

Claudia

Zweite Session

09.04.05

Die Klientin ist häufig auf.-bzw. überdreht. Fühlt sich oftmals wie ein Fähnchen im Wind. Ihre Gefühlslage schwankt dabei von himmelhoch jauchzend hin zu, zu Tode betrübt. Die Trennung ihrer Eltern ging ihr sehr nach. Es fällt ihr sehr schwer den neuen Lebensgefährten ihrer Mutter zu akzeptieren. Mit ihrer Schwester erfährt sie immer wieder heftige Auseinandersetzungen, worauf sie sehr impulsiv reagiert und sich dabei häufig in Tränen auflöst. Auf der körperlichen Ebene hat sich vor einigen Jahren ein nässender Hautausschlag manifestiert.

Die Namen wurden geändert.

Nach der einleitenden Entspannung (Entspannungstext 1: Tiefenentspannung) befindet sich die Klientin in einem Gang.

Th. Wo bist du Claudia?

Kl. Ich glaub ich bin in dem Gang.

Th. Bist du die Treppe runter gegangen?

Kl. Ja.

Th. Und jetzt bist du in einem Gang?

(Hier und jetzt)

Kl. Ja.

Th. Was nimmst du wahr in diesem Gang? Gibt es da Türen?

Kl. Links von mir sind Fenster. Da ist direkt rechts eine Tür.

Th. Spür mal hin, wo zieht es dich hin, innerhalb dieses Ganges? Was ist dein Impuls?

(Wo geht die Energie hin?)

Kl. Ich will durchgehen, ich will Geradeausgehen. Er ist so lang, der Gang, ich will wissen was da ist.

Th. Gut, dann geh den Gang einmal entlang.

(Ich ermutige die Klientin ihrem Energiefluss zu folgen)

Kl. Da wird es dunkel.

Th. Schau mal ob du einen Lichtschalter entdecken kannst.

Kl. Mmm ja.

Th. Gut, dann knips das Licht mal an.

Kl. Sieht so ein bisschen aus wie ein Krankenhausflur. Mhm, sieht aus wie ein Krankenhaus.

Th. Sagt dir das etwas? Kennst du das irgendwoher?

(Ich greife den letzten Impuls auf, um damit weiter zu gehen, in eine Situation die sie aus ihrem Leben kennt.)

Kl. Ja. Das ist das Zimmer in dem wir gelegen sind als wir die Mandeln und Polypen rausgekriegt haben, mit dem Clown dran. Das ist genau der gleiche Clown.

Th. Mhm, an der Tür hängt ein Clown?

Kl. Wahrscheinlich mittlerweile nicht mehr. Aber damals.

Th. Jetzt in diesem Moment ist er aber da?

(Hier und jetzt)

Kl. Ja, jetzt ist er da.

Th. Gut Claudia. Willst du da mal reingehen?

Kl. Mhm, ich habe das Gefühl dass es mich da reinzieht.

Th. Gut, dann betrete den Raum jetzt.

(spiele Tür öffnen von der Geräusche-CD ein)

Kl. Da sind die drei Betten.

Th. Drei Betten. Du sagtest vorhin etwas von wir. Wir lagen da mit Mandeln und Polypen.
Wer ist wir?

Kl. Die Bella (Ihre Schwester) und ich und noch ein Junge, der liegt da in seinem Bett. Seine Mama ist auch da. Ich glaube dem hat man auch die Mandeln und Polypen raus genommen. Sie war immer da. Sie sitzt auch jetzt da. Die scheinen mich nicht wirklich zu realisieren.

Th. Sag es ihnen direkt. Sag ihnen, wie du sie wahrnimmst.
(Hier und jetzt)

Kl. Ihr seht mich nicht, ich hab das Gefühl, ihr seht nicht dass ich rein gekommen bin.
Ihr habt's nicht gehört. Irgendwie ist es seltsam. Ich weiß nicht wo wir sind.

Th. Wo ist die Bella?

Kl. Nicht da, komisch.

Th. Dann beschreib mir doch bitte mal den Raum etwas genauer.

Kl. Da sind Fenster gegenüber der Tür, die Betten stehen quasi quer und im hintersten liegt der Junge. Dann kommt das mittlere Bett, in dem lieg ich und im äußeren an den Schränken liegt die Bella. Da sind die Schränke und dann geht's um die Ecke zur Tür. Ja.

Th. Was willst du jetzt machen? Es hat dich ja hier rein gezogen. Ist da irgendwas Bedeutsames?

Kl. Ich weiß nicht, was will ich da?

Th. Sieh dich einfach mal um und spür hin, was du tun möchtest.
(Bringe die Klientin mit ihrem Körpergefühl in Kontakt)

Kl. Ich möchte mich in den Arm nehmen. Ich glaub ich schlafe. Mhm, ich glaub das ist nach der OP.

Th. Wie ist das, siehst du dich da im Bett liegen?
(Ich möchte wissen, ob sie sich dissoziiert oder assoziiert wahrnimmt)

Kl. Ich spür mich im Bett liegen. Irgendwie sehe ich mich und irgendwie auch nicht.
Ich sehe meinen Gesichtsausdruck ich sehe wie ich schlafe, andererseits... es ist ganz komisch. Ich kann's nicht genau erklären. Ich kann mich in den Arm nehmen und halten.

