

Sitzung mit zwei Personen Ute + Rita (432)

Zwei Personen werden von einer Therapeutin gleichzeitig in ihrer Innenwelt begleitet. Dabei kommt es zu Interaktionen zwischen den Klientinnen, die von beiden als sehr unterstützend wahrgenommen werden.

TH: Wo bist du? Was siehst du?

RITA: Wenn du mich fragst, ich bin hier, ich habe kalte Füße.

TH: Du bist hier in dem Raum?

RITA: Ja. Kalte Füße, heiße Ohren, heißen Kopf, Herzklopfen.

TH: Wie fühlst du dich dabei? Hier in diesem Raum?

RITA: Hier in diesem Raum fühle ich mich wohl, aber ich fühle mich nicht wohl.

TH: Wo spürst du das, dieses nicht wohl fühlen?

RITA: An meinem Herzen hier, das in meinem Körper schlägt.

TH: Magst du das deinem Herzen mal sagen?

RITA: Herz ich spür dich so sehr schlagen und das stört.

TH: Was stört dich daran?

RITA: Dass mein Herz meine ganze Aufmerksamkeit...

TH: Sag's mal deinem Herzen direkt.

RITA: Es stört mich, dass du dich so in den Vordergrund stellst.

TH: Wie reagiert dein Herz darauf?

RITA: Jetzt wird mir noch ein bisschen eng im Hals. Alles deutet jetzt nach da oben.

TH: Wie geht es dir da mit diesem Druck?

RITA: Ja, das ist ein bisschen eng, das ist nicht so gut.

TH: Kennst du diese Enge, diesen Druck?

RITA: Ja.

TH: Woher kennst du das?

RITA: Das kenne ich seit ich ... das ist so, als wenn da was Schweres drauf liegt und mir das Atmen und das Schlucken schwer macht.

TH: Spür mal, wie das ist, dass da was drauf liegt, wie fühlt sich das für dich an?

RITA: Ja, wie so ein Stein, ein großer Stein.

TH: Rita, spür mal diesen Druck, der da drückt wie ein Stein. Spürst du das?

RITA: Ja

TH: Ute, spürst du das auch?

UTE: Ja.

TH: Wo spürst du das?

UTE: Auch im Hals.

TH: Wie geht es dir damit?

UTE: Na ja, ich fühl mich nicht gut, ich will meiner Mutter sagen, dass ich aus der Kirche austreten will und ich weiß, das kommt nicht gut und weiß auch nicht, wie ich es sagen soll und das passt mit dem Hals.

TH: Ist deine Mutter jetzt da?

UTE: Ja, ja, die spült da.

TH: Bei euch zu Hause?

UTE: Ja

Z: Du bist da auch in der Küche?

UTE: Ich bin auch in der Küche. Ich bin auch hier, wenn Rita sagt, sie ist hier, bin ich auch hier, aber ich bin auch in der Küche und sehe sie spülen undbin aufgeregt.

TH: Ja, kannst du ihr das sagen, Dass du aufgeregt bist?

UTE: Ich möchte dir was sagen und ich bin sehr aufgeregt.

TH: Spürst du das Aufgeregt sein von Ute, Rita?

RITA: Ja, ich bin auch aufgeregt.

TH: Wo spürst du das?

RITA: Im Hals, es schlägt bis hier oben hin das Herz, bis zum Hals und ich sehe auch eine Küche und eine Frau.

TH: Kannst du erkennen, wer diese Frau ist?

RITA: Ja das ist aber eine andere Frau.

TH: Kennst du sie?

RITA: Ja. Ich bin in der Küche bei unseren Nachbarn.

TH: Was machst du da?

RITA: Ich bin da zu Besuch.

TH: Bist du gerne dort?... Spür mal, wie du dich da fühlst.

RITA: Wenn ich mein Herz spüre, bin ich nicht gerne da.

UTE: Ja, dass würde ich auch so sagen.

TH: Ja, genau.

TH: Ute verschränkt schon die Arme.

UTE: Tja, ich kann das kaum aushalten, weil ...

TH: Was kannst du kaum aushalten?

UTE: Ich spüre, dass die irgendwie ... äh ... also meine Augen wollen aufgehen, weil ich raus will und du willst da auch nicht sein und ich trockne ab, ich kann sofort sagen, dass ich es blöd finde, aber bei dir kommt das ganz, ich glaube ich fühl mich nicht so wohl. Und ich habe einfach nur Schiss, weil ich weiß, die nächsten drei Wochen kann ich mein Leben vergessen, wenn ich das sage und dieses Zögernde, äh ... ist genau das, mach ich es mir schwer oder mach ich es mir leicht.

