

Klaus Lumma

OrientierungsAnalytisches Selbst-Beeltern

IHP Manuskript 2412 F * ISSN 0721 7870

IHP Bücherdienst * Schubbenweg 4 * 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 * Fax 02403 20447 * eMail office@ihp.de
www.buecherdienst.ihp.de



4.1. **OrientierungsAnalytisches Selbst-Beeltern 1** (Vier einzelne Praxis-Feld-Studien)

Das Selbst-Beeltern orientierungsanalytischer Prägung entstand bei der Vorbereitung des Sitzungs-Szenarios für einen Workshop des IHP. Es ging folgende Erfahrung voraus: Immer mehr Gestalt Klienten meldeten in ihren Feedback Schleifen Folgendes zurück: Wir haben zwar in orientierungsanalytischen Szenarios Einzelsituationen zwischen uns als Klient und Vater, bzw. uns und Mutter erfolgreich bearbeitet, doch sobald etwas „Beziehung Bezogenes“ aufgetaucht ist, wussten wir nicht, wie damit umzugehen ist.

Die früheste Beziehungs-Thematik, die wir kennen, das ist die Beziehung zwischen Mutter und Vater. Wir müssten also das FE-Interview dahingehend erweitern, dass wir nach Erinnerungen fragen, bei denen Mutter & Vater in ihren Interaktionen beteiligt sind.

Mutter und Vater (oder auch andere frühe Bezugspersonen) sind gewissermaßen die ersten Personen, die unbewusst oder bewusst das erste Beeltern vornehmen. Dieses Erst-Beeltern ist also an den Interaktionsmustern von Mutter und Vater orientiert und überträgt sich unbewusst auf die eigener Kinder. Dieser unbewusste Vorgang startet bereits in der vor-sprachlichen Phase der Entwicklung des Kindes, also zwischen Geburt und zwei Jahren.

Auch wird dieses Interaktionsmuster gemäß moderner Hirnforschung nach MacLean im Limbischen System „als tatsächliche Aktion“ der Eltern (gewissermaßen wie auf einem VideoTape) gespeichert. Und genau aus diesem Grund wird es beim Selbst-Beeltern auch notwendig, dass der Klient ebenfalls „eine tatsächliche Aktion“ mit dem selbst gewünschten Interaktionsmuster veranstaltet. Solches Selbst-Beeltern findet in der Regel erst unter der Anleitung eines erfahrenen OA Counselors statt. Das Selbst-Beeltern ist also quasi ein direktives Counseling Verfahren.

Dadurch wird es notwendig für das OA Szenario weitere Rollen einzuführen, damit der Klient auch tatsächlich aus den Rollen von Mutter und Vater das neue Interaktionsmuster in seinem Limbischen System des Gehirns installieren kann. Ohne solches OA Szenario kann keine Änderung im Limbischen System erreicht werden. (Siehe das Kapitel zur Hirnforschung nach MacLean)

Was im klassischen Gestalt Szenario benötigt wird, muss also im orientierungsanalytischen Kontext durch weitere Stühle für die zusätzlichen Rollen ergänzt werden. Das klassische Szenario ist so strukturiert: der Stuhl für die Rolle des Counselors wird ergänzt durch einen Stuhl für die Rolle des Klienten. Der Rolle des Klienten steht ein leerer Stuhl gegenüber, auf den situationsbezogen eine Figur projiziert wird, die mit dem zu behandelnden Thema zu tun hat oder die sich aus den Bewegungen des Klienten ergibt – zum Beispiel, wenn seine Hände miteinander spielen oder die Füße überkreuz aufgestellt sind. Allenfalls kommt noch ein leerer Stuhl für den „Freundlichen Beobachter“ dazu, der zur Sitzung fach-bezogene Kommentare gibt und die Transferbesprechung leitet.

Beim Selbst-Beeltern brauchen wir außer dem Klienten-Stuhl zusätzlich einen so genannten Regisseur Stuhl, von dem aus der Klient den Eltern Anweisung dafür gibt, wie eine Besprechung zu führen ist, damit dabei ein positiveres Ergebnis „raus kommt“ als es durch die beschriebene Situation der Erinnerung möglich ist. Für diese Art der Gesprächsführung wird dem entsprechend ein zusätzlicher Kontrakt zwischen Klient und Counselor (im Erwachsenen-Ich) geschlossen.

Auch die Rolle des „Freundlichen Beobachters“ einzunehmen, ist beim Selbst-Beeltern gewissermaßen eine Pflicht und nicht optional.

Die Fragen an den Klienten lauten:

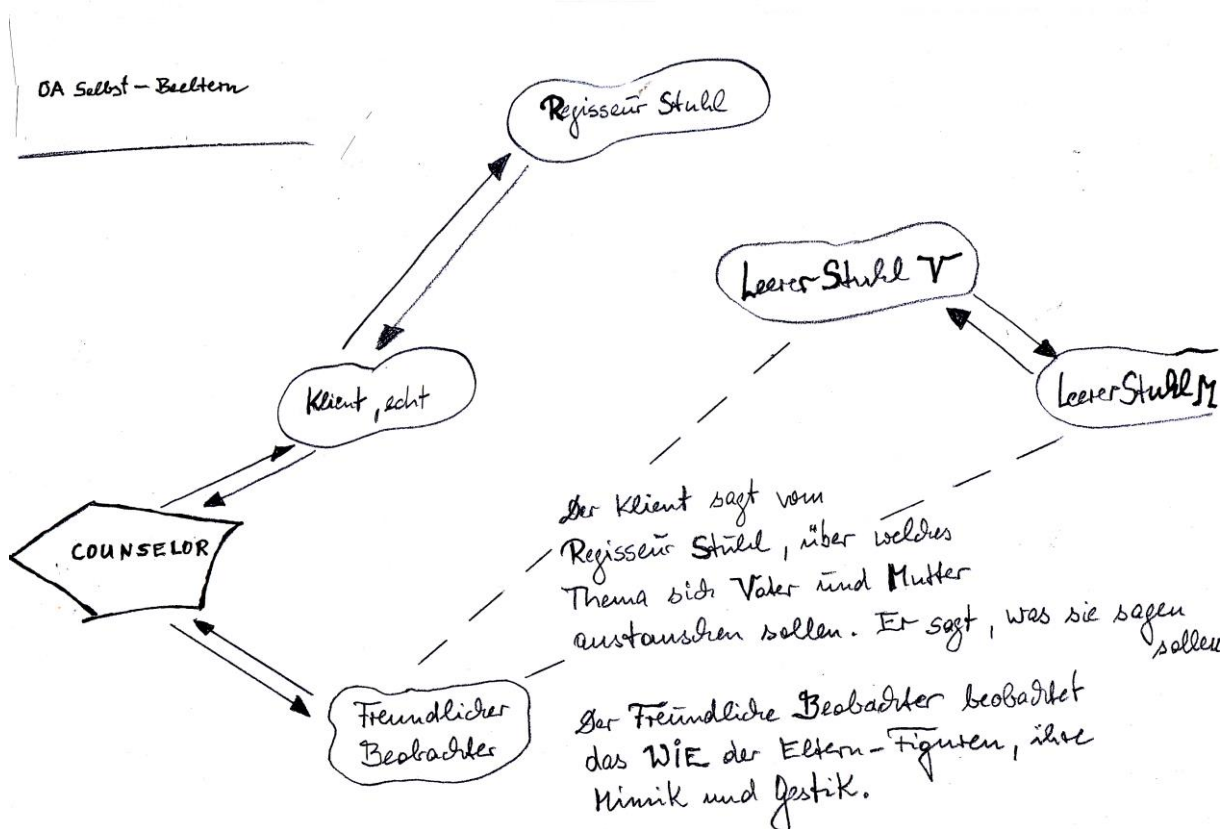
„Sind Sie damit einverstanden, einen solchen Regisseur-Stuhl einzuführen, von dem aus Sie als Klient die nächsten Schritte des Szenarios anleiten können?“

„Sind Sie damit einverstanden, dass ich Ihnen (ganz konkret) für die neue Beziehungs-Gestaltung Vorschläge mache, die Sie vom Regisseur-Stuhl mit den Eltern verhandeln, damit bei der Beziehungs-Gestaltung ein besseres Ergebnis raus kommen kann als es sich in der ursprünglichen Früh-Erinnerung gezeigt hat.“

Wenn der Klient diese beiden Fragen positiv beantwortet hat, dann sind die besten Voraussetzungen für eine Umgestaltung des entsprechenden Szenarios gegeben.

Zum besseren Verstehen dieser Vorgehensweise zitiere ich vier Beispiele, in denen allerdings nicht nur die beiden Elternfiguren vorkommen, sondern neben dem Klienten (Jo Eck), dessen Mutter (Resi), der Vater (Fritz), der Freund (Bernd), ein Maurer, Tante (Mienchen) und Oma (Liesa) vorkommen.

Den zeitlichen Rahmen zum Szenario der jeweiligen Erinnerung dokumentiere ich durch aktuelle Zeitungsmeldungen oder sonstige Ereignisse, also Meldungen aus dem näheren Umfeld des Globe. (Siehe auch Counseling Journal Nr. 27 Sommerausgabe 2024, Seite 24: erweitertes TZI Dreieck) Die Namen der beteiligten Personen sind anonymisiert.



Struktur Skizze zum OrientierungsAnalytischen Selbst-Beeltern

4.1.1. Die Reparatur der elterlichen Veranda (4. FE Jo = 6 Jahre)

Eine vorab geänderte Früh-Erinnerung und das geänderte Szenario

Das Hier & Jetzt Umfeld (Ein Auszug aus dem Globe)

Einige Medien berichten davon, dass zur Zeit wenige Psychotherapie Plätze zur Verfügung stehen, um der Menge von Hochwasser Betroffenen (2021) gerecht zu werden. Dabei darf m.E. jedoch nicht nur von einer Erweiterung der Psychotherapie Plätze gesprochen werden, sondern es müssen auch psychosozial tätige Berater, also Counselor beteiligt werden, weil sie direkter zur Verfügung stehen als die Psychotherapeuten.

Und der Arbeitsansatz des Counselors ist anders, weniger bürokratisch und direkter. Counselor haben eine andere zeitliche Grundlage als Psychotherapeuten. Sie sind näher „am Puls der Zeit“. Während man beim Psychotherapeuten auf einen Platz wartet (bis hin zu 1.5 Jahren), ist die Wartezeit beim Counselor (fast) gleich Null. Und er beginnt die Behandlung, d.h. die Auflösung des „Krankheitsbildes“ (mehr oder weniger) sofort.

Ein Counselor ist so ausgebildet, dass er sich auf die moderne Hirnforschung beziehend mit Erinnerungen, also mit Introjekten so arbeitet, dass traumatisches Material umstrukturiert wird. Traumatisches Material wird in Resilienz stärkendes Material umgewandelt. Die Belastung verschwindet damit und macht steigender Resilienz Platz. (Ich habe diese Erfahrung bei den Hurricane Katrina Arbeiten zwischen 2006 und 2019 in New Orleans gemacht und auch seit 2021 in Eschweiler und Stolberg.)

Das benutzte Verfahren heißt Selbst-Beeltern und hat schon vielen Klienten einen geänderten Blick auf ihr Lebensfeld gewährt. OA Selbst-Beeltern hilft dabei, die Welt aus einem geänderten Blickwinkel zu betrachten, so dass z.B. ein Trauma seine negative Wirkung verliert.

Das persönliche Beispiel

Jo Eck, Klient in einer der IHP Weiterbildungsgruppen kommt zu mir zum Lehr-Counseling. Ich mache mit ihm das Früh-Erinnerungs-Interview, und wir wählen dann jeweils aus, welche Erinnerung wir durcharbeiten. Es geht hier um die 4. Erinnerung. Jo Eck ist sechs Jahre alt. Er ist traurig, weil er nie draußen mit anderen Kindern spielen darf. *Mama möchte sich keine Sorgen machen um mich. Sie sagt: „Jung, bleib hier, dann brauch ich mir keine Sorgen zu machen.“*

Wir wohnen im Erdgeschoss. Hinten raus ist eine Terrasse. Das Haus hat drei Etagen. Auf der Terrasse hat es Beton-Rinnen zum Wasser ablassen. Eine dieser Rinnen hat Frostschäden. Ich besorge mir Werkzeug, um die Rinne damit zu untersuchen. Wie ist die Rinne aufgebaut, das will ich wissen? Was ist unter der Rinne?

Da kommt meine Mutter mit einem Nachbarskind auf die Terrasse, damit ich einen Spielgefährten habe. Sie sieht die aufgebrochene Rinne und will den Bernd wieder nach Hause schicken. Sie schimpft mit mir und haut mir mit der Rückhand eine runter.

Gefühl: *total ungerecht behandelt / versteckt wütend*

Inhaltlicher Hauptaspekt: *Mama lässt mich allein*

KL: Ich frage Jo, ob er diese Erinnerung im Sinne eines Selbst-Beelterns umbauen möchte, so dass die Dramatik des Geschehens ohne der Mutter „Hauen mit der Rückhand“ stattfindet, so dass sich sein „ungerecht behandelt fühlen“ ändert und ihm nicht mehr zusetzt. Jo stimmt zu. Wir besprechen dann den konkreten Umbau der Früherinnerung, und danach wird das Besprochene im Rollenspiel umgesetzt.

Jo: *Wie können wir denn diese Erinnerung umbauen? Keine Ahnung.*

KL: Das können wir gleich besprechen. Zunächst frage ich Sie, ob Ihre Absicht ist, etwas an der Terrasse genauer zu untersuchen.

Jo: *Ja, natürlich. Ich möchte dazu beitragen, dass die Rinne Wasser aufnehmen und ableiten kann. Wenn sie so defekt ist wie zurzeit, dann nutzt sie ja gar nichts. Sie hat Frost Schäden.*

KL: OK, das habe ich verstanden und akzeptiere Ihr Anliegen. Was halten Sie davon, der Mutter den Vorschlag zu machen, mit Ihnen zusammen in eine Art Bauhof zu gehen und dort etwas Sand und Zement zu kaufen.