Th. Wie darf ich das verstehen? Machst du das selbst, oder ist da die große Claudia, die die kleine Claudia jetzt in den Arm nimmt?

Kl. Ja, da ist die große Claudia und die nimmt die kleine Claudia in den Arm. Da sind Mama und Papa. Die gehen erst zur Julia. Ich bin wieder allein mit mir.

Th. Spür mal hin wie das so ist, die kleine Claudia im Arm zu halten.
(Rückkopplung)

Kl. Es fühlt sich gut an, aber die kleine Claudia fühlt sich komisch an. Die fühlt sich nicht gut an. Die fühlt sich... weiß nicht, wirkt so, wirkt so traurig.

Th. Sag ihr das mal direkt was du da so empfindest, wenn du die kleine Claudia im Arm hältst.

(Hier und Jetzt)

Kl. Wenn ich dich im Arm halte werde ich traurig. Du fühlst dich traurig an. Ich fühl mich traurig an. Jetzt kommen Mama und Papa zu mir. Ich weiß noch wie es war, als ich aufgewacht bin. Ich konnte gar nicht sprechen. Hab gar nichts sagen können. Ich hab gar nicht gewusst wo ich bin, oder, oder was da los war.

Th. Kannst du noch mal in die Situation gehen, als du aufgewacht bist nach der OP? Wie das für dich war und das dann deinen Eltern sagen.

Kl. (Ab hier wird die Situation nochmals durchlebt)

Aber da ist meine Stimme so komisch. (ängstlich, weinerlich) Mama, Mama wo bin ich denn? Mama gib mir deine Hand. Ja, Ok. Die Mama sagt, ich soll versuchen zu schlafen. Ich will was trinken. Mama, Mama, Mama ich hab Durst. Ich will ne Fanta...ich will aber.

Ich hab aber Durst. Ich will aber jetzt was trinken. Oh Mann Papa, dann gib du mir was. Bitte, bitte hol mir was zu trinken. Ich kann aber keine Stunden warten. Mein Hals ist ganz nass, mein Kissen ist ganz nass. Mama, ich glaub die Kühlmanschette läuft aus. Das ist eklig. Krieg ich ne Neue?

Geh doch schnell zur Schwester, ich will nicht warten, es ist so nass. Hallo Schwester, danke, ja danke, viel besser.

Th. Wie geht es dir jetzt?

Kl. Besser. Ich will dass Mama und Papa jetzt gehen. Weil wenn Mama und Papa nicht mehr da sind, dann springen wir immer durchs Bett. Dann springen wir immer von Bett zu Bett, im Kreis (lacht) und wenn die Schwester reinkommt lassen wir uns einfach fallen. Nein, wir haben gar nichts gemacht. Gute Nacht. Ja wir sind jetzt ganz ruhig. (lacht)

Th. Also ist die Bella jetzt auch da?

Kl. Ja. Ich hab Hunger. Hmm, da ist die Tüte mit den Brotkrusten. Da ist sogar noch 'ne Brezel drin. Neujahrsbrezel. Whow! Die Schwester kann man um die Uhrzeit eh nicht nach was zu essen fragen.

Oh das kratzt, das kratzt den ganzen Hals auf. Aber es schmeckt so gut, ich hab so Hunger. Jetzt schmeckt mein ganzer Mund nach Blut. (lacht) Jetzt ist der nächste Tag und ich kann nicht sprechen, weil ich mir die ganzen Wunden aufgekratzt habe.

Also Claudia, da hast du echt Scheiß gebaut, warum isst du auch Brotkrusten? Ja ich weiß, dass das Mama und Papa auch gesagt haben. Du bist doch dumm, warum isst du auch mitten in der Nacht trockenes Brot? Nein, nicht weinen, das ist doch nicht schlimm. Jetzt kannst du halt eine Woche länger nicht reden. Oh, ist doch in Ordnung, damit kannst du doch auch leben, dafür kriegst du ja auch extra Eis. (lacht) Genau, immer das Positive sehen. Nee, du musst keine Angst haben, deine Stimme wird wieder ganz normal. Jetzt bin ich wieder glücklich.

Jetzt geh ich, das kleine Mädchen bleibt und ich geh.

Th. Hast du das Gefühl alles erledigt zu haben was es da zu erledigen gibt?

Kl. Ja.

Th. Gut, dann wollen wir mal weiter auf Entdeckungsreise gehen.

Kl. Die kleine Claudia ist jedenfalls mit einem lächelnden Gesicht dagesessen und war zufrieden.

Th. Schön. Was möchtest du jetzt tun?

Kl. Ich glaub ich geh noch kurz zum Papa. Der hat doch den Bauch operiert gekriegt.

Th. Zur gleichen Zeit?

Kl. Nein, letztes Jahr. Aber ich will zu ihm gehen.

Hallo Papa! Und du, kuckst du dir wieder die Kochsendung an? Ich versteh das gar nicht, wenn ich du wär, würd ich mir gar kein Essen ankucken wollen. Da wirst du doch verrückt, nur ankucken und nichts essen. Ich würde sterben Papa, ich könnte das nicht. Was heißt hier nur vier Monate oder drei, das ist für mich viel zu lang. Wenn ich so lange nichts essen dürfte, phua. Aber man sieht's dir ja auch an. Bist ja nur noch ein Hungerhaken. Ja, ich weiß, ich soll mir keine Sorgen machen, aber kuck doch, du siehst überhaupt nicht fit und nicht gesund aus. Gar nicht gesund. Aber ich hab dich trotzdem so, so lieb.

