine Mutter darauf reagiert?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Es werden verschiedene Erinnerungsbilder aus unterschiedlichem Kontext miteinander konfrontiert, um über eine Umordnung (=Unordnung für das Unterbewusstsein) das Erfahrungsmuster (jetzt auf der Primärebene) zu kippen.
Klient	Ja: ich sehe Mama, du bist auch ganz entsetzt, obwohl du das schon immer gefühlt hast, aber es ist was anderes, wenn man das plötzlich so sieht und hört (<i>ja</i>)... und du tust mir auch leid. Lass uns zusammen zu meiner Oma gehen mit meiner Kleinen... damit endlich mal Schluss ist in der Familie, dass wir Ruhe finden... du und ich und die Kleine... Wir gehen jetzt zu meiner Oma. Das ist witzig, meine Mutter <u>stellt sich jetzt genau so an wie ein kleines Kind</u> (lacht)... Ich sehe jetzt auch deine Angst Mama (<i>ja</i>)... wie du dich versteifst. Lass uns gemeinsam zu der Oma gehen... wir gehen jetzt alle drei, halten uns jetzt an der Hand... jetzt hat meine	

	Oma auch keine Chance, bei drei Frauen ... (lacht) ...das ist witzig: meine Oma sitzt da jetzt immer noch auf ihrem Stuhl, so herrisch... komischer Gesichtsausdruck und wir kommen da zu dritt... Ich sag jetzt meiner Oma, was ich erfahren habe und das die kleine Judith dahinter gekommen ist, dass das jetzt so nicht weiter geht und dass wir das lösen müssen. Meine Oma kuckt uns drei ganz erstaunt an und...	
Th.	...sprich sie ruhig direkt an..	Direkte Konfrontation
Klient	Ja Oma, ich sehe, das du ganz erstaunt kuckst, so was kennst du gar nicht, das man offen was sagen kann, wie man sich fühlt... und jetzt, wo die Mutti auch dabei ist, kannst du nicht mehr hinter herum lästern, oder so... du musst ihr das jetzt schon direkt sagen, wie du sie findest und was du gegen meine Mama hast...	
Th.	Wie reagiert sie?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Grossmutter-Anteils.
Klient	Ich sehe, du schämst dich, Oma... und ich sehe jetzt, dass du auch traurig wirst, Oma...	
Th.	Wie geht es dir damit, sie so zu sehen?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Erwachsenen.
Klient	...Ich kann das gar nicht fassen, unsere harte Oma... unsere harte Oma weint (ja)...	(Kippunkt)
Th.	Du kannst ihr deine Empfindung mitteilen.	Aufforderung zur direkten Konfrontation auf der Ebene der Persönlichkeitsanteile (Primärebene).
Klient	Ja Oma... ich bin so erstaunt, dass du Gefühle zeigst, dass du menschlich wirst und weich... ich sehe jetzt auch, dass meine Mami weint (ja)... und die kleine, die sitzt schon auf dem Schoss von meiner Oma. Die sagt: Oma, so ist das jetzt richtig...	
Th.	Schau mal, wie es dir geht, wenn du die drei so siehst.	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Erwachsenen.
Klient	Das macht mich ganz glücklich.	
Th.	Das kannst du ihnen auch sagen.	Aufforderung zur direkten Konfrontation.
Klient	Es macht mich ganz glücklich, wenn ich euch so sehe, es macht mich so glücklich ... und die Kleine ... Kleine, du bist so klug, du bist so süß... die streichelt jetzt der Oma über die Wange... und meine Mutter, die ist so halb sitzend, halb stehend auf dem Schoss, hat sich jetzt auch an meine Oma gelehnt... ja, und die Omi, die umfasst die jetzt mit ihren Armen, die Grosse und die Kleine... ja, so ist es gut... aber ich will auch dazu (lacht)... ich komme auch zu euch und gehe noch mit in den Kreis und lehne mich so an meine Oma und spüre ihr Herz... ist ganz weich. Oma, du fühlst dich ganz weich an... (Musik, um den Gefühlsfluss zu unterstützen)...	
Th.	Kuck mal, wie deine Oma darauf reagiert	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Grossmutter- Anteils.
Klient	(weint)... sagt, ich habe auch so viel Traurigkeit, ich habe so viel Traurigkeit in mir... keiner hat sie gesehen. Und ich sehe jetzt auch meine Oma- die ist so dick, weißt du - ich sehe jetzt, dass die dünner wird, dadurch, dass die Traurigkeit das alles	

Th.	wegschwemmt ...(weint)...	
Th.	Wie geht es dir damit?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Erwachsenen.