TH: Macht dich das auch wütend?

UTE: Ja, weil fünf in mir schieben mich vor und einer traut sich nicht hin.

TH: Ja, spür das mal, fünf schieben dich vor und einer traut sich nicht hin, wie ist denn das?

UTE: Traurig.

TH: Ja, spür mal die Traurigkeit und dein Verschränken der Arme und deine Füße wollen eigentlich weg. Die sind schon startbereit.

UTE: Ja.

TH: Wie fühlt sich das an?

UTE: Das gibt nur Ärger (weint), es gibt nur Ärger und ich bin Schuld an dem ganzen Kram dann.

TH: Spür mal dieses „ich bin schuld“.

UTE: (weint laut) Das hab ich die ganze Nacht schon gehabt ... dabei habe ich mir diese Kirche nicht ausgesucht, (schreit) ich habe mich jahrelang gelangweilt und du hast mir nichts erklärt.

TH: Wem sagst du das?

UTE: Meiner Mutter.

TH: Hat sie dich gehört?

UTE: Ja. Du hast nur deine Erklärungen für die Scheißkirche.

TH: Was erklärt sie denn?

UTE: Dass sie auch immer geglaubt hat, was sie ihr da erzählen. Und ich stand da in der Schule wie der Idiot. Ganz klein habe ich mich gefühlt und du hast nichts aufgeklärt. Alle haben es gewusst nur ich nicht.... Jeden Sonntag dieser Scheißkirchgang.

TH: Rita, was ist bei dir?

RITA: Bei mir wird es immer enger.

TH: Im Hals, ja, wo spürst du es noch?

RITA: Mein ganzer Brustkorb.

TH: Was ist da auf deinem Brustkorb? In deinem Brustkorb?

RITA: Ein Gewicht.

TH: Mmm.. Spür mal, was das für ein Gewicht ist.

RITA: Schwer, ...

TH: Was ist das für ein Gewicht?

Supervisor: Sie hat eine Frau in der Küche gesehen, lass mal gucken, was passiert da.

TH: Rita, du warst bei der Nachbarin in der Küche, was siehst du da?

RITA: Ich sehe die Frau am Herd.

TH: Was macht sie?

RITA: Sie kocht.

TH: Was machst du?

RITA: Ich bin bei dem Mann.

TH: Da ist ein Mann?

UTE: Sie ist bei dem Mann.

TH: Aha, was ist das für ein Mann, kennst du den auch?

RITA: Ja.

TH: Was machst du bei dem Mann?

UTE: (weint) Ich möchte dir gerne helfen, aber ich kann nicht.

TH: Hast du das gehört, Rita?

RITA: Ja.

TH: Wie geht es dir dabei, sie möchte dir gerne helfen und es geht nicht. Ja, du wirst immer leiser.

RITA: Weil, ich habe Angst.

TH: Wo kannst du Angst spüren?

RITA: In den Schultern.

UTE: Ich schwitze.

TH: Wo schwitzt du?

UTE: Ich schwitze überall.

TH: Wo bist du jetzt Ute?

UTE: Ich weiß, dass mein Papa helfen kann. Weil der ganz groß und stark ist, aber du machst dich so klein, der hört dich nicht. (weint) der hört dich nur laut, du musst lauter sein.

TH: Hast du das gehört, Rita?

RITA: Mein Papa ist gar nicht da.

TH: Ja. Wo ist dein Papa?

RITA: Im Krieg.

TH: Der ist weg?

RITA: Im Krieg. (Weint)

TH: Wie ist das für dich, dass dein Papa weg ist?

RITA: Ich kenn ihn gar nicht...

UTE: (laut) Die will wissen, wie das ist, dass er nicht da ist.

TH: Ja.

UTE: Los sag's schon. Ich will nicht alles für dich mitfühlen und sagen müssen, musst du selbst sagen.

TH: Wie ist das für dich, Ute, dass dein Papa nicht da ist?

UTE: Ja genau, ich bin nämlich ganz traurig, ich hab ihn so lieb und er ist nicht da und hilft mir nicht, ganz traurig, ganz traurig, ganz traurig...

TH: Spürst du die Traurigkeit, Rita?

RITA: Ja

TH: Sag's mal dem Papa direkt.