Th. Wie reagiert dein Vater darauf?

Kl. Er nimmt mich in den Arm. (seufzt) Ich mache mir solche Sorgen. Ich würde ihm gerne helfen.

Th. Ja, sag's ihm direkt.

(Fordere die Klientin auf in die direkte Konfrontation zu gehen)

Kl. Papa, ich würd dir so gern helfen, kann ich irgendwas machen für dich? Außer noch 'ne Kochzeitschrift für dich zu kaufen. Was! Auch noch zwei? Nee, ich kauf sie dir, gib mir kein Geld, ich kauf sie dir. Ich komme gleich wieder, ja, ja bis gleich.

Th. Was tust du gerade Claudia?

(Nach längerem Schweigen wollte ich wissen wo die Klientin sich befindet)

Kl. Ich bin unterwegs, die Zeitschriften kaufen. Bin auf dem Rückweg.

Komisch, jetzt bin ich nicht beim Papa im Zimmer, jetzt bin ich beim Andy.

Tschuldigung Andy, ich wollte zum Papa, ich wollte nicht zu dir, ich wollte dich nicht stören. Ich geh schon, ich geh schon. Bescheuert, wie kann man ins falsche Zimmer rein rennen?

Th. Und, wie reagiert der Andy auf dich? Bist du schon wieder weg, oder...

Kl. Ja, der hat nur kurz gekuckt. Der hat Besuch und dann will er nicht, dass ich komme. Ich geh zu Papa.

Ich war im ganz falschen Stockwerk Papa ich war beim Andy. Ja, kuck mal hier und willst du jetzt sogar gleich reinkucken oder was? Kuck doch erstmal dein "Johann Lafer" oder was...

Ich weiß, essen ist was leckeres Papa, aber es bringt doch nichts, sich das alles nur anzuschauen, wenn du doch eh nichts essen kannst, du machst dir doch nur 'n riesen Kohldampf. Komm, kuck lieber was lustiges. Es ist eh kurz vor Silvester, du musst nur kucken was läuft. Kannst dich eh vor lachen bepissen, kuckst fünf mal "Dinner for one" und dann ist die Nacht eh vorbei und du kannst schlafen. Ich weiß nicht, ich glaub ich bin nicht da an Silvester, ich weiß noch nicht was ich mach. Tut mir leid, aber ich komm dich trotzdem bald wieder besuchen. Okay, tschüß! Ich hab dich lieb.

Hm, und jetzt?

Th. Wo zieht es dich hin?

(Versuche ihren Impuls aufzugreifen)

Kl. Ich glaub ich geh raus aus dem Krankenhaus. Ich kann springen als wenn ich Federn an den Füßen hätte. Tschong, voll hoch. Und kuck mich um. Ich seh aber trotzdem nur Dächer, obwohl ich so hoch springen kann. Jetzt laufe ich. Da ist die Tankstelle. Da ist die Schule. Bescheuerte Schule, echt, scheiß Mädchenschule. Nur keine Schwester, bitte nicht, oh nein, muss die jetzt da gelaufen kommen. Ja, guten Morgen Schwester Eleonora. Oh Gott, du blöde Kuh du dumme.

Th. Sag's ihr laut ins Gesicht.

Kl. Das interessiert die gar nicht.

Th. Sag's ihr direkt.

KL.Da muss ich sie erst zurückholen.

Th. Ach so, sie ist schon wieder weg.

(Ich hätte sie die Schwester E. zurückholen lassen können, wollte aber wissen wo ihre Energie hin möchte)

Kl. Ich steh da an der Ampel, da wo der Chinese an der Ecke ist. Da steh ich an der Ampel, aber ich weiß nicht wo ich hingehen soll.

Th. Du könntest zurückgehen in den Flur und kucken, ob da noch eine weitere Tür ist, die dich anzieht. Wenn du nicht weißt, was machen. Du kannst aber auch einfach die Strasse weiter entlang gehen und kucken was passiert.

(Y-Frage)

Kl. Hm, wo will ich denn hin. Komisch!

Th. Was ist dein Impuls?

Kl. Ich will in drei Richtungen gleichzeitig, aber das geht gar nicht und irgendwie will ich doch gar nicht.

Th. Kennst du das irgendwoher?

Kl. Dass ich drei Sachen gleichzeitig machen will?

Th. Ja.

Kl. Ja, und dann mach ich es immer nur halb. Ich laufe da ein Stückchen und da ein Stückchen und da ein Stückchen und bin da nicht angekommen und hier nicht

angekommen und dort nicht angekommen. Weil mir zwischendurch sowieso noch irgend jemand begegnet, mit dem ich viel zu lang rede. Und dann bleib ich da hängen und dann komm ich eh nicht da hin wo ich hinwollte.

Th. Kannst du mal eine Situation auftauchen lassen?

Wo du drei Dinge gleichzeitig tun wolltest!