Jo: *Na, das wäre fein – dann könnte ich die Rinne gleich erneuern. Doch auch Bernd soll mit der Mama mitkommen, wenn sie ihn schon mal her bestellt hat. Dann kann er sehen, was wir kaufen, und er kann mir ja später auch vielleicht bei der Reparatur helfen.*

KL: Also, Bernd soll nicht wieder nachhause gehen müssen, sondern mit Euch in den Bauhof kommen. Das finde ich super, denn diese Änderung verändert auch den inhaltlichen Hauptaspekt: Mama lässt Dich nicht allein, und das ist prima. Vielen Dank für Deinen Vorschlag.

Jo: *Jetzt gehen wir zum Bauhof und kaufen Sand und Zement. Doch da fällt mir ein, dass zu dieser Zeit ein paar Häuser weiter von uns weg gebaut wird, und die Leute dort haben bestimmt auch Sand und Zement. Vielleicht gehen wir dorthin zu erst. Wenn sie keinen Sand haben sollten, dann können wir immer noch den Bauhof aufsuchen.*

KL: Das können wir auch machen. Also gehen wir gemeinsam als „Trio Mama, Jo und Bernd“ zu diesem Nachbar Haus und bitten darum, Euch etwas Sand und Zement zu überlassen.

Jetzt legen wir in meinem Counseling Studio fest, wo das andere Grundstück sich befinden könnte.

Jo: Das Haus ist ganz in der Nähe. Es könnte dort vor Deinem Schreibtisch sein. Da gehen wir jetzt gemeinsam hin. Dort angekommen, begrüßt uns der Maurer und fragt, weshalb wir zu ihm kommen. Jo sagt, dass er etwas Sand & Zement braucht und hofft darauf, dass genügend zur Verfügung steht.

Jo (in der Maurer Rolle): *Ich habe beim Bauhof wahrscheinlich genügend Sand gekauft. Zement dürfte auch reichen.*

Mit Blick auf seine Mutter meint er aus der Maurer-Rolle heraus:

Jo (immer noch in der Maurer Rolle): *Ihr Sohn hat aber eine gute Initiativ Kraft. Ich würde am liebsten mit zu Euch kommen und mir den Schaden mal selbst ansehen.*

Die Mutter stimmt zu. Jo (in der Maurer Rolle) nimmt eine längliche Schüssel, befüllt sie mit Sand und Zement, hievt sie auf seine Schulter, und das Quartett geht jetzt zur rückseitigen Terrasse des Hauses. Dort angekommen, zeigt Jo die defekte Beton-Rinne.

Jo (in der Maurer Rolle): *Ja, die ist ja wirklich erneuerungsbedürftig. Das haben wir schnell. Soll ich's machen?* Er fragt die Mutter, die selber ganz sprachlos ob so großer Hilfsbereitschaft ist.

Jo (in Mutters Rolle): *Dann kann ich ja in meiner Küche weiter kochen. Wenn ich jetzt gehen darf.* Sie geht zurück in ihre Küche.

Jo (in seiner eigenen Rolle zum Mauer, nachdem die Mutter wieder zurück in der Küche ist): *Oh bitte, das ist fein. Ich wollte es eigentlich selbst machen. Doch, wenn Sie es tun, dann können Bernd und ich sehen, wie Sie's machen, so dass wir fürs nächste Mal Bescheid wissen.*

Jo (in der Rolle des Maurers): *So, Ihr Lieben. Jetzt kratze ich die alte Rinne an den defekten Stellen aus, und dann mischen wir neuen Beton mit Sand und Zement an.*

Jo (in eigener Rolle): *Sehen Sie, ich habe an einigen Stellen bereits ausgekratzt – bis dann meine Mutter aufgekreuzt ist und Bernd mitgebracht hat. Bernd ist nämlich mein Spielfreund.*

Jetzt geht Jo erneut in die Rolle des Maurers, schüttet die Schüssel mit dem Sand auf dem Boden aus, macht mitten in den Sand eine Kuhle und füllt dort den Zement hinein.

Jo sagt zu Bernd: *Bernd, sei so gut und hole bei meiner Mutter einen Eimer mit Wasser.*

Jo (jetzt zum Maurer gewandt): *Darf ich den Beton anrühren?*

Jo wechselt jetzt wieder die Rolle und spricht als Maurer.

Jo (in der Rolle als Maurer): *Das kannst Du gerne machen. Dort kommt auch Bernd schon mit dem Eimer Wasser zurück. Schütte erst mal nur ein wenig Wasser in die Sandkuhle und schütte dann rund um den Zement den Sand auf – mittig.*

Jo (in eigener Rolle): *Das macht ja richtig Spaß. Bernd, möchtest Du's auch mal aufschütten?*

Bernd stimmt zu, und bald ist der Betonbrei fertig angerührt. Jo geht jetzt wieder in die Rolle des Maurers.

Jo (aus der Rolle des Maurers): *Jetzt schmieren wir den Brei in die aufgekratzten Ritzen, und die Rinne ist repariert.*

Er macht's.

KL: Wie geht es Ihnen jetzt?

Jo ist ganz überrascht. Es geht ihm gut, Er setzt sich auf seinen Stuhl, schließt die Augen und merkt an:

Jo (in seiner Rolle als Klient): *Ich merke es in der Brust, es tut einfach gut - tut einfach gut.*

KL: Bleiben Sie sitzen, wie Sie sich jetzt fühlen, bleiben Sie einfach sitzen, solange dieses Gefühl noch bei Ihnen ist. Es ist gut, dass Sie den Erfolg auch spüren..

Jo: *Ja, das ist einfach gut. So gut habe ich mich lange nicht gefühlt.*

Jo sitzt noch ca. 10 Minuten mit geschlossenen Augen im Stuhl, dann steht er auf und bedankt sich für diese Sitzung. Sie hat insgesamt 45 Minuten gedauert, mit Besprechung des Umbaus der Früh-Erinnerung und dem anschließenden Szenario.

4.1.2 Versuch, dem Kopfschmerz durch Selbst-Beeltern zu begegnen (5. FE Jo = 5 Jahre)

Das Hier & Jetzt Umfeld (Ein Auszug aus dem näheren Umfeld des Globe)

Dieses Konzept habe ich nach einer Online-Supervision mit Volker Kiel entworfen. Wir unterhalten uns über die Konzeption des Selbst-Beelterns, wie wir es seit Jahren live kennen und praktizieren. Wir haben es jeweils nur angewandt, wenn das Inszenieren einer Früh-Erinnerung (FE) erkennen lässt, dass sich hinter der Früh-Erinnerung traumatische Erfahrungen verbergen.

Wir denken, wenn das so ist und unser menschliches Gehirn keinen Unterschied macht zwischen „alten“ und „neuen“ Erinnerungen, dann müsste es auch möglich sein, über das FE-Szenario jede Früh-Erinnerung dafür zu nutzen, eine Introjektion aufzulösen. Wenn die Früh-Erinnerung traumatischen Inhalt birgt, so muss es möglich sein, diesen durch konsequent neu gestaltete Erinnerung-Szenarios so in Szene zu setzen, dass der traumatisierende Inhalt in den Hintergrund tritt.

Ich habe das beim Klienten Jo Eck probiert und wundere mich gehörig, denn schon beim Besprechen des Neuen bekommt Jo einen anderen Tonfall, ein anderes Verhaltens-Gehabe. Seine Stimme wird weicher als zuvor, er erkennt den geänderten Inhalt sofort an,

wahrscheinlich da er von ihm selbst gestaltet ist und willigt auch in die geänderte Form des FE-Szenarios ein. Es geht um die 2. Früh-Erinnerung.

Wir inszenieren jetzt nicht die Original-Früh-Erinnerung, sondern peilen eine Neuinszenierung der eingeholten Früherinnerung an und besprechen zunächst, welche Elemente der Erinnerung ihm „damals“ missfallen haben. Er willigt ein in diese Vorgehensweise. Wir sprechen also zunächst über Charakter und Inhalt der originalen Früh-Erinnerung und versuchen ihn im Aufbau und Inhalt umzustrukturieren. Es soll schließlich so werden, dass Jo die neu gestaltete Früh-Erinnerung mit Wohlgefallen betrachten kann und er den Eindruck gewonnen hat, dass der traumatisierende Hintergrund weggefallen ist.

Der Einfachheit halber zitiere ich jetzt die Erinnerung im Original Wortlaut.

Jo FE (5 Jahre): *Wir haben im Kindergarten eine Nikolaus Feier. Habe mich riesig gefreut – ich bin „unter der Decke“. Es ist meine 2. Nikolausfeier. Nach dem Kindergarten bin ich bei meiner Oma – wunderbar.*

Ich komme zu ihr nach Hause und erbreche vehement. Lege mich unter den Küchentisch zum Ausruhen. Danach geht die Mutter mit mir zum Arzt. Die Nikolaus Freude ist allerdings der Auslöser für einen Kopfschmerz-Anfall. Der Arzt hat mir für ein Jahr lang Adumbran verschrieben.

Gefühl: *missbraucht, vom Arzt nicht ernst genommen*

Inhaltlicher Hauptaspekt: *Einstieg in die Sucht*

Jetzt bespreche ich mit Jo einige Aspekte dieser Erinnerung. Es zeigt sich, dass Jo der Meinung ist, der Arzt habe die Situation falsch eingeschätzt. Da ist zunächst die Freude über den Nikolaus im Kindergarten, und dann der Kopfschmerz, den er für den Start seiner Sucht hält.

KL: Was hätten Sie denn gerne in dieser Erinnerung anders?

Jo: *Der Arzt hat gar nicht lange mit mir gesprochen, sondern sogleich den Rezeptblock gezückt und Adumbran aufgeschrieben.*

KL: Was hätte er denn statt Adumbran zu verordnen anders machen können? Was wäre Ihnen angenehmer gewesen? Mir fällt hierzu Dr. Sauerbruch ein, der in Agra in der Schweiz eine Klinik hatte, in der er kaum operiert, sondern mehr mit seinen Patienten gesprochen hat. Und das hat so manche OP überflüssig gemacht.

Jo: *Mit mir sprechen, ja, das hätte der Doktor auch mit mir machen sollen, statt mir sofort eine Verschreibung zu geben. Freude und Adumbran, das passt ja wohl nicht zusammen.*

KL: Das verstehe ich gut. Wie hätte er denn mit Ihnen sprechen sollen?

Jo: *Der kennt sich doch bestimmt mit den Neuerungen der Hirnforschung aus – und darüber hätte er mit mir sprechen müssen, was Freude im Gehirn bewirkt und was Adumbran betäubt.*

KL: Wenn die Situation von damals heute stattfinden würde, was genau sollte dann der Arzt zu Ihnen sagen?

Jo: *Er soll erst mal meine Freude überhaupt so richtig spüren und mir das auch zurück melden. Danach soll er mir freundlich erklären, was bei mir im Gehirn los war.*

KL: Wie kann er denn Ihre Freude spüren? Und wie soll er wissen, was bei Ihnen im Gehirn los ist?

Jo: *Er müsste mich mal genau beobachten, dann würde er sehen, dass ich beim Erzählen vom Kindergarten, den Glanz von Freude noch in den Augen hatte.*

KL: Ich spüre jetzt, dass auch ich ihn nicht ganz genau beobachtet habe, als ich die Erinnerung vorgelesen habe, deshalb frage ich nochmal nach.

KL: Also, was würde der Arzt denn ganz konkret zu Dir sagen, wenn er Ihre Freude über den Nikolaus wahrgenommen hätte?

Jo: *Na, das ist doch klar. Er hätte sagen können, dass meine Freude – wie auch alle anderen Gefühle - sich im Gehirn als einzigartige Ereignisse zeigen. Wenn das Gehirn Gefühle wahrnimmt, so sendet es eine Botschaft an den Körper, etwa so: Achtung, da ist Freude in Bewegung.*

Bei mir war sie in die Augen gewandert, so dass sie voller Glanz geworden sind. Außerdem hätte er mir erklären können, wie das Gehirn funktioniert, wenn es denn zum heftigen Kopfschmerz kommt. Das hat er nämlich nicht gemacht; wahrscheinlich, weil er gedacht hat, dass ich das nicht verstehen würde.

KL: Was meinen Sie denn konkret? Was passiert denn bei einem Kopfschmerz?

Jo: *Stellen Sie sich vor, Sie trinken mit einem Strohhalm Sprudel aus einem Glas. Dann drücken Sie den Strohhalm mit den Fingern zusammen, so dass weniger Sprudel durch den Strohhalm fließen kann. Das passiert nämlich mit dem Blut auf dem Weg ins Gehirn ebenso. Sobald die Adern verengt sind, kann das Blut nicht frei hindurch fließen, und es kommt im Gehirn zum Kopfschmerz.*

KL: Und das hättest Du tatsächlich auch verstanden, als Fünfjähriger?

Jo: *Na klar, das hätte ich mehr verstanden als dass er über die Freude hinweg geht und mir Adumbran verschreibt. Adumbran wirkt nämlich direkt aufs Gehirn, und es betäubt das eigentliche Gefühl.*

KL: Ich kann Dir nur beipflichten: das könnte auch ein Fünfjähriger verstehen, wenn er es so erklärt bekommt. Das hätte der Arzt alternativ so tun können.

Jo: *Ja natürlich hätte ich ihn verstanden; und er hätte mir auch kein Adumbran verschreiben müssen – bin sicher, dass Adumbran mich später in die Sucht hineingeführt hat.*

Ich frage Jo, ob er sich vorstellen kann, dieses Gespräch mit dem Arzt jetzt nochmals in Form des Erinnerungs-Szenarios zu führen? Und ich ergänze, was mir aus der Hirnforschung und durch vorangehende, ähnliche Situationen bekannt ist (Siehe auch das Kapitel über Hirnforschung): das Gehirn kann nicht zwischen Vergangenheit und Gegenwart unterscheiden. Es weiß also nicht, wie alt eine Erinnerung ist. Es deutet alle FEs als gleichaltrige.