RITA: Er ist ja nicht da.

TH: Energetisch ist er da, du kannst es ihm sagen.

RITA: Ich bin traurig, dass du nicht da bist. Das schnürt mir den Hals zu. Ich krieg.....(atmet ganz schwer) das lässt mich gar nicht atmen. Und jetzt werden meine Beine immer steifer.

UTE: Stimmt, die werden kalt. Die Füße.

RITA: Ich bin jetzt überall steif.

TH: Dann spür das mal, dieses Steife, Kalte ... was passiert?

RITA: Es versteift sich alles. Ich möchte Hilfe schreien, aber ich.....(räuspert sich) es bleibt da drinnen.

UTE: Das macht mich traurig.

TH: Was macht das mit dir, dass du Hilfe schreien möchtest und das geht nicht?

RITA: Das macht mich noch hilfloser..... Das ist wie so ein Kloß da drinnen, was.....

UTE: Wenn man hier liegt hat man komische Ideen.

TH: Was sind das für komische Ideen?

UTE: Ich kann um Hilfe schreien (lacht)

TH: Ja, dann mach's doch.

UTE: Ja, das ist so.

TH: Ja, ich möcht's gern hören. Wie sich das anhört, Hilfe zu schreien. Wie hört sich das an?

UTE: Ich muss aber erst von Rita wissen, ob es ok. Ist.

TH: Rita, soll sie für dich auch Hilfe schreien?

RITA: Ja.

UTE: Muss mich auch sammeln, scheiß Auflage.

TH: Gar nicht so einfach.

UTE: (schreit ganz laut) Hilfe, Hilfe, du musst jetzt kommen, der Mann tut ihr was... Aber hört er dich?

RITA: Nee.

TH: Ist dein Papa da, Ute?

UTE: Der hat um die Ecke geguckt.

TH: Wie guckt er denn?

UTE: Der mag Schreien noch nicht.

TH: Aha.

UTE: Was ist hier los?

TH: Was ist denn los?

UTE: Ich will Mama sagen, dass ich austrete.

TH: Ja.

UTE: Ach du Scheiße.

TH: Sagt er.

UTE: Ja. Aber du gehst selber nicht gern hin. - Na toll, du musst ja nicht eine Stunde dich bequatschen lassen. Du kannst es auch lockerer machen.

TH: Wie macht er es denn locker?

UTE: Der macht es während seines Jobs, wenn er bei der Kirche diskutiert geht er da mal kurz zwischendrin und sagt dann war er da. Geil, so würd' ich das auch gern machen.(lacht)
Das fand ich gut.

TH: Und?

UTE: Na ja, ich muss jeden Sonntag mit. Ich bin ja noch kleiner. (lacht) Und zwischen den... Du kannst mir mal helfen. Aber dann haben wir lange Ärger. Ja aber dann sind wir zwei.

TH: Wie ist das für dich?

U :Das ist ein großes Gefühl, mit dir zusammen.

TH: Sag's mal dem Papa.

UTE: Hab' ich.

TH: Wie ist das für dich Rita, zwei, zusammen?

RITA: Ich hab grad was anderes gehört.

TH: Was hast du gehört?

RITA: Das sie nicht zur Kirche gehen mag , und ich bin als Kind gerne zur Kirche gegangen.

UTE: Ach du Scheiße Rita, warum das denn?

Supervisor: Weil sie abweicht von dem Thema. Bleib einmal beim Papa, wie wäre es für dich, wenn dein Papa da wäre? Um die Ecke geguckt hätte?

RITA: Jetzt spür ich das schon wieder auf der Brust.

Supervisor: Dann spür mal, ob das gleichzeitig die Schwere ist, dass dein Papa nicht da ist? Und sag's ihm, was da ist.

RITA: Ich kann mir meinen Vater gar nicht vorstellen.

Supervisor: Macht ja nichts, das musst du dir auch nicht vorstellen. Kannst du dir vorstellen, wie der Papa von Ute aussieht?

RITA: Ja.

TH: Dann nimm den mal, sag es ihm. Mal gucken, wie er darauf reagiert.

RITA: Was soll ich ihm sagen?

TH: Was dich da so drückt. Was dir so schwer fällt.

Supervisor: Oder wie es für dich ist, dass du keinen Papa hast.

RITA: Ich finde das toll, dass Ute einen Vater hat, der ihr beisteht und für sie da ist.