(Bringe sie mit real erlebtem in Verbindung)

Kl. Ja, das geht. Wenn ich nach Hause komme, dann muss ich machen, ich muss mir etwas zu essen machen, ich muss mein Zimmer aufräumen, das sieht aus wie wenn ne Bombe eingeschlagen hätte. Es ist so dreckig! Der ganze Boden, im Flur und in der Küche, das Bad, der Badvorleger ist nicht mehr gelb, sondern graubraun und überall Fusseln uä! Das ist alles eklig, Wäsche muss ich auch waschen. Ich weiß gar nicht wo ich anfangen soll! Vielleicht erst mal essen. (lacht) Aber ich kann nicht still sitzen. Wenn ich alleine esse, dann muss ich immer aufstehen und etwas machen. Ich lauf dann immer rum. Ich fang dann schon mal an mit einer Hand zusammenzukehren, während ich mit der anderen mein Essen halte. Und, und rolle da schon den Badteppich zusammen und trag ihn da rein und tu da schon mal das Zeug von meinem Bett runter, damit ich es abziehen kann und renne die ganze Zeit entweder mit etwas zu trinken oder zu essen in der Hand herum.

Th. Und wie ist das für dich?

Bist du einverstanden damit, wie du das so machst?

(Mache hiermit die energetische Realität der Klientin sichtbar)

Kl. Nein. Eigentlich will ich's gar nicht. Eigentlich will ich nur in Ruhe essen, aber irgendwie muss ich's. Ich muss!

Th. Spür mal hin, wie das für dich ist, wenn du das so tun musst.

(Hier und jetzt)

Kl. Ach, es nervt mich. Kolossal nervt mich das.

Th. Wo spürst du das?

Kl. Im Bauch, in der Brust. Es macht mich wütend, ich will nicht. Ich will nicht immer putzen und essen und rumlaufen. Ich will das nicht immer gleichzeitig alles tun. Es nervt mich. Es macht mich wütend.

Th. Spür mal deine Wut.

(Energetische Realität)

Kl. Die Wut ist, weil ich's nicht verstehe. Weil ich nicht verstehe warum das so ist, warum ich das alles so machen muss. Nichts so lassen kann, bis ich gegessen habe. Aber wenn ich sitze und esse, dann sehe ich all das und dann kann ich auch nicht in Ruhe essen, ohne den Drang zu haben sofort aufzuräumen.

Th. Du könntest dich ja umdrehen zum essen. Oder in ein anderes Zimmer gehen.

(Y-Frage)

Kl. Aber die sind doch alle so. In der Küche ist die Ablage zugebaut mit schmutzigem Geschirr und nicht abgewischt. Der Boden ist zuggedreht. Die Spüle steht voll mit Klaus' (Mitbewohner) Geschirr. Der Flur ist schmutzig, da kann ich mich aber sowieso nicht hinsetzen. Ins Wäszimmer geh ich ganz bestimmt nicht. Wenn, dann muss ich in mein Zimmer. Aber da ist auch der Boden schmutzig und der Tisch ist zugestellt. Ich weiß gar nicht wo ich das alles hinräumen soll, da ist gar kein Platz. Ich hab kein Regal, da ist einfach nicht genug Platz um das alles wegzuräumen. Da ist überhaupt kein Platz um etwas abzustellen oder zum hinsetzen.

Th. Du kannst es aber gestalten wie du willst. Du kannst Regale anbringen oder Schränke stellen, wie's dir gefällt.

(Handlungskompetenz, du bist der Chef in deiner Innenwelt)

Kl. Mhm.

Th. Kuck mal was du da machen kannst. Du kannst es jetzt so gestalten wie es dir gefällt.

Kl. Mein Bett bekommt erst mal einen Rahmen und kommt da in die Ecke. Und der Schreibtisch da. Mhm, das kann man aber so auch nicht stellen. Mhm, ich weiß nicht wie ich das haben will. Das geht irgendwie gar nicht so schön das, mhm...
Wenn ich das Bett da hinten hinstelle, dann ist es wieder so weit weg.
Mhm, aber vielleicht doch da hinten hin und hier eine Regalwand.

Th. Du kannst es dir so schön machen, wie es dir gefällt.

Kl. Da kommen schöne Vorhänge hin... Ich weiß nicht, ich weiß nicht wie ich's will.

Th. Kennst du das irgendwoher? Dass du nicht weißt wie du's haben willst.

Kl. Ja.

Th. Kannst du mal so ne Situation auftauchen lassen?

Kl. Es ist genau die Situation, die ich dir gerade schildere.

Th. Du kannst einen Berater kommen lassen, oder mit ner Freundin drüber sprechen. Halt irgendjemand, der dir als kompetent erscheint den Raum entsprechend zu gestalten. Wer fällt dir da spontan ein?

(Dadurch bleibt die Klientin in der Situation)

Kl. Die Resi! Ja, die hat sich schon ein paar Mal angeboten. Ich glaub, die kann das. Die Resi hat tolle Ideen. Schöne Vorhangstangen mit wunderschönen Vorhängen dran. Stellt hier den Schreibtisch hin und hier das Regal. Mhm, das macht natürlich Sinn, das dass Regal direkt neben dem Schreibtisch ist. Da die Regalwand und da hinten macht sie mit mir ein Himmelbett. Oh ja, das ist schön. Ja, das ist sehr schön. Danke Resi. Klar kriegst du ein Gläschen Sekt von mir. Jetzt sind wir in Offenbach auf der Terrasse und trinken ein Gläschen Sekt. Oh Resi, ihr habt's ja so schön in eurem Garten.