Wenn wir die Szene nochmal in neu beschriebener Weise als Szenario spielen, dann wird diese Szene im Gehirn zusätzlich gespeichert – ebenso wie die Original-Erinnerung, die Jo mir anfangs erzählt hat. Wenn er dann diese neu gestaltete Erinnerung speichert, so wird es in seinem Gehirn von derselben Szene zwei Erinnerungen geben, die Original FE und die umgestaltete. Jo ist direkt überzeugt von der Erklärung – er stimmt zu, die Erinnerung in der veränderten Form zu inszenieren und dadurch im Gehirn zu platzieren, denn das Gehirn (konkret das Limbische System) nimmt allein Inszeniertes auf und speichert es; es speichert nicht, was nur „besprochen“ ist.

Jo: *Dann sollten wir jetzt mal die veränderte Szene in mein Gehirn pflanzen, anstatt dass ich vom Arzt Adumbran verschrieben bekomme. Wenn das korrekt ist, was Sie mir gesagt hast, dann sollte diese veränderte Erinnerung auch neue Erfahrungen über die Situation zur Folge haben.*

Ich stimme ihm zu, und wir gestalten die Änderung innerhalb eines weiteren Szenarios, bei welchem der Arzt in der beschriebenen Weise mit Jo spricht.

Jo ist dabei äußerst konzentriert, ja ich meine sogar, eine Veränderung in seinem Tonfall wahrzunehmen. Ich achte hochgradig konzentriert darauf, dass Jo das Szenario genau so gestaltet wie es vorbesprochen wurde, dass er vor allen Dingen das Wort *Adumbran* mit dem *Verjüngen des Trinkhalmes* in Verbindung bringt. Seine Stimme ist während des neuen Szenarios ganz weich und geschmeidig.

Für das Speichern im Limbischen System des Gehirns ist das Spielen der Szene durch den Klienten unabdingbar. Die Sitzung dauert insgesamt 45 Minuten.

4.1.3 Erste Schritte zur Neugestaltung der Eltern-Beziehung (FE 6 * Jo = 15 Jahre)

Das Hier & Jetzt Umfeld (Ein Auszug aus dem Globe)

Es gibt eine Reihe von Faktoren, die verhindern können, dass eine Seele Schaden leidet: ein gutes soziales Netzwerk, ein gesicherter Arbeitsplatz ohne Unter- oder Überforderung und im Privaten genügend Zeit für Dinge, die man gerne tut.

Auch in der Musik taucht in der letzten Zeit immer häufiger das Thema Psychische Erkrankung auf, so auch am Freitag, dem 4. März 2023 in den Aachener Nachrichten unter der Rubrik „Hörbar“. Hier geht es um einen Artikel über des Komponisten Stromae's (alias Paul van Haver) Ringen mit seinen psychischen Erkrankungen, und vor allem darum, wie er sie in Kreativität umwandelt. Er hat das neue Song-Album „Multitude“ heraus gebracht und damit eindrücklich verdeutlicht, dass ein psychisch Kranker nie allein große Leidensfähigkeit hat, sondern über viele Gestaltungsmöglichkeiten verfügt. „Meine Musik ist auf natürliche Weise freundlich einladend, weil mir diese Darstellung der Welt der Klänge am besten gefällt.“ Schon zu Beginn seiner Karriere als 23-Jähriger ging er in die Tiefe und schöpfte aus seiner Melancholie im Jahr 2009 die beschwingte Tanznummer „Alors on danse“ (Dann tanzen wir) mit einer eingängigen Melodie. Gerade zur Zeit des Komponierens dieser Nummer war seine Person von starken Selbstzweifeln geplagt.

In der „Multitude“ (Vielzahl) von Komposition findet sich ein Song mit dem Titel „Die Hölle“ (L'Enfer), der in poetischen Worten eine chronische Form seiner gefühlten Einsamkeit wiedergibt. Mit der Multitude hat er – bedingt durch die Tages Taktung seines Sohnes – sein Komponieren von der Nacht in den Tag verlegt.

Dieser zum großen Teil schmerzhaft Abschied von seinen Nachtschichten hat seine Kreativität beflügelt, und der Abschied von Gewohntem hat dazu geführt, dass er noch bessere Songs zu schreiben in der Lage ist. Das neue Album Multitude wird von Maestro Stromae und seiner Band am 10. Juli 2022 als Headliner des Lüttich Festivals „Les Ardentes“ (Die Kohlen) verkauft.

Das persönliche Beispiel

Es geht mal wieder um Jo Eck mit seiner 6. und 7. Früherinnerung. Er beginnt seine Lehre als Physik Laborant, doch als er älter wird, da stellt er fest, dass er lieber noch eine andere Lehre machen würde.

Die 6. FE (Jo = 15 Jahre alt):

Jo: Ich starte eine Lehre als Chemie Laborant. Das gefällt mir gar nicht, und als ich älter bin, da möchte ich gerne auf eine andere Lehre hinaus, doch davon möchte ich jetzt gar nicht sprechen, denn nach dieser Erinnerung, da ziehen meine Eltern um. Deswegen sage ich auch nichts weiter über meine Umentscheidung bzgl. der nächsten Lehre.

Jo ist entschlossen, weiter zu gehen. Und das macht er dann auch. Er erzählt nichts weiter über den Start dieser Lehre, sondern sagt, dass die Eltern nach dieser Erinnerung in eine andere Wohnung umziehen.

Jo: Die Mama ist auch dabei, wir treffen uns abends vor dem Abendbrot.

KL: „Die Mama ist auch dabei“, dieser Satz bringt mich spontan auf die Idee, im Sinne von Anne Teachwork's Psychogenetik (1999, 4th edition) ein Eltern Interview zu führen, weil ich darauf hoffe, dass es bei dieser Früh-Erinnerung um die Beziehung der Eltern untereinander geht.

Jo: Ich bin jetzt 15 Jahre alt und spüre genau, dass mein Vater ein bisschen stolz auf mich ist. Vor der Abschlussprüfung sagt er nämlich zu mir: ‚Ich habe keinen Zweifel, dass Du's packst‘. Er ist so richtig stolz auf mich.

Gefühl: Erleichterung, und Ich fühle etwas: Es wird warm im Bauchraum.

Inhaltlicher Hauptaspekt: Mein Vater hat mich aufgebaut, und mir Mut gemacht.

KL: Ich habe jetzt vor, Sie dazu anzuleiten, ein Gespräch zwischen Ihren beiden Eltern als Szenario zu gestalten, bei dem es um die Prüfung als Physik Laborant geht.

Jo: Wie kommen Sie denn darauf? Aber ich mach's mit, denn ich habe in den letzten Tagen gemerkt, dass mir die Arbeit mit Ihnen sehr gut tut, weil sie immer ein gutes Ende nimmt.

KL: Vielen Dank, Jo. Worüber sollen die Eltern denn miteinander sprechen?

Jo: Du hast doch Aufzeichnungen gemacht. Können wir denn daraus etwas nehmen?

KL: OK. Da ist die Prüfung-Situation, als der Vater Dir sagt, dass er keinen Zweifel darüber hat, dass Du die Prüfung bestehst.

Jo: Ja, da ist auch meine Mutter bei, doch sie sagt nichts und ist ganz zurückhaltend.

KL: Also, wir benutzen jetzt 3 Stühle. Einen als Regisseur-Stuhl, in dem Sie als 15-Jähriger sitzen, dann noch zwei Stühle, die wir gegenüber dem Regisseur-Stuhl aufstellen. Darauf sitzen symbolisch Vater und Mutter. Vom Regisseur Stuhl aus sagen Sie dem Vater und der Mutter, wie die beiden sich im Sinne eines guten Ausganges verhalten sollen. Haben Sie das Setting verstanden?

Jo: Das wird ja interessant, denn meine Mutter hat ja nicht viel zu sagen; sie ist immer sehr zurückhaltend. (Jo geht direkt zum Stuhl, den wir für seine Mutter vorgesehen haben.)

Ich schließe aus dieser Aktion, dass die Mutter dem Vater etwas sagen möchte, was noch nie zur Sprache gekommen ist. Deshalb bitte ich Jo nochmals auf den Regisseur-Stuhl und frage ihn danach. Er verneint und bestätigt, das Prinzip sofort verstanden zu haben.

Jo: Wir beide, Vater und Mutter, die sollen miteinander reden. Deshalb bin ich direkt auf Mutter's Stuhl gegangen.

KL: Ja, das verstehe ich, doch es wundert mich, weil die Mutter doch immer so zurückhaltend ist und selten ein Gespräch eröffnet. Worüber wollen die beiden denn reden?

Jo (vom Regisseur Stuhl): Meine Mutter, die war ja während des 2. Weltkrieges tatsächlich im Krieg mit mir. Wir haben zu der Zeit in Aachen gewohnt, und meine Mutter, die ist mit mir und meiner Oma (Liesa, ihrer eigenen Mutter) im Hunsrück evakuiert worden.

KL: Sie sind jetzt schon in der Rolle der Mutter, deshalb gehen Sie auch wieder auf den Stuhl der Mutter und sprechen von dort aus.

Jo (vom Stuhl der Mutter aus): Ja, ich habe auch in Aachen schon so richtig den Krieg erlebt, als die Bomben gefallen und die Häuser zerstört worden sind. Man hat uns in den Hunsrück geschickt, damit wir bei den Kampfhandlungen nicht dabei sein müssen.

KL (in Richtung der Mutter Stuhl): Was war im Hunsrück denn so schlimm?

Jo: Im Hunsrück, da war gar nichts schlimm, doch die Erinnerung an das Bombardement der Amerikaner, die hat mich auch dort manchmal überkommen. Das war so richtig schlimm.

KL: Möchten Sie denn jetzt hier mit Ihrem Mann mal darüber sprechen?

Jo (immer noch aus dem Mutter Stuhl): *Da gibt es nicht viel zu besprechen, es war einfach nur furchtbar und hat mir sehr zugesetzt. Wahrscheinlich bin ich deshalb immer so zurückhaltend gewesen.*

KL (wendet sich jetzt zum Vater-Stuhl hin, wohin Jo auch direkt wechselt): Worüber möchten Sie denn nun mit Ihrer Frau sprechen?

Jo (direkt aus der Vater Rolle heraus zur Mutter): *Ich möchte mit Dir über Jo's Prüfungs-Situation sprechen, denn Du warst so still als ich ihm Mut für die Prüfung zugesprochen habe. Die Situation war doch eigentlich ganz gut. Du musst es so ähnlich machen wie ich und Dich in Deinen Sohn hinein versetzen. Der Junge steht vor seiner Gesellenprüfung, und Sie schweigen.*

KL: Höre ich jetzt aus Ihrem Mund einen Vorwurf an die Mutter?

Jo (von seinem eigenen Stuhl, wohin er schnell gewechselt ist): *Nee, das ist doch kein Vorwurf. Ich sage Ihr doch nur, dass sie den Mund aufmachen und mit Jo reden soll.*

KL: Sie haben wahrscheinlich vergessen, dass wir jetzt eine neue Situation spielen, nicht die Original Früh-Erinnerung. Ich wiederhole nochmals im Sinne der Hirnforschung, eine Erinnerung so zu inszenieren, wie der Regisseur sie gerne hätte; und nicht die Original FE zu inszenieren. Ziel ist doch, dass die genannte Erinnerung bei Jo einen besseren Eindruck hinterlassen möge.

Jo (spricht aus seiner eigenen Rolle heraus): *Jetzt fällt mir ein, dass ich doch froh bin, dass meine Mutter mal Grenzen gezeigt bekommt von Großtante Mienchen.*

KL (bittet jetzt Jo auf den Regisseur-Stuhl und sagt): Das ist zwar richtig, doch in diesem Augenblick sollen Sie doch aus der Rolle des Vaters mit der Mutter reden. Und das ganze Setting dient dazu, dass Sie eine froher gestaltete Erinnerung bekommen.

Jo (jetzt aus der Regisseur-Rolle heraus): *Ja natürlich, das habe ich vergessen. Also ich soll jetzt als Mutter Verständnis für Jo aufbringen, doch die Erinnerungen an den Krieg, sie funken immer dazwischen. Das Bombardement war furchtbar, und die Mutter kann jetzt kein Verständnis für Jo aufbringen, sie kann es einfach nicht.*

KL: Dann gehen Sie bitte nochmals auf den Stuhl des Vaters. Vielleicht gelingt es von dort aus, die Mutter ins Verständnis hinein zu führen.

Jo (jetzt vom Stuhl seines Vaters aus): *Liebe Resi (Name der Mutter), guck' mal, wie ich das mache. Mir gefallen auch seine langen Haare nicht und auch nicht die laute Musik, die Jo immer wieder hört, doch er braucht jetzt Mut für die Gesellen-Prüfung. Sieh doch bitte mal ab von dem anderen, was draußen los ist, was Dir nicht an Jo gefällt und wünsche ihm jetzt Mut für die Prüfung.*

Jo (geht auf Mutters Stuhl zurück und spricht zum Vater): *Ich würde Jo gerne Mut zusprechen, denn er hat ja so super gut gelernt, doch ich kann es einfach jetzt nicht. Ich kann ihm jetzt keinen Mut zusprechen, weil die Erinnerung an den Krieg immer noch dazwischen kommt und mich davon abhält, dem Jo – so wie Du es wünschst – Mut zu zusprechen.*

KL Ich bitte Jo jetzt aus der Mutter-Rolle heraus zu treten und die Rolle des freundlichen Beobachters einzunehmen, sich neben die drei Stühle, neben Regisseur, Mutter und Vater zu stellen und dann mit mir über das bisher Gespielte zu reflektieren.

Jo (jetzt aus der Rolle des Freundlichen Beobachters): *Der Jo, er hat die Rolle der Mutter so gespielt, wie er sie kennt. Die Erinnerung an den Krieg ist bei ihr wahrscheinlich so groß, dass sie sich gar nicht anders verhalten kann. Ich glaube, sie will das schon, doch es geht einfach noch nicht. Vielleicht geht es beim nächsten Mal, wenn wir die Früh-Erinnerung mit der Heiligtum Fahrt und Tante Mienchen bearbeiten.*

KL Dieser Standpunkt, wie ihn Jo aus der Rolle des Freundlichen Beobachters spricht, überzeugt mich sehr. Die Mutter kann heute kein Verständnis für ihren Sohn Jo aufbringen.