TH: Wie ist denn das bei dir Ute, ist das so?

UTE: Nee, du redest irgendwie Quark. Also ich meine, du sollst ihm sagen, wie es dir geht und was meiner macht, das erzähl ich dir dann schon, mit mir.

TH: Wie geht es dir damit, Rita?

RITA: Ich kann manchmal den Sachen nicht mehr folgen.

Supervisor: Kannst du mal dem Papa von Uta Verena erzählen, wie es ist für dich, keinen Papa zu haben?

RITA: Das ist traurig. (weint)

TH: Was magst du ihm noch sagen, kannst du ihm noch was sagen?

RITA: Nee.

Supervisor: Aber zeig's ihm, was in dir ist.

RITA: (weint und atmet schwer, hustet) Ich ... weiß gar nicht wo es zuerst ist, da oder da, oder da.

TH: Spür einfach rein.

RITA: Aua,... aua,.... Aua.

TH: Was tut da weh?

RITA: Das Herz. Au. (stöhnt und atmet schwer)

Supervisor: Hast du eine Ahnung, wie dein Papa reagiert, wenn er dich so sieht?

RITA: Der weiß nicht, was er machen soll.

TH: Sag es ihm mal.

RITA: Du weißt gar nicht, was du machen sollst, stehst nur mit runterhängenden Armen da und ...

TH: Wie ist das für dich?

RITA: Der ist auch hilflos.

TH: Auch hilflos, so wie du?

RITA: Ja.

TH: Wie reagiert der Papa denn, von Ute?

RITA: Der schubst meinen Vater an.

TH: Aha, wie ist das für dich, wenn du das so siehst? Schubst den Papa an.

RITA: Der sagt, tu mal was.

UTE: (lacht) Stimmt.

TH: Und wie reagiert dein Papa, dass er so angeschubst wird?

RITA: Er guckt erst mal, wer das ist, der ihn da anschubst. Was willst du denn?

TH: Wie ist das für dich, wenn du das so siehst, diese Szene?

RITA: Ja, gut.

TH: Sag es den beiden mal.

RITA: Das finde ich gut, dass du meinen Vater angeschubst hast.

TH: Wie reagiert dein Papa?, Was ist damit?

RITA: Der wird erst mal trotzig.

TH: Trotzig? Wie ist das für dich?

RITA: Eigentlich sollte er's ich ja jetzt um mich kümmern.

TH: Sag es ihm mal.

RITA: Eigentlich solltest du ja für mich was tun und jetzt bist du trotzig.

TH: Jetzt beschäftigt er sich mit Utes Vater, statt mit dir?

RITA: Ja.

TH: Sag's ihm mal.

RITA: Jetzt beschäftigst du dich mit Utes Vater anstatt mit mir. Das macht mich wütend.

TH: Ja. Sag es ihm.

RITA: Das macht mich wütend.

TH: Wo spürst du die Wut?

RITA: Hier oben irgendwo so im Kopf.

TH: Zeig doch mal deinem Vater, was das mit dir macht, wenn er da so steht.

RITA: Das macht mich wütend, dass du dich nicht um mich kümmerst.

TH: Wie reagiert er darauf?

RITA: Als wäre ich gar nicht da.

TH: Aha.

Supervisor: Meinst du, dass er dich gehört hat?

RITA:Hm?

Supervisor: Kannst du dir mal vorstellen, wie die kleine Ute aussieht, wenn sie wütend ist?
Und was sie macht?

RITA:

UTE: Los, stell es dir lieber vor.

TH: Sonst macht sie es gleich vor.

RITA: Na ja, es ist vielleicht besser, sie macht mir das vor.

UTE: (schreit ganz laut) Wütend.

TH: Was passiert mit dir?

RITA: Das hat mich erschreckt.

TH: Und jetzt?

C: Nimm es wahr, Rita, dass dieses wütend werden dich so erschrickt. ... Und schau mal, ob dein Vater das gehört hat? Was Ute da von sich gegeben hat, diese Kleine, was macht er?

RITA: Er steht ganz unbeteiligt da.

TH: Der Papa von Ute dabei?

RITA: Ja.

TH: Was machen die beiden denn da?

RITA: Stehen da nur.

UTE: Also ich habe das letzte Mal meinem Vater eins vors Schienbein getreten, ich fand das eigentlich ganz gut, weil du stehst da auch und ich kann mir gar nicht ...eigentlich kann ich dich mal schubsen anstatt du deinen Vater, irgendwie, komisch, da ist irgendwie nichts. Ganz traurig nur. Aber da fehlt auch irgend jemand.