Th. Mich würde jetzt mal interessieren ob du jetzt in Ruhe essen könntest. In deinem Zimmer.

Kl. Aber mein Zimmer ist nicht zum essen. In meiner Wohnung gibt es keinen Ort zum essen. Ich hab ein schönes Zimmer, aber keinen Ort zum essen.

Th. Wie wäre es dann, wenn du dir einen Ort schaffst, an dem du essen kannst?

(Mach dir deine Innenwelt so wie sie dir gefällt. Handlungskompetenz)

Kl. Aber ich kann doch bei den anderen essen. Da setz ich mich schön an den Tisch. Das ist dann auch kein Schreibtisch sondern ein Esstisch und der ist auch zum essen gedacht.

Th. Dein Thema war ja, dass du mehrere Dinge gleichzeitig tun möchtest.

Kl. Ja.

Th. Du kennst das daher, dass wenn du heim kommst, hast du Hunger und es müsste aufgeräumt werden usw. und du willst dann alles gleichzeitig machen. So dass du eins nach dem anderen machen kannst, wäre es nicht verkehrt, wenn du einen Platz hättest an dem du erst mal in Ruhe essen kannst, oder du lässt das mit dem essen erst mal sein und fängst erst mal mit dem aufräumen an. Machst es erst mal so, dass du Platz kriegst zum essen.

(Führe die Klientin auf ihr Thema zurück)

Kl. Ich kann aber nicht warten mit dem Essen, bis ich aufgeräumt habe. Wenn ich Hunger habe, muss ich essen.

Th. Dann wäre es also nicht schlecht, wenn du einen Platz hättest an dem du essen kannst?

Kl. Ja.

Th. Das war das was ich meinte. Das war mein Vorschlag. Dass du dir irgendwie einen Platz schaffst, an dem du erst mal in Ruhe essen kannst, so dass dieser Drang mehrere Dinge gleichzeitig zu tun, nicht da ist.

Kl. Ja. Ich kuck gerade. Wo kann man denn hier was hinmachen? Also ich weiß nicht, ich finde da in der Ecke sollte ein Tisch stehen. Das wäre das Beste. Der müsste dann ein Stückchen von der Heizung weg stehen. Das ist der einzige Ort, in der Küche wo ein Tisch hinpasst.

Th. Du kannst ja wieder die Resi dazuholen, oder jemand anderen.

(Y)

Kl. Ja. Stimmt. Wer kann mir denn da helfen? Wer ist denn da so veranlagt? Küche? Wer kann mir denn helfen? (Pause) Der Peter? Aber der hat doch keine Zeit. Hm, unrealistisch. Aber der ist jetzt da.

Th. Ja eben, du kannst ihn doch da hinholen. Der hat doch Zeit für dich.

Kl. Aber normalerweise hat er gar keine Zeit. Der kommt auch nie zu mir. Und der meldet sich auch nicht normalerweise. Aber jetzt ist er da. Peter, was kannst du da machen? Kuck mal, ich brauche auf jeden Fall eine Fläche zum hinsetzen. Mach doch mal einen Vorschlag.

Th. Was macht der Peter gerade?

Kl. Der holt sich gerade ein Blatt Papier und nen Stift und fängt an zu skizzieren, was praktisch wäre. Arbeitet sozusagen wie ein Rechner. Kuckt, was wie und wo am besten passt.

Th. Sag's ihm direkt. (Hier und jetzt)

Kl. Ich kann richtig in deinen Kopf hineinschauen, ich seh jede einzelne Kalkulation. Jede Form die du versuchst einzusetzen. Du siehst aus wie ein Computer. Wahnsinn. Hm, du stellst das ja ganz anders. Ah ja, eigentlich cool, viel besser. Ja das ist gut, das gefällt mir. Ich bin mir nur nicht sicher ob der Kühlschrank nicht besser da stehen bleiben sollte. Ob er hier oder da steht, macht irgendwie keinen Unterschied. Ja doch, hier steht er besser. Peter, das hast du gut gemacht und noch neu gestrichen. Das ist viel schöner. Jetzt hat die Küche nicht mehr das hässliche minzgrün. (Lacht) Klaus der Spinner, wie kann man nur ne Küche minzgrün streichen?

Th. Kannst du den Klaus mal da sein lassen?

Kl. Klaus, bist du zu Hause? Klaus komm mal runter! Ja, komm mal her, ich fress dich nicht. Klaus wie gefällt dir denn jetzt die Küche? Gefällt es dir nicht auch besser so? So ein schöner Aprikotton. Gell? Ja, gut. Ja wegen einem Bild können wir den Peter ja mal fragen. Mhm, ich frag ihn mal oder wir hängen mein Bild da hin. Ich hab doch auch noch eins vom Peter. Das können wir auch da hinhängen. Aber dann dürfen wir es nicht zusiffen. Na ja, es hängt ja nicht neben dem Herd. Nein das passt doch nicht da hin, es ist viel zu groß. Vielleicht doch den Peter fragen ob er ein kleineres für uns hat. Ein anderes Format. Oder wir hängen einen Spiegel hin.