Jo scheint zu spüren, dass die nächste Früh-Erinnerung bald umgedeutet sein will, so dass die Mutter endlich für ihn Verständnis aufbringen kann. Deshalb kann ich Jo jetzt zustimmen und die Sitzung beenden. Die Sitzungsdauer ist genau 45 Minuten.

4.1.4 Die Mutter stellt sich schließlich um (7. FE Jo = 8/10 Jahre)

Der Versuch, das Script einer Früh-Erinnerung um zu gestalten

Das Hier & Jetzt Umfeld (Ein Auszug aus dem näheren Umfeld des Globe)

Heute (am 4. März 2022) erreicht mich über Kerry Jago aus Haus Overbach (Bildungsstätte des IHP) die Meldung, dass am Dienstag die ersten Ukraine Flüchtlinge dorthin kommen werden – meist Mütter mit ihren Kindern im gymnasialen Alter. Die Männer bleiben „zu-Hause“ im Ukraine-Land und werden es gegen Angriffe aus Russland verteidigen.

Das Arrangement ist kurzfristig zwischen dem Christlichen Jugenddorf als Träger von Haus Overbach und dem Kreis Düren installiert worden. Die Flüchtlinge sollen längere Zeit dort wohnen können, und ihre Kinder dürfen das im Haus Overbach angesiedelte Gymnasium gemeinsam mit deutschen Kindern besuchen.

Kerry Jago, musikalischer Mitarbeiter im Haus Overbach, der von mir für PostTraumaCounseling gebrieft wird, hat selbst an der IHP Counselor Ausbildung teilgenommen und ist fast fertig damit.

Auch biete ich, ähnlich wie nach Hurricane Katrina (New Orleans im August 2005) oder nach der Hochwasser Katastrophe von Eschweiler (im Juli 2021), den erwachsenen Betroffenen PostTraumaWorkshops an, gemeinsam mit dem Pianisten & Arzt Dr. Frank Carpentier. Das lindert die Not dieser Menschen und macht ihnen Resilienz-Angebote.



Resilienz

Mitten im Elend
mitten in der größten
Not und Verzweiflung
wenn die Augen erstarren
im Angesicht der totalen Zerstörung
und Enteignung
wenn der Mund
wie eine schwarze Höhle
tonlos schreit
vor Angst
wenn die Arme
keine Hände mehr haben
die be-greifen
und das Bein in der Luft hängt
weil es keinen Halt mehr gibt

wenn das braune Wasser der Flut
alles mitreißt
und die Notfahne
geflaggt ist

dann öffne das Dach deines Hauses
und preise den Herrn
weil nur so
das Licht des Segens
in deine Not fließen kann

wenn wirklich nichts mehr geht
ist der Himmel schon offen
ist die Wirklichkeit größer

wenn du nichts mehr zu geben hast
will der Segen
wie ein strömendes Licht
in dein Haus
will die Enge und Dunkelheit
sprengen

es ist diese Liebe
es ist dieses Herz
das zu preisen würdig ist
damit der Segen
kommen kann

weil dann
auch dein Herz
offen ist
und heilen kann

Renate Thimm

Das persönliche Beispiel

Jo ist zwischen 8 & 10 Jahren. Es geht um seine siebente Erinnerung.

Jo: Ich bin zwischen 8 und 10 Jahren alt. Es ist Heiligtum-Fahrt. Im Domhof von Aachen hat die Schwester meines Großvaters, Tante Mienchen, ein kleines Geschäft mit kirchlichem

Zubehör wie Kerzen, Kruzifixe, Rosenkränze, Heiligenfiguren etc.. Sie ist eine stramme Nazi-Frau. Ich bin zu dieser Zeit in der Dom Singschule. Meine Mutter hilft gelegentlich Tante Mienchen im Geschäft, obwohl die Groß-Tante sie immer wieder „zusammen faltet“: „Du redest mit dem Mund, wo Du mit isst.“

Es tut mir gut, dass meine Mutter mal Grenzen gezeigt bekommt. Bin erstaunt, dass meine Mutter in der Tat nicht immer alles richtig macht. Oma Liesa (diesen Namen nennt Jo vor meiner Frage nach dem Begleit-Gefühl und der Überschrift des Schulaufsatzes, dem inhaltlichen Hauptaspekt)

Gefühl: Schadenfreude (gespürt im Bauchraum)

Inhaltlicher Hauptaspekt: Erwachsene machen auch Fehler.

KL: Ich spreche Dich direkt wegen des Gefühls der Schadenfreude zu Deiner Mutter an. Dieses Gefühl, das könnten wir heute beim Szenario ändern in „Verständnis für Deine Mutter“, denn diese Frau hat dich ins Leben gesetzt – und Du hast schließlich überlebt, auch wenn Du von einem heftigen Schicksal betroffen warst. Und wir wollen ebenso die Nazi Tante Mienchen davon wegbringen davon, die Mutter immer wieder „zusammenzufalten“, sie zu diskriminieren. Schließlich hat die Mutter der Großtante im Geschäft geholfen.

Jo: *Ja, das habe ich in der vergangenen Sitzung gemeint. Denn dann könnte ich beide, meine Mutter und auch Großtante Mienchen mit „neuen Augen“ sehen. Wir würden also meinen Bezugsrahmen zu diesen beiden Ladies ändern.*

KL: Ich lese also Jo die Erinnerung nochmals vor und bemerke Verwirrung bei ihm. Er kann sich nur schwer an diese FE erinnern, und er ist heute wieder wie immer mal im Widerstand gegen meine Absicht. Es zeigt sich bei ihm (noch) keine Bereitschaft, die Mutter in anderem Bezugsrahmen zu sehen. Ich akzeptiere diese Haltung, und wir beenden die Sitzung nach einer halben Stunde. Etwa 2 Monate später schreibe ich an Jo Eck.

KL's Brief an Jo: Ich habe gestern nochmal alle Unterlagen durchgesehen und festgestellt, dass noch eine Aufgabe offen ist, nämlich die Rehabilitation Ihrer Mutter durch ein fingiertes Gespräch zwischen Mutter und Vater. Wenn auch Sie Interesse am Lösen dieser Aufgabe haben, so bitte ich Sie höflich, noch einen weiteren Counseling Termin bei mir zu machen.

Würde mich freuen, wenn Sie zustimmen.

Mit freundlichem Gruß, KL.

KL: Jo stimmt tatsächlich zu, und wir treffen uns zum Wieder Aufgreifen des Themas aus der vorangehenden Sitzung. Jo startet sofort und merkt Folgendes an.

Jo: *Ja, ich möchte gerne meine Mutter und auch Großtante Mienchen in einem positiveren Bezugsrahmen sehen. Deshalb bin ich heute gekommen.*

KL: Soll ich die Szene nochmal vorlesen, oder ist sie Dir präsent?

Er möchte sie nochmals vorgelesen bekommen. Jo geht zurück auf „seinen“ Stuhl und ich lese ihm nochmal die FE 7 vor..

KL liest Jo's FE 7 nochmals vor.

Ich bin zwischen 8 und 10 Jahren alt. Es ist Heiligtum-Fahrt. Im Domhof von Aachen hat die Schwester meines Großvaters, Tante Mienchen ein kleines Geschäft mit kirchlichem Zubehör wie Kerzen, Kruzifixe, Rosenkränze, Heiligenfiguren etc. Sie ist eine stramme Nazi-Frau. Ich bin zu dieser Zeit in der Dom Singschule. Meine Mutter hilft gelegentlich Tante Mienchen im Geschäft, obwohl die Groß-Tante sie immer wieder „zusammen faltet“: „Du redest mit dem Mund, wo Du mit isst.“

Jo: *Es tut mir gut, dass meine Mutter mal Grenzen gezeigt bekommt. Bin erstaunt, dass meine Mutter in der Tat nicht immer alles richtig macht. Oma Liesa* (diesen Namen nennt Jo vor meiner Frage nach dem Begleit-Gefühl und der Überschrift des Schulaufsatzes, dem inhaltlichen Hauptaspekt)

KL: Ich bitte Jo nun, wieder auf dem Regisseur-Stuhl Platz zu nehmen. Ich frage ihn, wen er gerne als sein Gegenüber haben möchte.

Jo: *Da könnten Tante Mienchen, Oma Liesa, meine Mutter und mein Vater beteiligt sein ~ und eventuell noch eines der Devotionalien, etwa eine der Kerzen.*

Er stellt also sich selbst gegenüber 5 Stühle auf und legt darauf Zettel mit Namen der Personen und Dinge, die auf ihnen Platz nehmen möchten, seine Mutter, Tante Mienchen, Oma Liesa, sein Vater und eine Kerze .

KL: Wer beginnt das Gespräch?

Jo: *Meine Mutter Resi. Sie soll sich Tante Mienchen zuwenden und ihr sagen „Ich helfe Dir seit Jahren in Deinem Laden, doch ich möchte nicht immer wieder von Dir zusammen gefaltet werden. Das tut mir weh. Du sollst das ‚Zusammenfalten‘ einfach weglassen.“*

Jo wechselt anschließend zu Tante Mienchen's Stuhl und ist ziemlich betroffen. Er spricht aus Tante Mienchen's Rolle:

Jo (als Tante Mienchen): *Es tut mir wirklich leid Resi. Sie rutscht mir immer wieder mal einfach so raus, diese Bemerkung. Ich werde in Zukunft besser darauf achte.*

Jo, wechselt jetzt auf den Stuhl des Vaters (Fritz).

Jo (spricht aus der Rolle seines Vaters Fritz): *Resi, es ist gut, dass Du das mal ansprichst, denn es beschäftigt Dich ja nun schon sehr lange. Ich bin jetzt auch wieder froh mit Dir, denn ich wollte Dich dazu motivieren, unserm Sohn Jo mal ein paar lobende Worte zu schenken. Der leidet nämlich unter Dir so wie Du unter Mienchen leidest.*

Jo (als Mutter Resi, weinend): *Ja der Krieg hat mich offenbar meinem Sohn gegenüber unsensibel werden lassen. Ich bin doch genau so froh, dass wir ihn haben. Er ist so gut, und jedes Mal, wenn ich ihm etwas Nettes sagen möchte, dann kommt eine Art Offizier-Stimme in mir zum Zug und spricht: Jungen müssen stramm erzogen werden, sonst werden sie verweichlicht.*

Jo (aus der Rolle seines Vaters): *Ja, Resi. Unser Junge, der Jo, er ist auch hier. Du kannst es ihm auch jetzt mal selbst sagen.*

Jo (als Resi zur Seite sprechend): *Fritz, jetzt halte Dich mal zurück: der Jo, er kann das „Zusammenfalten“ genau so wenig vertragen wie ich.*

Resi (jetzt zu Jo selbst gewandt): *Lieber Jo, ich habe Dich sehr, sehr lieb – auch wenn das nicht immer so aussieht. Du bist voll und ganz ok, und Du hast schon so viel geschafft in Deinem jungen Leben. Du wirst Deine Aufgaben schon richtig meistern.*

Jo rast auf seinen eigenen Stuhl zu. Er weint jetzt ebenso, und er wirft seiner Mutter einen Blick zu, den man „dankbar“ nennen könnte. Jo sagt gar nichts, er weint nur, dann plötzlich kippt das Weinen in Lachen und er sagt: *Der Dr. Lumma hat mir mal gesagt, ich könne auch Gegenstände sprechen lassen in den Counseling Sitzungen. Ich möchte jetzt mal hören, was die Kerze zu sagen hat.*

Jo (wechselt auf den Platz der Kerze und spricht als Kerze): *Dass ich das erleben darf - nach all den Jahren – die Mama lobt den Jo. Auch das ist gut. Wenn ich so richtig mal nachdenke, dann stellt sich diese Szene so dar: Tante Mienchen hat Resi zusammengefaltet, und Resi weiß nicht so recht, wie sie ihren Sohn Jo loben soll.*

Jo saust jetzt geradezu auf den Stuhl seiner Oma Liesa.

Jo (in der Rolle von Oma Liesa): *Jetzt habt Ihr den Streit lange genug geführt. Jetzt kommt die Zeit der Versöhnung. Jo war immer wieder mal bei mir und hat sich ausgeweint. Er hat in meinem Schoß gelegen und bitterlich wegen seiner Mama geweint. Das hat jetzt ein gutes Ende genommen, und ich bin froh, dass wir jetzt mal alle auf diese Weise zusammen gekommen sind.*

An dieser Stelle beende ich das Szenario, weil die Konzentration nachlässt. Ich gehe davon aus, dass dieses Szenario Jo's Erinnerung „erweitert.“ Er hat sich dafür geöffnet, auf Empfehlung des Vaters (Fritz) die Mutter (Resi) „weich“ werden zu lassen und ihrem Sohn Ermutigung zuzusprechen. Das hat sie zwar nicht offen gesagt, doch der Rahmen ist dafür gesetzt worden. Ich gehe davon aus, dass diese Um-Inszenierung jetzt gelungen ist.

Bei allen Erinnerungen, die ich mit Jo bearbeitet habe, machte ich den „TZI Versuch“. Der TZI Versuch beinhaltet das mir bewusst Machen dessen, was es gerade aus den Nachrichten zu hören gibt, oder was mir durch bloße Awareness auffällt. Es hat zwar offenbar nichts direkt mit der FE Arbeit zu tun, doch sie wird offenbar dennoch beeinflusst – der TZI Versuch des Zitierens von aktuellen Nachrichten hat den Erfolg des Selbst-Beelterns positiv beeinflusst, davon gehe ich aus.

Heute, am 15.7.2024 erreicht mich die Nachricht, dass der ehemalige Präsident der USA einen Tötungsversuch überlebt hat. Es wird „nur“ sein rechtes Ohr durchlöchert. Er selbst ist ok, doch der „Todes-Schütze“ und eine Unbeteiligte wurden getötet.