Klient	Ich bin so froh... (weint)..., ich bin so froh, Oma, dass du jetzt auch ein ganz normaler Mensch wirst, zu einer Frau auch wirst, du wirst viel fraulicher jetzt und weicher... ach Oma... (weint)... das ist schön.	
Th.	Schau mal nach der Kleinen.	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Kindes
Klient	Für die ist das jetzt fast schon ganz normal. Ja Kleine, für dich ist das jetzt schon alles normal... jetzt nickt sie so mit dem Kopf und streichelt auch der Oma über die Wange und meiner Mutti... und mir...	
Th.	Wie ist das für dich, das die Kleine dir über die Wange streicht?	Aufforderung zur Reflexion der Gefühlsebene des Erwachsenen.
Klient	...das ist schön, ich kann das jetzt auch annehmen ...(weint)... so kleine Hände... so kleine Kinderhände (ja) ..., ganz zart, das macht mich glücklich... du machst mich glücklich, Kleine... ich hab dich lieb...(weint)... du bist das Wichtigste für mich... ich freue mich für dich, dass du lebst und lebst...	
Th.	Kann deine Mutter euch wahrnehmen?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Mutteranteils.
Klient	...ja, ich sehe, dass du neidisch wirst... <u>du brauchst nicht neidisch werden, kannst das auch machen...</u> ich merke jetzt, wie sie sich traut auch ihre Zärtlichkeit zu zeigen... und auch meine Oma... Oma, die Haare haben sich jetzt auch gelöst, du hast immer so einen Dutt gehabt, jetzt lösen sich die Haare und fallen so um ihren Kopf und du siehst jetzt viel schöner aus, Oma... viel weicher, viel fraulicher... Das ist jetzt richtig schön... und irgendwie fangen wir jetzt an zu lächeln... jeder hält jeden im Arm... und jetzt lächeln wir uns zu... und jeder streichelt den anderen so... (berührt ihren Körper) und das ist jetzt ganz normal.	
Th.	Spür mal wie sich dein Körper anfühlt, wenn er gestreichelt wird.	Aufforderung zur Reflexion der Körperebene, um das positive Gefühl zu ankern.
Klient	Schön ist das, ich fühle mich jetzt so eins mit den anderen und das ist normal, so was...ja, das ist schön... mit meiner Oma, mit meiner Mama und auch die Kleine...	
Th.	Ist da noch etwas, was du mitteilen möchtest oder dem du dich im Moment zuwenden möchtest?	Den Impulsen des Klienten wird Raum gegeben, um die gekippte Situation sich weiterhin entfalten zu lassen.
Klient	Ich bin dir dankbar, Kleine, dass du uns zusammen geführt hast... (ja) ...und das wir Frauen, obwohl wir jetzt weinen viel, viel stärker geworden sind... auch, weil wir jetzt wissen, dass wir eine Familie sind und zusammen halten... braucht sich keiner mehr verstellen, wir sind jetzt ehrlich geworden, dass ist schön...	
Th.	Wie reagiert die kleine Judith darauf?	Rückkopplung zum inneren Dialog: Wahrnehmungsebene des Kindes.
Klient	Die freut sich jetzt (ja)..., fängt jetzt an zu lachen,	

Th.	die Kleine... ein süßes Kinderlachen Kannst du Ihre Freude auch in dir spüren?...irgendwo im Körper?	Aufforderung zur Reflexion der Körperebene, um die neue Erfahrung (positiver Kontakt zum inneren Kind) sich integrieren zu lassen.
Klient	Ja, in meinem Herzen (<i>ja</i>)... das tut meinem Herzen gut, Kleine, wenn du lachst (<i>ja</i>)... als wenn das stärker durchblutet wird... oh, das ist entspannend auch, ist das schön... wir kuscheln jetzt alle miteinander (lacht)... <u>das habe ich noch nie gemacht</u> ... das ist schön... das ist natürlich. Meine Oma hat ihre Haare offen... und auch meine Mama macht mit und ich und die Kleine... wir liegen jetzt alle zusammen da (<i>ja</i>)... das ist schön, ja...	
Th.	Spürst du dieses schöne Gefühl auch in deinem Körper?	Aufforderung zur Reflexion der Körperebene (Ankerung).
Klient	...der entspannt sich jetzt und der kann jetzt auch normal werden, braucht sich nicht mehr voll zu stopfen, ich spüre in ihm so das Vertrauen zueinander... und die Kleine liegt so in der Mitte und genießt das, mit den Grossen zusammen zu sein... und sagt: so fühle ich mich wohl... Das gibt mir Vertrauen... sie sagt: so kann ich groß werden (<i>ja</i>), so kann ich wachsen...	