Th. Du kannst machen was immer du willst.

Kl. Nein, das muß ich doch mit dem Klaus absprechen, der wohnt doch auch hier. Also mir wäre ein Bild lieber. Und du möchtest lieber einen Spiegel? Na ja mir ist es egal. Von mir aus können wir auch einen Spiegel hinhängen. Gut, ja, wunderbar. Ich glaub das ist gut.

Th. Klaus ist auch einverstanden?

Kl. Ja.

Th. Nun sieht es ja schon ganz anders aus.

Kl. Ja, es ist viel schöner. Viel, viel, viel schöner.

Th. Magst du mal deine Schwester und deinen Papa und deine Mama und deinen Bruder und vielleicht auch den Andy, alle hierher holen?
(Versuche auf die energetische Transformation hinzuarbeiten)

Kl. Aber die Mama will gar nicht kommen, die will nämlich gar nicht in das Haus. Die findet es nicht schön. Ihr gefällt das nicht. Sie findet es zu heruntergekommen. Sie würde da nicht leben wollen. (Weint) Vielleicht kommt sie ja trotzdem.

Th. Was macht dich da so traurig Claudia?

Kl. Ich glaub die Mama ist nie zufrieden mit dem was ich habe und was ich mache.

Th. Kannst du sie mal da sein lassen?

Kl. Ja.

Th. Nun, sag es ihr direkt.

Kl. Mama, ich genüge deinen Ansprüchen nicht. (Weint heftiger) Ich bin nie so, wie du das willst. Ich kann so nicht sein, ich weiß nicht? Ich weiß nicht warum, ich bin so nicht, ich

bin doch nicht wie du. Aber ich will doch nicht das du alles schlecht findest, was ich mache und wie ich lebe. Ich werde doch nicht wie der Papa. Und selbst wenn ich so werden würde wie der Papa, der lebt doch auch, der kommt doch auch durch. Ich weiß dass es ihm nicht gut geht. Jedenfalls nicht wirklich.

Th. Spür da mal hin.

(Konfrontation mit den Emotionen, energetische Realität)

Kl. Aber ich bin für den Papa nicht verantwortlich, ich kann dem Papa überhaupt nicht helfen. Wenn, dann muss der Papa das selber machen. Der kann sich am besten selber helfen, denn er weiß am besten was er gerade braucht.

Th. Sag ihm das direkt.

Kl. Papa, jetzt mach doch mal die Augen auf. Hör doch endlich mal damit auf in deiner Traumwelt zu leben. Hör doch endlich mal damit auf dir selbst leid zu tun. Mach doch endlich mal wieder etwas gescheites. Komm wieder auf den Boden. Hör auf zu trinken, trink nicht immer so viel. Reiß dich doch mal zusammen. Du bist doch nicht glücklich. Oder? Ich mache mir Sorgen, oh Papa. So wie sich die Mama Sorgen um mich macht, mache ich mir Sorgen um dich.

Th. Was ist jetzt mit deiner Mama?

Kl. Meine Mama macht sich um uns beide Sorgen. Sie macht sich um alles und jeden Sorgen.

Th. Ist sie jetzt da?

Kl. Ja.

Th. Lass sie mal da sein und sag ihr direkt, wie du sie so wahrnimmst. Wie sie sich verhält. (Hier und jetzt)

Kl. Mama du bist viel zu perfektionistisch. Du bist viel zu aufgedreht. Du kannst es nicht immer allen und jedem Recht machen. Deine Fenster müssen nicht frisch poliert sein wenn die Leute kommen. Du musst keine Festgedecke auflegen, du musst keine fünf Gänge kochen für irgend jemanden der bei dir angespastet kommt. Das sind doch alles voll die hinterfotzigen Fressen Mensch. Wieso willst du es immer allen Recht machen? Und der Ernst, der soll doch auch mal seinen scheiß Arsch in Bewegung setzen. Nur weil er ein dummer verkackter Anwalt ist, heißt das noch lange nicht, dass du ihm alles hinterher tragen musst. Der muss seinen Haushalt auch schmeißen können. Er ist ein erwachsener Mann, und du musst für dich selbst sorgen, musst kucken dass es dir gut geht. Du musst dich hinsetzen können und abschalten.

(Hier zeigt sich deutlich das Muster der Klientin)

Th. Ja, und wie reagiert sie?

Kl. Hmm.

Th. Kannst du ihre Augen sehen?

Kl. Nein, (kleine Pause) doch.

Th. Schau ihr in die Augen. Wie reagiert sie?

(Suche die direkte Konfrontation)

Kl. Sie kuckt mich böse an.

Th. Sag ihr direkt was du wahrnimmst.

Kl. Mama, du kuckst mich böse an. Du machst mir Angst. Ich hab dich doch lieb Mama. Du darfst dich nicht immer so abstressen. (Verwundert) Von dir hab ich das. Von dir hab ich das, dieses rumgestresse. Die macht das auch. Die macht das auch, die rennt morgens herum mit der Tasse Kaffee in der Hand und, und...

Th. Sag's ihr direkt.