4.2. OrientierungsAnalytisches Selbst-Beeltern 2 (Sieben zusammenhängende Praxis-Feld-Studien)

Diese Praxis-Feld-Studien beziehen sich auf eine komplette orientierungs-analytische Counseling Arbeit mit 7 Erinnerungen, die ich mit Josi binnen eines Zeitraumes von 7 Monaten gemacht habe. Beteiligt sind außerdem (indirekt, jedoch inhaltlich) Josi's Schwester Rebecca, Peer und Friedhelm, ihre beiden Brüder und ihre Eltern und Großeltern, sowie eine Kerze.

„Manche Menschen hatten so völlig unzulängliche Eltern, dass ihr Eltern-Ich kaum etwas Brauchbares enthält, sondern nur Deprimierendes. In solchen Fällen muss eine Therapie das Ziel haben, die Aufzeichnungen des Eltern-Ich auszulöschen. In ernsteren Fällen kann sogar eine Neu-Programmierung des Eltern-Ich erforderlich sein. Man hat nachgewiesen, dass dies unter spezifischen Dingen möglich ist.“ (Muriel James, Seite 144)

Ich vertrete die Ansicht, dass es ausreicht, die deprimierenden Erinnerungen nicht zu löschen, sondern neue Erinnerungen hinzu zu fügen. Das ist weniger aufwändig als zum Beispiel, das Schiff'sche Rehabilitation Projekt (s.o. Jacqui Schiff 1971 in Muriel James) anzuwenden und den Klienten oder die Klientin bis an das Säuglingsalter zurück zu führen und ihn in „häuslicher Atmosphäre“ erneut durch alle Entwicklungsphasen zu leiten.

Die Namen der beteiligten Personen sind anonymisiert.

Kontext-Fragebogen zur Kern-Familie

		für (Name)	
		Spitzname?	
In der Kern-Familie lebten früher:			
VATER geb.		MUTTER geb.	
gest.		gest.	
Vorname		Vorname	
		Mädchenname	
Berufe			
Platz für sonstige Notizen			
WIE hat sich Krieg in der Familie bemerkbar gemacht?			
Wer sonst noch in der in bzw. in der Nähe der Kernfamilie lebte:			
.....			
.....			
.....			
		+ (n)	
		+ (n)	
		+ (n)	
KLIENTIN geb.		Geschwister	Jahre
		- (n)	älter, bzw. jünger
		- (n)	Jahre
		- (n)	

Wir holen beim FE-Interview ein:
 Sieben (oder mehr) spontane Früherinnerungen = konkrete Situationen mit dem Charakter der Einmaligkeit,
 Angabe des ungefähren Lebensalters (n), des begleitenden Gefühls (G) und des inhaltlichen Hauptaspekts (HA).
 Ebenfalls notiert werden: Märchen, Lieder, Geschichten, Träume, Filme, Fotos und Ähnliches.

OA Fragebogen zum Einholen von Früh-Erinnerungen (FE)

4.2.1 Erste OA Sitzung: Der Kontrakt / Die Erhebung von Früh-Erinnerungen

Wir verabreden, dass für die Counselings

- der OrientierungsAnalytische Kontext-Fragebogen ausgefüllt wird,
- plus minus sieben Früherinnerungen eingeholt und genau mitgeschrieben werden,
- diese Erinnerungen (FEs) anschließend wie ein Theaterstück inszeniert werden,
- die Eltern, Geschwister, Großeltern und sonstige Angehörige beteiligt werden,
- die Erinnerungen ggfs. im Sinne des Selbst-Beelterns umstrukturiert werden,
- der Counselor im Sinne „des näheren Umfeldes“ nach sonstigem fragen darf, zum Beispiel nach irgendwelcher Beziehung zu einem Krieg oder einer Natur Katastrophe.

Ich erkläre, diese Befragung ausschließlich als Interview zu führen, keineswegs auf das Gesagte einzusteigen oder das Gesagte inhaltlich zu kommentieren. Wir verabreden, dass ich ihre Früh-Erinnerungen (FEs) mitschreibe und anschließend mit ihr psychodramatisch wie ein Theaterstück inszenieren darf. Josi stimmt zu.

Ihre Wahl ist auf mich als ihren Counselor gefallen, weil ich

- eine beachtenswerte Berufserfahrung habe
- mein Studio gut für sie zu erreichen ist
- im ungefähren Alter ihres Vaters bin und sie sich von der Beratung verspricht, dass sie „Zuwendung durch eine väterliche Person erfahren kann.“

Ihr Großvater mütterlicherseits (Opa M) ist in russischer Kriegsgefangenschaft gewesen und danach ein „gebrochener Mann“. Der Wohnort der Mutter sei in englischer und amerikanischer Besatzungszone gewesen, und die Besatzer haben im Haus der Mutter gewohnt; Mutters Familie lebte im Keller, also nicht in der „Hauptwohnung“.

Ganz in der Nähe des mütterlichen Wohnhauses gibt es während der Nazizeit eine Einrichtung für behinderte Menschen, und genau deshalb gibt es immer wieder Warnungen an die „Mutter im Kindesalter“, dort nicht hinzugehen, weil es dort ein gefährliches Moor gebe.

In ihren eigenen Träumen ist Josi immer mal dort in der Nähe dieser Einrichtung „auf den Wegen ihrer Mutter“. Sie erlebt dabei „ungute Gefühle, Angst und Schrecken“.

Die Familie des Vaters wurde aus Masuren, Ostpreußen vertrieben. Ihr Vater war damals sieben Jahre alt, hat aber nie etwas darüber erzählt. Ihr Großvater war darüber auch sehr verbittert.

„Erinnerte Vergangenheit ist eine Funktion der erlebten Gegenwart“

(Rebecca Rupp, 1997, Seite 223.)

Es wird jetzt gesucht nach sieben Kindheit Früh-Erinnerungen (FEs), je früher, desto besser. Sie stellen die inhaltliche Grundlage für die alle weiteren Sitzungen dar, denn „Frühkindliche Erinnerungen (FEs)“, zeigen bereits Emotionen und Verhaltenswege, die im späteren Leben angewendet werden. Sie sind eine gute Basis fürs Counseling.

Klaus bereichert Josi's als einfach und freudvoll zeigende Suche mit eigenen Bezügen, die er kurz anreißt und die bei ihr bewirken, dass sie sich aufgrund des ähnlichen geschichtlichen Hintergrundes (*KL ist Jahrgang 1944*) gut und intuitiv verstehen.

Josi: Wenn der Berater deutlich jünger wäre als ich, dann fehlte das persönliche Erleben geschichtlicher Dinge, also hier die Nachkriegszeit mit allen ihren Effekten z.B. Erleben des Krieges durch Großeltern und Eltern, familiäre und gesellschaftliche Traditionen, autoritäre Erziehungsmethoden, das Lebensgefühl, die Sparsamkeit und das Weniger an Konsumgütern, Fehlen der Medienübermacht Internet. Es ist für mich ein wohliges, gemeinsames Eintauchen in die Vergangenheit. Durch die kurzen persönlichen Sequenzen des Beraters gelingt es mir, assoziativ weitere frühe Erinnerungen zu aktivieren: Ach ja, das war bei mir auch so ähnlich. Es ist ein enorm gutes Gefühl, wenn mein Counselor mir uneingeschränkt freundlich und neugierig zuhört.

Eine solch intensive Zuwendung, die meinen Erzählungen und Erinnerungen den maximalen Raum gibt, erlebe ich tatsächlich selten und ich bin über diese Erfahrung sehr dankbar! Ich freue mich, dass ich angeregt werde, über Kommunikation nachzudenken und freue mich auch darüber, dass ich diese Kommunikationsstrategie der achtsamen Zuwendung nun als hervorgehobene Erkenntnis, als Möglichkeit, als Werkzeug und als mein Bedürfnis benennen kann.

Das ist deutlich mehr, als ich von dieser Beratung erwartet habe und ich ahne, dass sie für mich das Richtige sein wird.

Klaus bestätigt Josi's Aussagen zur Titelfindung der jeweiligen Erinnerung, und er nimmt auch ihr Grundgefühl zur Erinnerung auf. Wenn das jetzt ein Schulaufsatz wäre, welchen Titel hätte er?

KL Welches Gefühl begleitet Sie hauptsächlich bei dieser Erinnerung?

Es werden jetzt die sieben Früh-Erinnerungen eingeholt. Ich lese sie jeweils in den einzelnen Sitzungen vor.

4.2.2. Zweite OA Sitzung (Rotkäppchen & Nesthäkchen: 2 FE)

Mit dieser Sitzung starten die FE-Szenarien, das Inszenieren der einzelnen Erinnerungen. Beim Inszenieren ist der Körper in Aktion und kann nicht so viel nachdenken.

Josi: *Das FE Szenario - Ich bin sehr gespannt – ich habe so etwas noch nie gemacht.*

KL: In welcher Reihenfolge möchten Sie beim Bearbeiten vorgehen?

Josi: *Ich finde die Reihenfolge von 1-7 sinnvoll. So haben wir die Erinnerungen eingeholt, und in dieser Reihenfolge sollen sie auch bearbeitet werden.*

KL Ich habe vor der Sitzung meine Aufzeichnungen um den Anamnese Fragebogen herum nochmals angesehen und Josi gesagt, es sei gut, dass sie über so frühe Erinnerungen verfüge - ab dem 1,5 Lebensjahr.

Josi erwähnt, nachts vorher ein Script von Lucy Ackerknecht zu frühkindlicher Erinnerung auf der Homepage des IHP gelesen zu haben (Ackerknecht 1978, Seite 117-127), und wir tauschen uns kurz darüber aus: Eingeholte Früh-Erinnerungen sind demnach situativ angepasst und Zeichen der „heutigen Wahrheit“, die sinnvoll sind, im Hinblick auf das aktuelle Leben angesehen und gegebenenfalls bearbeitet zu werden.

FE 1 (3 Jahre) Rotkäppchen * Hineinschlüpfen in eine fantastische Rolle

Die Situation

Josi: *Als kaum des Laufens mächtiger kleiner Mensch habe ich von meiner Mutter und meiner Oma ein wunderschönes Rotkäppchen-Kostüm zu Karneval genäht bekommen, das ich voller Stolz trage, mit Kleidchen, Kappe, Strumpfhose, Körbchen mit Leckereien darin.*

Meine Erinnerung an dieses Aussehen wird durch eine Fotografie aus dieser Zeit unterstützt.

Ich erinnere mich, dass ich mit diesem Kostüm sehr viel positiven Zuspruch gefunden habe und es ist ein gutes Gefühl, im Mittelpunkt zu stehen. Ich bin stolz, ich bin es wert, dass Mama und Oma sich so viel Arbeit machen, ich fühle mich geliebt, alle finden mich süß.

Das Austeilen wertvoller Leckereien aus meinem Körbchen macht mich zufrieden. Ich kann dabei entscheiden, wem ich was gebe, habe also Freiheit und letztlich Macht– ich bin mächtig!

Gefühle: Stolz, die Rolle von Rotkäppchen zu übernehmen

Inhaltliche Hauptaspekte: Vertrauen der Mutter, denn sie schickt mich alleine los

Liebe zur Großmutter, Zweisamkeit mit ihr, gemeinsames Abenteuer und Rettung. „Ich bin Oma und Mama sehr viel wert.“ Ich werde bewundert, und ich darf entscheiden, mit wem ich was teile, und ich teile gerne.

KL: Was fällt Ihnen bei diesem FE- Szenario auf?

Josi: *Ich wende mich Oma und Mam bewusst zu. Ich entscheide über meine Handlung. “
Ich halte mich fast ein bisschen an dem wertvollen Körbchen fest, denn ich kann ja noch nicht
so richtig laufen. Das Körbchen dient mir als Luftanker.*

KL: Hat das einen Bezug zu heute?

Josi: *Ja, es gibt Situationen, in denen ich Dinge schützend vor mich halte: das Script in einer
anspruchsvollen Veranstaltung oder das Getränk auf einer Party. Ich beobachte dieses
Verhalten auch bei meinen neuen Kolleginnen.*

FE 2 (1,5 Jahre) Das Nesthäkchen in Mamas Bett

Die Situation

KL: Ich lese den Text aus dem FE-Interview vor.

Josi: *Das Bettchen habe ich bei der Aufnahme meiner frühkindlichen Erinnerungen als
champagnerfarben beschrieben.*

KL: Ich frage diesen Punkt noch einmal nach.

Josi: *Ich erinnere mich, dass das Bettchen meines eigenen Sohnes champagnerfarben
gewesen ist.*

*Ich liege in meinem Gitterbettchen im Schlafzimmer meiner Eltern auf der Ehebettseite, wo
meine Mutter schläft. Ich bin morgens bereits wach, bin ganz leise und lauere zu meiner
Mutter hinüber, ob diese auch schon aufgewacht ist. Ich störe nicht. Wenn Mama wach ist,
dann nimmt sie mich meistens ganz bestimmt aus meinem Bettchen in ihr eigenes Bett hinein.
Ihr Bett ist warm und duftet allumfassend nach Mama. In Löffel-Stellung liegen wir
schweigend eng zusammen.*

Ich spüre grenzenlose Glückseligkeit.

KL: Was ist mit Ihren Geschwistern?

Josi: *Meine Geschwister liegen nebenan in den Kinderzimmern in ihren Betten. Sie können
jederzeit dazu kommen. Mein Vater spielt erstaunlicherweise keine Rolle, obwohl er ja
irgendwie anwesend gewesen sein muss. Vielleicht ist er aber auch schon zur Arbeit oder wir
so leise, um ihn nicht zu stören.*

KL: Wie ist denn das Verhältnis von Ihnen zu Ihrem Vater?

Josi: *Mein Vater ist ein Arschloch! Mein Vater war ein richtiges Arschloch! Das muss
wahrscheinlich zweimal gesagt werden!*

KL: Ich gehe nicht auf diese Aussage ein.

Josi: *Warum nicht? Tut es im Moment nichts zur Sache? Ich bin erstaunt und gleichzeitig
befreit – das wird schon werden – er weiß, was er tut und er kennt sich aus!*

KL fragt zum Abschluss dieser Sitzung, ob beide Eltern heute noch leben, und wir schauen
gemeinsam in meine biografischen Aufzeichnungen: Beide sind tot.