Th.	Schau mal, ob du mit diesem Gefühl von Vertrauen jetzt zu dieser dunklen Treppe gehen kannst... wie sieht die jetzt aus?	Der Klient wird aufgefordert in das Anfangsbild von der Treppe zu gehen, um die emotionale Veränderung zu überprüfen.
Klient	Das ist jetzt so eine weiße Marmortreppe geworden, die ist breit auch jetzt und die Kleine, die hat keine Angst mehr, die geht da jetzt ganz selbst bewusst und normal wie ein Kind... (weint)... ganz normal die Treppe runter (<i>ja</i>)... ganz normales, kleines Mädchen... ganz so für sich, so in Gedanken, wie so Kinder eben sind...	
Th.	Was ist das für eine Empfindung sie so zu sehen, so ganz bei sich und in sich ruhend?	Aufforderung zur Reflexion der Empfindungsebene unter Hervorhebung der Veränderung des Verhaltensmusters.
Klient	Das tut mir gut Kleine, wenn ich dich so sehe, du machst mich glücklich, ich freue mich so... <u>du bist wieder Kind geworden... darfst Kind sein</u> (<i>ja</i>)...	
Th.	Zeig doch mal deiner Oma und deiner Mutter die Kleine, wie sie unbeschwert die Treppe hinuntergeht.	Die Persönlichkeitsanteile, die mit dem Muster im Zusammenhang stehen, werden mit der neuen Situation konfrontiert.
Klient	Ja, die sind jetzt auch gerührt, sehe ich. Mutti, du weinst... Oma. Du schämst dich ein bisschen.	
Th.	Hast du eine Idee wieso sie sich schämt?	Die Interpretation des Klienten wird abgefragt, um den Kontext des Konfliktzustandes auf zu decken.
Klient	Ja, du hast ihr das wahrscheinlich nicht zugetraut. Du hast immer etwas anderes in der Kleinen gesehen (<i>ja</i>)... aber das ist jetzt o.k. so und jetzt sehe ich auch, das du dich wieder verwandelst, Oma. Jetzt wirst du wieder schmaler und mit den Haaren, die sind offen und dein Gesichtsausdruck verändert sich (<i>ja</i>)..., jetzt freust du dich mit der Kleinen	

	...und auch meine Mama freut sich jetzt, sehe ich. Sie sagt: Gott sei dank hört dieses Familiendrama auf... so, als ob ein Fluch auf der Familie gelegen hätte (ja) ...das die Kleine lebendig geworden ist, das ist gut! ...das ist so, als wenn diese Versteinerung jetzt so aufhört zwischen den Generationen, ...dass die auch lebendig geworden sind... (ja)... jetzt halten wir der Kleinen die Hände entgegen ...sie kommt lachend die Treppe `runter ...und sie freut sich, dass wir da unten stehen. Du freust dich Kleines, dass wir alle jetzt verwandelt sind... Wir haben uns alle verändert jetzt ...sind lebendig geworden. Wir halten uns jetzt an den Händen... und freuen uns jetzt alle, sagen, das es gut ist. Ja, das ist ein schönes Gefühl jetzt.	
Th.	Schau mal wo ihr mit diesem schönen Gefühl als Gemeinschaft euch hinbegeben möchtet. Wollt ihr dort bleiben oder gibt es einen anderen Ort, der euch jetzt anzieht?	Dem Klienten wird die Möglichkeit gegeben, das schöne Gefühl an einem angenehmen Ort zu ankern.
Klient	Meine Oma, die hatte so eine schöne große Küche... da gehen wir jetzt hin... Frauen unter sich, (lacht) irgendwie so was. Wir machen jetzt was zusammen, wir sitzen jetzt alle um den Tisch, ja das ist schön... das ist so heimelig jetzt (ja)...Es sind nur wir Frauen und die Kleine fühlt sich auch ganz wohl jetzt.	
Th.	Was macht ihr da?	Der Klient wird bestärkt, den neuen Erfahrungsspielraum auszuprobieren (Ankerung).
Klient	Was könnten wir denn mal machen? Vielleicht zusammen Plätzchen backen... Jeder macht was anderes, Jeder macht andere Figuren und die Kleine, die kann auch helfen... so Sachen ausstechen oder mit dem Pinsel so da drüber malen... das ist schön, wir sind jetzt alle irgendwie zusammen... da ist jetzt eine Verbundenheit, merke ich... schön ist das, ja...	
Th.	Möchtest du eine Musik haben?	Die Musik wird eingesetzt, um die positive Erlebnisqualität zu unterstützen.
Klient	Ja, was fröhliches aber nicht zu lustig... (Wir suchen zusammen Musik aus, die Klientin bleibt anschließend für sich.)	Dem Klienten wird Raum zum Nachspüren und zur Reflexion gegeben.