Kl. Und, die rennt herum mit einer Brezel in der Hand und macht und räumt und tut.

(Die Klientin ist sehr aufgebracht um ihre Entdeckung)

Th. Sag's ihr direkt. Du!

Kl. Von dir hab ich das! Oh Mama, ich kann doch nichts dafür dass du dich immer so scheiß verpflichtet fühlst. Ich will so überhaupt nicht sein. Ich will meine Ruhe, ich will in Ruhe

essen können. Ich will nicht immer nur rennen, rennen, rennen. Andere Leute haben auch Hände und Füße. Wenn sie etwas zu trinken haben wollen, können sie es sich auch selbst holen und wenn sie etwas zu essen haben wollen, können sie sich verdammt noch mal etwas zu essen holen. Und wenn dem Ernst der Fußboden nicht sauber genug ist, kann er ihn ja selber sauber machen. Echt, so ne Scheiße. Und wenn er Hemden anziehen muss als Anwalt, und täglich zwei Hemden braucht, dann soll er sie gefälligst selber bügeln. Der ist mit fünfzig Jahren doch bestimmt alt genug, um sich seine Hemden selbst zu bügeln.

Th. Und, wie reagiert deine Mutter?

Kl. Ja, er kann das ja auch, aber sie hat ja viel mehr Zeit und macht das auch ganz anders als er. Ja Mama, aber nur weil er ein Mann ist, heißt das noch lange nichts... wenn du ihm das nicht sagst... hey, du musst ihm das sagen, so lange du ihm das nicht sagst, kapiert er das auch nicht. Dann sag ihm das halt. Sag ihm, pass auf, so und so sieht's aus; setz ihm halt die Pistole auf die Brust.

Du bist doch nicht sein scheiß L-e-n-o-r, du musst ihm doch nicht alles hinterher tragen, musst doch nicht hinter ihm her rennen. Das ist doch schließlich ein erwachsener Mensch. Und bei einem Anwalt geh ich doch davon aus, dass er denken kann und zwar selbständig und nicht nur was seine Fälle anbelangt, wenn er in seiner Kanzlei hockt, oder vor Gericht ist. Der muss doch zu hause auch denken können und zwar weiter als nur an sein Fläschchen Bier im Kühlschrank und an seine Freunde, mit denen er sowieso nur dummes Zeug erzählt. Das gibt's ja wohl nicht. Du hast ja auch keine Freizeit. Nimm dir doch auch einmal Zeit und zwar nicht nur die Zeit, wo er von dir erwartet, dass du mit ihm irgendwo hingehst um repräsentativ an seiner Seite zu sein. Was soll denn diese Kacke... echt Mutter, sei doch einfach mal nur du selbst. Mach dich doch mal locker. Du bist gut so wie du bist. Du bist eine wirklich liebe Frau. Du bist so süß Mama, du brauchst dich doch nicht für jeden verändern. Sei einfach nur du und wenn sie dich nicht gern haben, dann sind sie es auch nicht wert. Ist doch so.

Th. Und, wie reagiert deine Mutter?

Kl. Irgendwie widerstrebt es ihr, aber irgendwie stimmt sie auch zu. Sie weiß, dass ich recht habe mit dem was ich sage.

Th. Sag ihr das direkt.

(Halte die Klientin weiter in Konfrontation)

Kl. Du darfst dich nicht so verschlossen verhalten Mama. Das was ich zu dir sage, meine ich ehrlich. Du brauchst dich nicht zu schämen und du brauchst keine Angst davor haben dass dich die anderen dann nicht mehr leiden können. Die sind doch sowieso total oberflächlich.

Th. Und, wie reagiert sie?

Kl. Sie ist unsicher.

Th. Sag ihr das direkt.

Kl. Du bist unsicher.

Th. Ja, genau.

Kl. Du musst dich auch nicht sofort entscheiden. Ich erwarte doch gar nicht, dass du dich um 180 Grad wendest. Mach ruhig langsam, aber realisiere es, realisiere dass du Zeit für dich brauchst. Lass es dir gut gehen. Treffe dich mit deinen Freundinnen, aber nicht um ihnen einen Gefallen zu tun, sondern um dich mit ihnen hinzusetzen und einen Kaffee zu trinken, oder ein Gläschen Sekt. Haltet in Ruhe einen Schwatz und renn dir nicht dauernd für die anderen die Arschbacke ab. Das bringt's doch echt nicht.

Th. Was ist die Reaktion deiner Mutter?

Kl. Sie nickt.

Th. Ja, sag ihr das direkt.

Kl. Ich glaube sie weiß, dass sie nickt.

Th. Es geht darum, dass du mit diesem Persönlichkeitsanteil in Konfrontation gehst. Deshalb

solltest du es ihr direkt sagen. Weil dadurch Energie reinkommt. Deine Energie.

Kl. Mama, du nickst.

Th. Wie sieht das jetzt aus? Kann deine Mutter die Dinge so tun wie du es ihr vorschlägst?

Kl. Ich glaube sie kann das.

Th. Frag sie mal. Frag sie mal direkt. Sie kann dir selber antworten.
(Hier und jetzt)

Kl. Mama, meinst du, du kriegst das hin.

Th. Und, wie reagiert sie?

Kl. Sie nickt.