Jetzt thematisieren wir kurz die Beteiligung des 2. Weltkrieges in Josi's Biografie. Ihr Vater ist
als Sieben-jähriger mit seiner Familie aus Masuren geflohen.

Josi: *War mein Vater deswegen traumatisiert?*

KL: Ja, das könnte sein.

Josi: *Mein Vater hat sich wahrscheinlich durch die Heirat und die anschließende Geburt der vier Kinder betrogen gefühlt. Uns Kindern hat er jedenfalls vermittelt, dass er uns gar nicht gewollt hat, und das hat er mehrmals gesagt.*

KL: Beim Lesen der biografischen Daten fällt mir die Beschreibung von einem Moor ins Auge.

Josi: *Meine Mutter ist 1938, also in Kriegszeiten geboren, und sie wurde immer wieder von meiner Großmutter dazu ermahnt, ein Gebiet nahe des elterlichen Hauses zu meiden, denn da sei ein gefährliches Moor.*

KL: Tatsächlich befand sich dort in der NS Zeit ein Lager für behinderte Menschen. Ziemlich sicher muss man diese Situation im Zusammenhang mit dem Euthanasieprogramm der Nazis sehen. Wurde das zur damaligen Zeit befürchtet, geahnt, gewusst?

Josi: *In unserer Familie ist nicht über die NS Zeit gesprochen worden und ich kenne wissentlich keinen Kriegsverbrecher aus meinem Umfeld.*

KL: Das ist gut so, wirklich gut.

Josi: *Mein Leben wird begleitet von Träumen, in denen dieses Moor und die gefährliche Umgebung eine Rolle spielt. Ich träume immer wieder in sehr großen Abständen von diesem Moor; es ist ein Albtraum. Ich verlasse fahrend auf meinem Rädchen die bekannte elternhausnahe Gegend und fahre in die verbotene Zone; finde mich dort nicht mehr zurecht, doch es ist wie ein Sog, der mich ins Unglück zieht: Ich habe Stress, auch Angst – dann folgt das Ende des Traumes und ich werde wach.*

KL: Wenn es für diesen Traum einen Regisseur gäbe, wie würde er diesen Traum am liebsten fortführen?

Josi: *Alles klar, wenn ich der Regisseur für diesen Traum bin, so würde ich Josi sagen, sich umzudrehen, sich umzuschauen, klar! Ich drehte mich jetzt um und halte wie bei Hänsel und Gretel nach bekannten Merkmalen des Weges nach Hause Ausschau – und dann finde ich den Weg nach Hause. Ich beschließe, das so zu machen, wenn der Traum noch einmal auftaucht.*

KL: Wie einfach!

Josi: *Wenn das passiert, darf ich Sie dann anrufen?*

KL: *Ja bitte, auch mir liegt daran, dass diese Traum-Szene sich anders fortsetzen lässt als Sie's in Wirklichkeit erlebt haben. Ich glaube, so wird sich der Traum auch nicht wiederholen.*

4.2.3. Dritte OA Sitzung (Buchenhecke & Haushaltshilfe: 2 FE)

Zu Beginn der 3. Sitzung wird kurz der vergangene Termin reflektiert. Die Früh-Erinnerung ist erstaunlich früh, also wahrscheinlich noch in der Nicht-Sprache-Zeit von ca. 1 Jahr (*Erinnerung 2, Im Bett der Mutter*). Was ist denn, wenn der Berater die Aussage des Klienten nicht glaubt? Der Klient wird Gründe für seine Erinnerungen und seine Darstellungen haben. Die persönliche Atmosphäre zwischen Berater und Klient in der 3. Sitzung ist gut und vertrauensvoll.

Es gelingt eine unkomplizierte und zügige Zusammenarbeit. Der Klient spürt, dass die Entscheidung für eben diesen Berater richtig ist und freut sich, dass seine Wünsche und Vorstellungen Realität werden. Der Klient spürt die Kraft, die von seinen Wünschen und Vorstellungen in die konkrete Situation hineinwirkt.

Das emotionale Einlassen, Mut und Vertrauen, Offenheit und Neugier, Aufmerksamkeit und Konzentration, gehören zu den Grundlagen dieser guten Zusammenarbeit. In diesem Zusammenspiel liegen enorme Kräfte und Potentiale. Dieser Zustand ist temporärer Natur. Er gilt für die gemeinsame Sitzungszeit.

Darüber hinaus bedeutet er nicht:

- Wir haben uns als Freunde gefunden.
- Wir sind seelenverwandt im Sinne einer tiefen Verbundenheit.

Es handelt sich bei der Beratung um eine klare Dienstleistung, die mit einem entsprechenden Honorar vergütet wird. Die Rechnungsstellung ist ein guter Schritt in den Außenbereich der Beratungssituation. Der Klient kann aus seinen eigenen beruflichen Erfahrungen heraus, die häufig und bestenfalls mit persönlicher Nähe und Vertrauen einhergehen, diese temporäre Verbundenheit hoch schätzen.

FE 3 (2-3 Jahre) Die Buchenhecke

Die Situation

Josi: Als Kindergartenkind mit 3 Jahren darf ich den kurzen Weg vom Elternhaus zum Kindergarten alleine gehen. Meine Mama geht nun wieder vormittags arbeiten und kann mich nicht mehr dorthin bringen. Ich bin stolz und fühle mich groß. Mein Weg zum Kindergarten führt an einer langen Buchenhecke vorbei, die mich leitet und beschützt. Ich kann von Ast zu Ast schauen, von Blatt zu Blatt und achte nicht auf die gegenüberliegende Seite des Weges mit seinen Hofeinfahrten und Gartentoren. Ich bin vollkommen in meiner eigenen, heilen Welt. Ich zupfe mir hin und wieder besondere Blätter und zwicke mit meinen Fingernägeln die Blattmasse zwischen den Blattadern heraus, so dass Muster und kleine Kunstwerke entstehen. Ich fühle mich einmalig und auserkoren, diese bereits angelegten und nur auf mich wartenden Schätze zum Leben zu erwecken.

Nach der Inszenierung dieser Situation fragt der Berater, ob es einen Bezug zum Hier und Jetzt gibt.

Josi antwortet, dass sie davon überzeugt sei, wichtige und richtige Dinge zu tun. Darüber hinaus glaubt sie an eine schicksalhafte Bestimmung der Dinge oder Handlungen.

FE 4 (4 Jahre) Haushaltshilfe beim Kartoffelschälen

Die Situation

Josi: Ich komme früher als meine berufstätige Mutter nach Hause. Mama kommt um halb 1, der Kindergarten ist früher aus. Immer führt mein Heimweg über die Küche meiner Großmutter, die nebenan wohnt und die eine Milch und ein Willkommen für mich bereithält. Ich habe einen Wohnungsschlüssel und gehe in unsere Küche, nehme mir einen Hocker und kann so ganz gut an der Spüle agieren. Ich spüle die Reste vom Vortag und vom Frühstück und schäle dann schon mal Kartoffeln für das gemeinsame Mittagessen, das meine Mutter bei ihrer Heimkehr zubereiten wird. Jede Essenzubereitung zu dieser Zeit beginnt mit Kartoffelschälen.

Ich bin voller Glücksgefühle, denn ich weiß, dass ich für Mama eine Hilfe bin und dass sie sich freuen und mich loben wird. Genussvoll zögere ich das Kartoffelschälen hinaus, damit sie mich auf jeden Fall noch in Aktion sehen kann und ich schaue immer wieder erwartungsvoll durch das Fenster auf den Hof, ob sie schon zu sehen ist.

Wenn sie kommt, dann sagt sie: „ Das ist ja toll! Du hast ja schon gespült! Und auch schon Kartoffeln geschält! Das ist ja super, vielen Dank, dann geht das ja jetzt mit dem Essen ganz schnell!“

KL: Wie könnte der inhaltliche Hauptaspekt dieser Erinnerung lauten?

Josi: „Hilfsbereitschaft, Liebe, familiäres Engagement, Stolz, Wirksamkeit“

KL: Wie passt „Hilfsbereitschaft“ zu Ihrem heutigen Lebenskontext? Hat sie noch eine Bedeutung? Gab‘ es schon mal Schwierigkeiten damit?

Josi: Ja, das ist möglich. Ich werde darüber nachdenken.

4.2.4. Vierte OA Sitzung (Fallgrube * Großvater stürzt: 2 FE)

5. FE (5-6 Jahre) Die Fallgrube für den Großvater

Die Situation

Josi: Meine Großeltern mütterlicherseits leben mit uns gemeinsam Tür an Tür, die Großeltern im Haupthaus, wir im Anbau. Es gibt einen gemeinsamen Hof und ein großen Gelände mit Schuppen, Garagen und einem Garten mit Wiese, Nutzgartenflächen und Obstbaumbestand. Mein Opa hat ein kleines Bauunternehmen, und in den Schuppen befinden sich Baumaterialien, Leitern, Bretter, Werkzeug usw., frei zugänglich für uns Kinder. Wir sind viele Kinder unterschiedlichster Altersstufen, Verwandtschaft aber auch Nachbarskinder. Meinem Opa geht es sehr schlecht, denn er trinkt und bietet insgesamt ein Bild des Elends. Dieses Elend soll ein Ende haben!

Wir Kinder beschließen, dass wir eine tiefe Fallgrube schaufeln werden und dann so verdecken, dass Opa bei seinen betrunkenen Runden über das Gelände dort hineinstürzt - und es dann Ruhe ist.

Mit Feuereifer graben wir eine wirklich tiefe Grube. Spaten, Hacken usw. sind ja ausreichend auf dem Gelände. Wir sind sehr aufgeregt und geben uns die allergrößte Mühe. Es ist ein Bauprojekt, das viele Tage dauert und abends wird das Ganze dann mit Brettern und Blättern, Grünzeug abgedeckt, damit es nicht auffällt – vor allem dem Opa nicht. Aber der Opa fällt nicht in die Fallgrube. Entdeckt wird sie trotzdem und es gibt einen Riesenärger.

Es ist bei uns Kindern die Freude daran, etwas Hinterhältiges zu tun. Es ist aber sicher auch der Wunsch, dass die belastende Situation mit Opa ein Ende findet.

KL: „Sie haben die Grube doch bestimmt so gebaut, dass nicht wirklich ein Unglück passieren könnte.“

Josi: Ich überlege und stimme zu. Das war aber tatsächlich in meiner Erinnerung vor dieser Nachfrage anders!

Der Berater muss sehr aufmerksam sein und durch Wahrnehmung der körpersprachlichen Signale des Klienten dessen Aussagen verifizieren.

6.FE (3-4 Jahre) Der Großvater stürzt betrunken auf den Gehweg

Die Situation

Josi: Opa ist im 2. Weltkrieg in russische Kriegsgefangenschaft geraten und einige Jahre nach Kriegsende erst wieder zurück gekommen. Er hat einen „appen“ Fuß, der schauerlich ist und den er uns Kindern immer mal wieder zeigt. (Der Fuß wurde amputiert) Opa ist schwerer

Alkoholiker, der oft lallt, torkelt und im Hof auf den Kies oder die Wegplatten stürzt. Einmal verletzt er sich bei dem Sturz am Kopf und blutet stark, so dass lange noch, nachdem er weggetragen worden ist, das Blut auf dem Boden zu sehen ist.

Das Ganze wird in unserer Familie nicht thematisiert. Niemand redet darüber.

Ich habe ein bisschen Angst vor meinem Opa, wenn er betrunken ist und ich ekele mich dann vor ihm.

KL: Krieg und Kriegsgefangenschaft traumatisiert Soldaten und sie kehren als gebrochene Menschen wieder in die Gesellschaft zurück. Viele finden nicht mehr in ihr normales Leben zurück.

Diese Kriegstraumatisierung ist noch viele Generationen später in den Familien wirksam.

4.2.5. Fünfte OA Sitzung (1 FE)

7. FE (4-6 Jahre) Der Vater verprügelt den Bruder

Die Situation

Josi: Meine Eltern sind abends in der Nachbarschaft auf eine Party eingeladen. Wir vier Kinder bleiben zu Hause und sind angewiesen, ins Bett zu gehen und keinen Quatsch zu machen.

Mein Vater kommt später am Abend unerwartet und angetrunken nach Hause und erwischt uns Kinder dabei, wie wir uns entgegen der elterlichen Anweisung in der Küche aufhalten und spielen.

Mein Vater ist sofort sehr ungehalten und nach einem kurzen Gebrüll beginnt er, auf meinen großen Bruder Friedhelm einzudreschen. Friedhelm hält schützend die Arme über seinem Kopf, mein Vater schlägt mit beiden Händen auf seinen gesamten Oberkörper und Kopf. Mit jedem Schlag brüllt er irgendwas.

Ich stehe den beiden gegenüber und bin bewegungsunfähig. Ich habe so eine Gewalt noch nie gesehen und bin erstaunt darüber, dass mein Bruder sich nicht wehrt. Mein jüngerer Bruder Peer steht unglücklich hinter Friedhelm und wird durch das Geschehen in die Ecke gedrängt. Mein Vater steht so, dass die beiden Jungen gegen die geschlossene Küchentür gedrückt werden und nicht aus der Situation flüchten können.

Wo befindet sich denn eigentlich meine Schwester Rebecca?

Ich habe kein Bild davon, sie wird ebenfalls in der Küche sein, ich sehe sie aber nicht.

KL: Wie ist denn Ihr heutiges Verhältnis zur Schwester.

Josi: Schlecht. In der Coronazeit ist es zu einer heftigen Auseinandersetzung zwischen uns Schwestern gekommen. Das Thema war das „Impfen gegen Corona“. Ihre Tochter Zoe hat sich überraschenderweise nicht impfen lassen, so dass kurzfristig klar wurde, dass es kein gemeinsames Weihnachtsfest wie üblich geben wird.

Meine Schwester hat sich auf die Seite ihrer Tochter gestellt und mir meine Äußerungen sehr übel genommen. Ich war sehr enttäuscht und hochemotional. Diese Verstimmung dauert nun schon zwei Jahre an und das Verhältnis hat sich nicht mehr erholt.

Vorher war es sehr nah, liebevoll, freudig und tolerant. Kollateralschäden folgten dann, der Zwist hat sich vertieft. Meine Schwester signalisiert, dass ich alleinig für diese Situation die Verantwortung trage.

Es wirkt das alte Muster: sie ist die große Schwester, ich bin die kleine Schwester. Eigentlich begegneten wir uns in den letzten Jahren, seit dem Tod unserer Mutter, auf Augenhöhe.

Plötzlich sind wir wieder in diesem alten Muster drin und kommen nicht raus. Wir haben nun sehr wenige Berührungspunkte, ziehen uns voreinander zurück, telefonieren nicht mehr und verbringen keine Zeit miteinander.

Das aktuelle Thema für mich ist, dass ich auf ihre 70. Geburtstagsfeier eingeladen bin . Ich freue mich nicht über diese Einladung, sondern sehe mich verpflichtet, dorthin zu gehen. Ich habe mir nach wochenlanger Zerrissenheit eine Strategie überlegt, wie ich meinen Besuch möglich machen kann. Ich werde meinen Aufenthalt zeitlich begrenzen und habe mit meinen Partner, der ebenfalls eingeladen ist, abgesprochen, dass er mich ohne „Wenn und Aber“ unterstützt.

KL: Wie wollen Sie's denn machen? Wie möchten Sie Rebecca, Ihre Schwester, begrüßen? Was wollen Sie ihr schenken zum 70sten Geburtstag?

KL spielt mit Josi vorab die Situation gedanklich durch, wann Josi am besten ihren frühen Abschied ankündigt. Er schlägt auch vor, dass Josi Rebecca fragt, ob sie damit einverstanden ist. Sie nimmt Rebecca dadurch mit ins Boot und lässt sie in dieser Situation mitentscheiden. Das entschärft das Ganze. Diese Herangehensweise ist für Josi sehr hilfreich und zeigt ein Prinzip auf, wie sie mit schwierigen Situationen umgehen kann. Das schafft Sicherheit und Handlungsfähigkeit.

KL: Darf ich Ihnen einen Tipp geben?

Josi: *Ja, das wäre super, einen Tipp zu bekommen.*

KL: Ich rate Ihnen, zum Fest die alte Ordnung bewusst herzustellen und die „kleine Schwester-Rolle“ für den Abend des Festes einzunehmen.

Josi: Jawohl, ich spiele an diesem Abend „Theater“. Diese Idee erleichtert mich. An diesem Abend müssen keine Positionsdiskussionen stattfinden, ich kann ganz beruhigt hinfahren.

Nach diesem Termin fühlt sich Josi allerdings etwas unwohl. Die Situation, dass sie mit einem fremden Menschen (mit mir als ihrem Counselor) über den aktuellen Konflikt mit ihrer Schwester spricht, ist neu und löst neben dem Gefühl, gut beraten worden zu sein auch ein Unwohlsein bei mir aus.

Josi: *Ich habe noch nie eine Beratung oder Therapie in Anspruch genommen und fühle mich an diesem Punkt etwas unangenehm in der Position als Klient.*

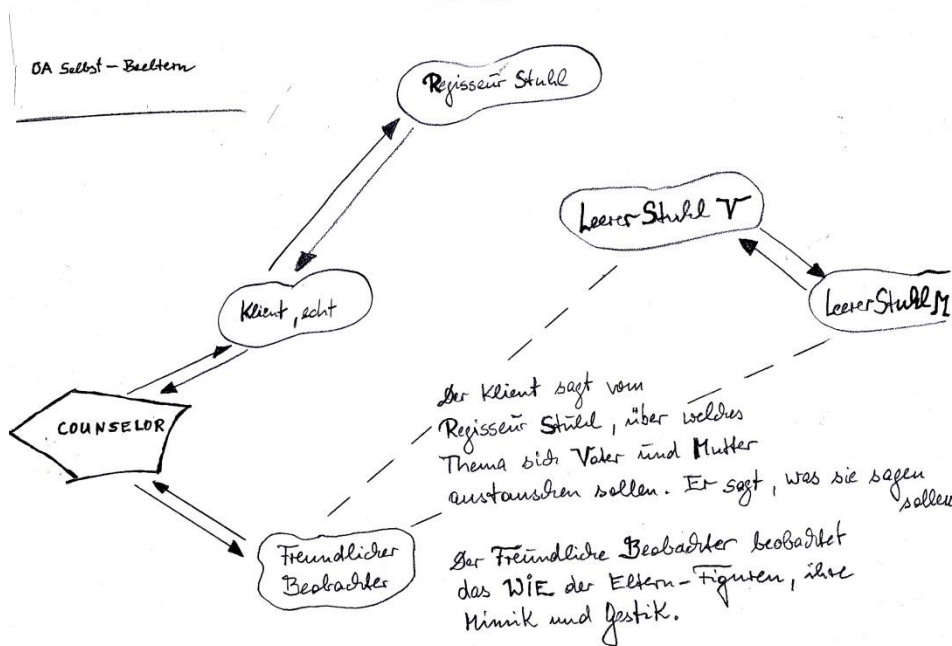
4.2.6. Sechste OA Sitzung (1 FE)

7. FE (4 bis 6 Jahre) Der Vater verprügelt den Bruder (nochmals erarbeitet)

KL Da wir uns in der vorausgehenden Sitzung nicht wirklich mit der Früh-Erinnerung zu „Der Vater verprügelt den Bruder“ beschäftigt haben, schlage ich vor, diese Erinnerung heute nochmals vorzunehmen. In der vergangenen Stunde habe ich mich der Vorbereitung des 70ten Geburtstages von Josi's Schwester Rebecca gewidmet, weil das mir als Gelegenheit erschien, eine kleine Änderung in Josi's Skript zu bringen.

Die Vorgehensweise

Die Familienmitglieder werden durch Karten mit dem darauf geschriebenen Vornamen im Beratungsraum ausgelegt. Es gibt einen Stuhl für die Regie und einen Stuhl für den Klienten. Der Klient begibt sich bei dieser Bearbeitung in die unterschiedlichen Rollen und wechselt auf die unterschiedlichen Positionen. Er kann sich auf diese Art und Weise gut in die einzelnen Rollen hinein spüren.



Skizzierter Hintergrund des orientierungsanalytischen Selbst-Beelterns

Vom Regiestuhl aus können die teilnehmenden Personen anders positioniert werden, dadurch ergeben sich neue Zusammenhänge. Der Klient kann aus der Regisseur Rolle bestimmen, wie sich die Personen zu verhalten haben – er kann die Situation anders lenken als es die Erinnerung vorgibt.

Der Klient kann auf diese Regieanweisung mit einer Aussage reagieren.
Der Klient kann aus der Rolle der Mutter zu sich selbst sprechen.

KL: Wie ist denn die Aufstellung Ihrer Geschwister heutzutage?

Der Klient legt daraufhin die Personenkarten annähernd in einen Kreis; die Blickrichtung der Geschwister weist in Bruder Peer's Richtung. Peer war in seiner Jugend ein paar Jahre verschollen und hat auf der Straße gelebt. Er ist spielsüchtig, hat es aber seit einigen Jahren ganz gut im Griff. Wenn er um Hilfe bittet, bekommt er sie von den Geschwistern. Jedes der Geschwister hat unterschiedliche Kompetenzen und kann auf ganz unterschiedliche Art und Weise helfen.

KL: Sie haben ein gut funktionierendes Familien-System. Wer ist denn für die „Ordnung der Familie“ verantwortlich?

Josi: *Es ist das Werk meiner Mutter, einer ehrlichen und liebevollen Frau, die mit ihrer Tatkraft und Bescheidenheit die Familie geleitet hat.*

KL: Sie dürfen diese Einschätzung jetzt auch Ihrer Mutter „direkt“ sagen – sie ist symbolisch auch hier zugegen.

Josi: *Jawohl, das mache ich.*

Und sie wendet sich symbolisch an Ihre Mutter und sagt:

Josi: *Hallo Mama, mir ist jetzt deutlich geworden, welche große Leistung Du in unserer Familie vollbringst. Du hältst uns alle liebevoll zusammen – und Du bist mir deshalb sehr wichtig.*

Jetzt beginnt Josi zu weinen und sagt schluchzend:

Josi: Was für eine schöne Methode, um zu einem Menschen, der verstorben ist, in Kontakt zu treten.

Damit können Dinge im Nachhinein noch einmal intensiv gefühlt und gesagt werden. Das ist wie ein Wunder.

Dann fasst sie sich und ergänzt:

Josi: Ich kümmere mich zu Lebzeiten ernsthaft darum, mit mir nahen Menschen im Reinen zu sein. Ich versuche nicht, Gefühle zu bunkern. Das gilt für die positiven und negativen Gefühle gleichermaßen. Wenn man zu meinem nahen Personenkreis gehört, weiß man immer, wo man „bei mir dran ist. Das wird von meinen Freunden geschätzt, selten aber auch als anstrengend empfunden.

Zu meiner Mutter hatte ich eine sehr gute und funktionierende Beziehung. Als sie gestorben ist, war zwischen uns beiden alles - wie immer - geklärt. Ich bin heilfroh darüber, denn das hat mir das Loslassen von ihr erleichtert, wenn nicht sogar erst möglich gemacht.

Ich habe in diesem Verhältnis zu meiner Mutter gelernt, dass es sich lohnt, mich mitzuteilen, meine Gefühle zu zeigen und mit der Wahrheit nicht hinterm Berg zu halten. Ich erfahre in der Inszenierung sehr konkret, mit welchem Gefühl ich meinem Vater (angeleitet durch die Regisseur Rolle) gegenüber trete, und ich kann ihm sagen, wie er sich meiner Meinung nach in dieser Situation verhalten könnte. Ich habe damit keine Schwierigkeiten, ich bin angstfrei und lieblos.

Beides ist mir bekannt und trotzdem hat es noch einmal einen Aha-Effekt auf mich.

Auf meine Angstlosigkeit bin ich stolz! Ich habe es im Alter von ca. 25-30 Jahren geschafft, meinem Vater seine negativ-einflussreiche Rolle in meinem Leben gänzlich zu entziehen. Er hat seitdem keine Macht mehr über mich.

Meine „Lieblosigkeit“ läuft immer als Schutzschild mit. Diese Haltung akzeptiere ich als eine von mir klar gezogene emotionale Grenze. Ich könnte versuchen, mit den Möglichkeiten, die mir seine Betrachtung aus einer erwachsenen Position heraus bietet, zumindest so etwas wie Verständnis und Mitgefühl zu entwickeln.

Dieser Gedanke ist durch die familiäre Reflexion in meinem Counseling angespielt worden. Dieser Raum ist zeitlos.

Die Idee des InszenierungsRahmens als zeitlosem Rahmen ist großartig und ein echter Kunstgriff!

Sie eröffnet mir die Möglichkeit, vom Hier und Jetzt aus in der Vergangenheit handlungsfähig zu sein. Dadurch kann meine erlebte Situation noch einmal bearbeitet werden und die Erinnerung durch einen anderen Verlauf erweitert werden. Ich bin damals ohnmächtig, erfahre aber in der Inszenierung, dass ich nun durchaus handlungsfähig bin. Das verändert dann zwar nicht die gewesene Situation, nimmt ihr aber in der Erinnerung die Schärfe. Ich bin begeistert, wie gut diese Methode bei mir wirkt, und ich werde diese Methode des FE-Szenario ganz sicher in mein Arbeits-Methoden-Portfolio aufnehmen.

4.2.7. Siebte OA Sitzung * Abschluss-Sitzung mit einer Bild Reproduktion

Wir treffen uns für die Abschluss-Sitzung in einem süddeutschen Museum, in dem Josi auch gelegentlich als „Guide“ arbeitet. Wir wissen nicht im Voraus, welche Ausstellung sich dort befindet und sind erstaunt, dass sich dort zwei Ausstellungen nebeneinander befinden. Einmal ist dort zu finden Ulrike Müller's „Monument To My Paper Body“ und Katalin Ladik's „OoOooooOO-pus“. Wir treffen uns zunächst in der Cafeteria zu einem Café. Ich habe vor, in einer der Ausstellungen mit einem Bild so zu arbeiten, wie ich es in Ascona vor Jahren zum

ersten Mal gemacht habe. (Ich war 1987 zum ersten Mal dort und habe in der Folge zu diesem Termin einmal oder zweimal im Jahr im Museo Epper gearbeitet.) Das Bild soll Josi aussuchen und anschließend für die Abschluss-Sitzung des Counseling zur Verfügung stellen.

Zum Einstieg erzähle ich vom Museo Epper in Ascona. Dazu fertige ich sowohl für mich selbst als auch meine Klienten je eine Lageplanzeichnung der örtlichen Situation und benenne dabei auch verschiedene Veröffentlichungen, Kataloge von Ignaz Epper (Schweizer Expressionist 1892-1969, Holzschnitte) seiner Frau Mischa Epper-Quarles van Ufford (1901-1978, Goldschmiedin, Plastikerin und Zeichnerin), und dem Künstler Rolf Gérard (Bühnenbildner und Maler, 1909-2011).

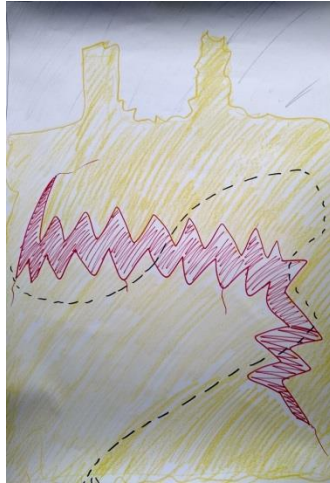
Die Klientin soll den Ausstellungsraum (das Museo Epper am Ufer des Lago Maggiore hat einen solchen Ausstellungsraum) durchwandern und die Kunstwerke betrachten. Sie sucht sich eine der Arbeiten aus. Den weiteren Fortgang wird die Klientin nach diesem ersten Arbeitsschritt erfahren.