Th. Frag sie mal, wie du ihr nicken verstehen darfst, oder verstehst du ihr nicken?

Kl. Was meinst du jetzt? Meinst du, du willst mit ihm (Lebensgefährten) darüber sprechen, oder was bedeutet dein nicken?

Also, du willst mit ihm reden und ihm sagen dass er seine Sachen selber erledigen soll.
Gut, gut, gut.

Th. Wie wäre es, wenn du eine Party machst und die vorhin genannten Leute dazu einlädst?
Kuck mal, ob deine Mutter auch kommen wird.

Kl. Ja.

Th. Ok, dann lass sie alle mal da sein, in deiner Wohnung.
(Bringe alle beteiligten Persönlichkeitsanteile zusammen um die Entladung zu provozieren)

Kl. Da ist der Peter und die Bella. Hallo Achim, hallo mama, hallo papa. Hi Andy, hi alle miteinander.

Th. Wie ist das jetzt für dich, alle bei dir zu haben? Ja, eigentlich die ganze Familie. Wie ist das für dich?

Kl. Das ist sehr schön.

Th. Ja, spür mal hin wie es sich anfühlt, dass sie jetzt alle bei dir sind. Auch deine Mama und dein Papa.

Kl. Ich mach mir Sorgen wegen Mama und Papa. Ja, es ist immer so komisch, ich weiß auch nicht, da ist einfach so ein komisches Gefühl, aber das kann ich im Moment grade einfach voll weg pft...

Th. Wo spürst du dieses Gefühl?

Kl. In meinem Herz.

Th. Ja. Was meinst du mit: das kann ich im Moment grade einfach voll weg pft... Kannst du das mal da sein lassen? Spür mal hin.

Kl. Das ist, das fühlt sich an, wie eine Dreiecks-Reflektion. Das ist so, wie wenn wir in einem Dreieck stehen würden. Jeder reflektiert irgendwie zu einem anderen. Die Mama zum Papa und der Papa zur Mama und ich kann die Reflektionen sehen, aber auch sie sehen meine Reflektionen zu ihnen. Irgendwie ist das ganz komisch. Ich mag meine Mama und ich mag meinen Papa und die mögen sich irgendwie auch und irgendwie können sie aber nicht.
(In diesem Bild zeigt sich die Entladung)

Th. Mhm. Sag's ihnen mal direkt. Das was grade eben zu mir gesagt hast, sag das mal bitte deinen Eltern.

Kl. Ich seh... ich seh, ich spür, dass da was ist. (Flüstert) Ich hab euch beide so lieb und trotzdem weiß ich nicht was ich machen soll. Und obwohl ihr euch lieb habt, könnt ihr, könnt ihr euch nicht mehr lieb haben. Das ist so traurig. Das tut euch beiden so weh.
(Nach langer Pause) Die sind so verschieden. Ihr seid so verschieden. Ihr seid so verschieden. Wie konntet ihr jemals zusammen sein? Wie konntet ihr euch jemals... 20 Jahre lang lieben? Wie war es möglich, dass ihr so lange zusammen ward? Wie war das nur möglich? Ich versteh das nicht. Ich kann's überhaupt nicht nachvollziehen.

Th. Mich würde jetzt noch interessieren, wie das wäre, wenn du von der Schule heim kommst

und du deine neu gestaltete Wohnung betrittst. Wie es dann ist, wenn du da erst mal Hunger hast wie ein Wolf. Kuck mal wie das jetzt ist.

(Hiermit überprüfe ich ob die Struktur wirklich gekippt ist)

Kl. Die Haustür hat einen schönen Vorhang. Ein schöner Vorhang. Das macht es gleich viel schöner, nach Hause zu kommen. Dann geh ich rein und alles ist schön warm und hell. Ich koche mir sogar etwas zu Essen.

Th. Ach ja!?

Kl. Ich mach mir nicht nur einfach ein Brot. Ich mach mir sofort etwas schönes zu essen.

Koch mir was und decke den Tisch und während das Essen kocht kann ich den Boden kehren, weil das ja ohnehin 'ne Weile dauert bis es gar ist. Feucht aufwischen kann ich auch gleich, weil ich das Fenster sowieso aufmachen muss, damit nicht die ganze Bude nach Essen riecht. Jetzt kann ich mir noch ne Kippe anmachen, bis alles fertig ist.

(Atmet genussvoll durch) Kann mich hinsetzen an meinen Tisch und kann mir noch was zu Trinken einschenken. Schön ist es. Ja, das ist schön.

Th. Dann spür da mal nach, lass es mal da sein, wie es so ist, in der aufgeräumten geputzten Wohnung und dem warmen Essen.

(Mache die neue Qualität hiermit deutlich und fordere sie auf dies auch zu spüren)

Kl. Das ist sehr schön. Das ist schön, so gemütlich.

Th. Ja lass das jetzt mal da sein und spür hin wie es sich anfühlt.

Kl. Oh wie geil, wie geil.

(Spiele fröhliche Musik, um das Erleben der Situation damit zu ankern)

Eine Woche nach dieser Session fing die Klientin an ihre Wohnung umzugestalten. Sie möchte ihre Mutter zu sich einladen und ist sehr gespannt darauf wie diese auf ihre Einladung wohl reagieren wird.