Wir besuchen die Ausstellung „OoOoooOO-pus“ von Katalin Ladik in München im Haus der Kunst

Im Einladungs-Text zur Ausstellung heißt es „In OoOoooOO-pus verbinden sich die Vertonungen der visuellen Poesie von Katalin Ladik in Form von Collagen, Fotografien, Objekten und Textilarbeiten zu einer eigenständigen Klanglandschaft, die von der Stimme der Künstlerin getragen wird. Der Titel geht zurück auf ihre Vinylschrift-Partitur OoOoooOO-pus (2023), die eigens für die Ausstellung entstand, während der Einsatz von Strick- und Nähmustern in *March of the Partizan Woman* Ladik's kritische Befragung von tradierten Frauen- und Rollenbildern freilegt.“

Counselor und Klient erkunden in einem ersten gemeinsamen Durchgang die Ausstellungssituation. Dabei wird klar, dass der Klient Schwierigkeiten hat, seine Guide-Rolle abzulegen und die Rolle des Besuchers, eines Flaneurs einzunehmen. Nach dem gemeinsamen Rundgang mit einer anschließenden Pause wird dieser Zustand von mir angesprochen. Ich erkläre Josi, dass ich nicht weiterarbeiten werde, bevor sie nicht ihre „Guide-Rolle“ verlassen hat. Unterstützend streiche ich der Klientin mehrmals über den Rücken. Natürlich habe ich sie zuvor ausdrücklich gefragt, ob ich sie berühren darf – und sie stimmt zu. Es gibt des Weiteren noch die gemeinsam getroffene Verabredung, sich nach dem Museum Besuch erneut in der Cafeteria zu treffen.

Es gelingt Josi schließlich, die Rolle des Flaneurs einzunehmen und sie durchschreitet langsam die Ausstellung Katalin Ladik's und lässt die Ausstellungsstücke auf sich wirken. Mit mir geht es nun so weiter, dass wir uns nach der Bild Wahl in der Cafeteria treffen und von dort in die nebenstehenden Werkstatt-Räume begeben, wo ich Josi dazu einlade, das von ihr ausgewählte Kunstwerk zu reproduzieren. Das ausgewählte Kunstwerk wird durch die Klientin mit Stiften auf einem großen Blatt (Din A 3) skizziert.



Das Bild Katalin Ladiks
reproduziert durch KLS Klientin

Das Original-Bild aus der Reihe *March of the Partizan Woman* steht aufrecht, und wir können drum herum gehen. Es ist eine Näh-Arbeit, das heißt, mit der Nähmaschine gefertigter Stoff-Streifen, wo auf der Vorderseite alle Nähte zu sehen sind und auf der Rückseite die „Unterfäden“.

KL: Ich befrage Josi nach ihren Geschwistern. Sie möge ein Transparent-Papier nehmen; in derselben Größe wie das Papier, auf dem die Repro bereits notiert ist. Beides wird miteinander verbunden, so dass Josie auf dem Transparent-Papier weiter malen kann, ohne das Original zu zerstören. (So zu arbeiten, das habe ich vor einiger Zeit in einer norddeutschen Kunsttherapie Konferenz bei dem italienischen Arzt Gaetano Benedetti kennen und schätzen gelernt. Dr. Gaetano war aus Catania in Sizilien, und er erhielt im Jahr 1992 den Nobelpreis durch die Universität von Basel. Auf der Konferenz war ich mit der Einladung von Elisabeth Tomalin)



Katalin Ladiks Transparent Repro

Josi zeichnet auf dem Transparent-Papier und positioniert ihre drei Geschwister an unterschiedlichen Stellen. Sie selbst befindet sich auf dem gezackten, gelben und breiten Mittelstück, genau am Ende des „Oberfadens“. Sie fährt rückwärts auf einer Art Skateboard in Richtung der anderen Seite dieses gelben Mittelstreifens, und sie scheint den rauchenden Herrn, ihren Bruder Peer im oberen Teil des Bildes besucht zu haben. Ihre Schwester Rebecca, sie saust mit wehendem Haarschopf in ihrem Cabriolet kreuz und quer über das gelbe Mittelstück weiter nach oben. Peer kommt noch ein zweites Mal vor, weiter unten links, ebenfalls in einem Sessel sitzend und rauchend. Ganz oben, gewissermaßen auf dem Bildrand sitzt Bruder Friedhelm, lächelnd und zufrieden in die Landschaft blickend

Ich bitte Josi, das Bild und auch das Transparent darüber bei sich zuhause an der Wand aufzuhängen, gelegentlich anzuschauen und es ein paar Tage auch sich wirken zu lassen. Ich vermute, dass sie noch mehr auf dem Bild entdecken wird, wenn sie es so platziert. Erst dann soll das Protokoll geschrieben werden.

Während dieser Session betritt eine Lehrerin die Werkstatt, und Josi ist wieder in ihrer beruflichen Rolle gefragt. Es gelingt ihr problemlos, von der einen in die andere Rolle und auch wieder zurück zu „springen“. Der Berater bezeichnet diesen Umstand als positiv und bittet Josi, diese Episode in das Sitzungs-Protokoll aufzunehmen. Ich merke an: „Es gibt keine Zufälle.“

C.G.Jung: Der entscheidende Beweis für das Vorhandensein akausaler Ereignisverknüpfungen ist erst in neuester Zeit hauptsächlich durch die Rhine'schen Experimente in wissenschaftlich zureichender Weise erbracht worden, allerdings ohne dass die infrage kommenden Autoren die weitreichenden Schlüsse, die aus ihren Ergebnissen abgeleitet werden müssten, erkannt hätten. (Jung: Synchronizität, Seite 22.) und (Rhine, New Frontiers of the Mind – Deutsch: Neuland der Seele))

Zum Abschluss gehen wir noch einmal zum ausgewählten Original-Kunstwerk. Bei der Betrachtung wird deutlich, wie selektiv die Wahrnehmung durch den Klienten ist.

Ich frage Josi, ob ich Gegebenheiten aus ihrem Counseling unter Anonymisierung in einer Veröffentlichung verwenden kann. Josi gibt dazu ihre Zustimmung und benötigt keine Einzelfallnachfrage.



Original von Katalin Ladik

Gedanken zur Arbeitsmethodik

Josi: Ich habe mir im Vorfeld natürlich Gedanken darüber gemacht, wie die Arbeit mit den Bildern aussehen könnte und ein Konzept aufgestellt, in dem formale und inhaltliche Aspekte, die an den Bildern vom Klienten als wichtig erlebt werden, in einem anschließenden Gespräch thematisiert werden könnten. Das kommt sicher aus meiner Tätigkeit vor Ort, in der diese Fragen immer im Vordergrund stehen.

Die Herangehensweise des Counselors ist deutlich losgelöst von diesen Aspekten. Es geht nicht um inhaltliches Wissen oder kunsttheoretische Erwägungen, sondern es geht um ein ganz unmittelbares Wahrnehmen und eine direkte Umsetzung in eine eigene Version der Erinnerung.

Es ist befreiend, dass Josi dazu weder Malen noch Zeichnen „können“ muss.

Die Bearbeitungsmöglichkeiten, die das Auflegen eines Transparentpapiers (Methode des süddeutschen Arztes Gaetano Benedetti) ermöglicht, gehen leicht von der Hand und gestatten Intervention unter verschiedenen Aspekten. Auch ein Arbeiten anderer Personen, die auf dem Transparentpapier bildhafte Vorschläge machen könnten, ist durch dieses Verfahren denkbar. Das Original wird nicht angetastet, es kann nichts passieren!

Gedanken zum Treffen im Münchner Haus der Kunst

Josi: Mir ist bewusst, dass es mich vor eine Herausforderung stellen wird, in der Rolle des Studenten an diesem Termin teilzunehmen. Ich bin sehr motiviert, mich darauf einzulassen und erstaunt darüber, wie schwierig es dann für mich ist.

Mir wird bewusst, dass dieses Museum für mich ein Ort ist, an dem ich ausschließlich mit Termindruck unterwegs bin. Ich fange pünktlich an und höre punktgenau auf, habe stets den Blick auf die Uhr und überprüfe, ob ich noch in meinem Zeitplan liege, denn meinen Zug zurück möchte ich nicht verpassen.

Einfach mal „nur“ Kunst genießen ist auch schön. Das möchte ich in Zukunft stärker berücksichtigen und üben.

Gedanken zur Kommunikation

Josi: Der Counselor spürt meine Verspannung und meinen Stress, den ich mit dem Loslassen meiner Arbeitsrolle habe, und reagiert darauf unter anderem damit, dass er mir mehrfach über den Rücken streicht. Diese Geste der Zuwendung ist äußerst unerwartet für mich. Sie entwickelt das Potential, einen Teil meines Stresses abzustreifen und hilft mir, mich zu entspannen.

Tage später, beim Training im Fitnessstudio (ich kann beim Sport sehr gut nachdenken), denke ich an dieses Streichen über meinen Rücken. Ich bin darüber nachhaltig gerührt und dankbar, so dass auch ein paar Glückstränen fließen.

Ich denke darüber nach, wie und wann ich solche wohltuenden Berührungen erfahren habe. Ich denke an meinen Vater und stelle fest, dass ich zu ihm eine sehr unkörperliche Beziehung hatte.

Beeindruckende Berührungen waren ausschließlich negativer Natur. Ich kann mich nicht daran erinnern, dass er mich jemals liebevoll berührt hat.

Ich betrachte die Beziehung zu meinem Lebenspartner und wünsche mir beim nächsten Treffen mit ihm, dass wir mitfühlende Berührungen häufiger anwenden und gut in unseren Umgang miteinander integrieren. Mir kommt dabei der Begriff des „Nach-Nährens“ in den Sinn – so kann es wahrscheinlich funktionieren.

Lieber Counselor, mit dieser zugewandten und wohldosierten Geste haben Sie mich tief berührt. Ich danke Ihnen von Herzen, dass Sie mir gezeigt haben, wie wirksam ein bedachter Körperkontakt auch in einer Beratungssituation sein kann. Ich nehme diese nonverbal Kommunikationsmöglichkeit zusammen mit der Bildsprache als Power-Tool mit auf meinen weiteren Weg.

Gedanken zur Auswahl des Kunstwerkes

Josi: Das ausgewählte Kunstwerk von Katalin Ladik ist ein grob zurechtgeschnittenes Vorderteil eines Trägerhemdes. Darauf mit Zickzackstich ein roter Blitz, eine Schnecke und verschiedene Linien.

Die Künstlerin hat die Nähmaschine wie einen Stift eingesetzt und ganz frei mit dem Material gearbeitet.

Dieses Werk ruft die Erinnerung an Näh-Auseinandersetzungen mit meiner Mutter (Resi) hervor.

Meine Mutter hat sehr traditionell und handwerklich gute Kleidungsstücke genäht. Auch die Großmutter hat immer schon genäht, die Patentante ebenfalls, und ich bin in der Generation der Kinder diejenige, die diese Tradition fortsetzt. Ich widersetze mich dabei den aufwändigen Anweisungen der Mutter (z.B. vor dem Nähen die Teile mit Handnähung zusammenzuheften, sogenanntes „reihen“). Wir haben immer wieder lustige Diskussionen darüber, aber keine ernsthaften Konflikte. Jeder so, wie er meint – meine Sachen sehen dann eben schon mal etwas „huddelig“ aus, was mir persönlich nichts ausmacht...dafür bin ich schneller!

Ich erinnere mich, dass ich meiner Mutter einen Schlafanzug aus Seide genäht habe, einem schwer zu verarbeitenden Stoff. Bei diesem Kleidungsstück habe ich nach allen Regeln der Schneiderkunst gearbeitet, viele Details äußerst sorgfältig mit der Hand genäht und bearbeitet – ein Prachtstück.

Das großartige Gefühl, dass ich damals beim Nähen des Geschenkes hatte, ist für mich wieder sehr gut spürbar: es ist eine so unendliche Liebe und der Wunsch, ihr meine Liebe durch die absolut hochwertige Ausführung der Näharbeiten zeigen zu können.

Meine Mutter hat sich sehr über den Schlafanzug gefreut und wir haben wirklich jedes Detail zusammen betrachtet und sie hat alles gewürdigt. Dieses Gefühl beim Herstellen von Geschenken für geliebte Menschen kenne ich auch aus Jugendzeiten sehr gut, so z.B. Kassetten aufnehmen und aufwendig die Hülle beschriften und bemalen. Mir kommt in den Sinn, dass ich mein künstlerisches Arbeiten wieder dazu nutzen könnte, um die Energie von emotionalen Hochstimmungen und Tiefstimmungen zu leiten. Ich werde meine künstlerischen Aktivitäten wieder aufleben lassen!

Mit der Anwendung der Arbeitsmethode „Bild-Skizzierung und Intervention“ ergibt sich für mich ein schlüssiges Bild der Position der Geschwister im Raum und auch zueinander. Mein Bruder Peer steht ganz oben im Rahmen des Bildes und er kümmert sich um die „Rahmen“-Bedingungen und hält alles zusammen, schafft einen schützenden Raum, in dem wir anderen uns bewegen können.

Mein Bruder Friedhelm hat ein großes Aufenthaltsfeld und sitzt an zwei Stellen rauchend und bewegungslos auf einem Stuhl. (Man könnte denken, dass Friedhelm einen Zwilling-Bruder hatte.)

Friedhelm ist wie ein einsamer Wolf, der sich in einem Leben mit wenigen Sozialkontakten stagnierend etabliert hat. Er lebt sehr zurückgezogen an beliebigen Orten.

Meine Schwester Rebecca düst mit hoher Geschwindigkeit und wehenden Haaren in ihrem Cabriolet durch das gesamte Bild. Sie kreuzt meinen Weg immer wieder, entfernt sich dann aber genauso schnell.

Mein Weg wird durch den roten Blitz gekennzeichnet, auf dessen oberen Ausläufer ich emporsurfe. Ich werde dieses Bild noch eine Weile hängenlassen, betrachten und schauen, was sich mir offenbart. Gegebenenfalls werde ich auch noch daran weiterarbeiten.