TH: Wer fehlt denn da? Hast du eine Idee, wer da fehlt?

UTE: Ja. Die kleine Rita fehlt noch.

TH: Ist das so, Rita?

RITA: ... Ich weiß nicht, wo sie ist. Entweder ist sie die steifen Beine, oder der Hals, der zugeht.

Supervisor: Ute, hast du eine Ahnung oder eine Idee, wo die Kleine Riat sich dort in der Küche ... ?

UTE: Also, ich fühle das anders, das ist halt meins, aber, die Kleine ist die Lebendige und die ist nicht in dem Hals und nicht in den Beinen, die sitzt eigentlich auf der Küchentheke, guckt mal, links vom Herd oder so. Sitzt da und guckt ganz aufmerksam.

TH: Kannst du sie wahrnehmen, Rita, siehst du sie?

RITA: Nein ich guck dahin, sie sitzt da nicht.

TH: Sie sitzt da nicht? Ist sie woanders?

RITA: Da ist die Frau. Ich kann mir sie da zwar vorstellen, aber dann bin ich da doch nicht,

TH: Siehst du die Frau?

RITA: Ich sehe die Frau.

TH: Kannst du die Frau sehen, Ute?

UTE: Ja, da kocht so eine Gestalt am Herd.

TH: Hast du eine Ahnung, wer das ist?

UTE: Tja, ich kenn die nicht, meine Nachbarin ist das nicht.

TH: Wie fühlst du dich denn da?

UTE: Ja, ich will da auch nicht sein, ich kann das verstehen, dass du die Kleine nicht siehst. Weil diese Frau ist zu feige sich umzudrehen und sich das anzugucken.

TH: Magst du ihr das mal sagen?

UTE: Du bist zu feige, du bist einfach zu feige dich umzudrehen, und dir das anzugucken, was die da machen. Du glaubst mit deinem ewig dahinkochen wird's schon richten. Aber deine Ignoranz bringt gar nichts.

TH: Kommt da eine Reaktion von der Frau? Hat die dich gehört?

UTE: Ja, bleibt ihr ja auch nicht viel anderes übrig. Die hört das schon alles. Aber die ist auch traurig.

TH: Sagst du ihr das mal?

UTE: Du bist auch traurig. Weil sie nicht weiß, was sie mit dem Mann machen soll.

TH: Rita, siehst du das auch, dass sie traurig ist? Spürst du das? Oder was spürst du?

RITA: Ich spür nur, dass ich immer steifer werde.

Supervisor: Kannst du wahrnehmen wo du bist, in dieser Küche?

RITA: Bei dem Mann.

Supervisor: Auf dem Schoß?

RITA: Ja.

Supervisor: Ist das da, wo die Kleine ist?

RITA: Ja.

TH: Siehst du die Kleine und den Mann, stehst du daneben oder bist du das? Du bist das.

RITA: Ja.

TH: Wie fühlt sich das an, auf dem Schoß von dem Mann? Kannst du das spüren?

RITA: Ich fühle nur, dass ich steif bin.

C: Kannst du von da aus wahrnehmen, wo dein Papa ist? In dieser Küche und der Papa von Ute? Wo sind die beiden?

RITA: Die sind nicht in der Küche, die sind ein bisschen außerhalb rechts.

TH: Was machen die denn grad?

RITA: Die stehen da nur.

Supervisor: Dürfen sie auch reingehen in die Küche?

RITA: ... (holt tief Luft) Das weiß ich nicht.

UTE: Ich glaube, du schämst dich und willst nicht, dass sie reinkommen.

TH: Ist das so, schämst du dich?

RITA: Ich weiß gar nicht, was ich will.

TH: Schämst du dich Ute?

UTE: Also, in dem ekligen Film ja, in meinem geht's mir ehrlich gesagt besser.

Supervisor: Wie kannst du ihr helfen? Wenn die Kleine da ist und weiß, dass die Kleine sich schämt, die kleine Rita sich schämt, kannst du ihr helfen? Kannst du die beiden Papas holen, oder was auch immer tun?

UTE: Ich habe hier immer das Gefühl, ich brauche erst immer das Ja von Rita und dann geht viel.

Supervisor: Ja, genau.

TH: Dann frag sie.

UTE: Rita, darf ich meinen und deinen Vater holen?

RITA: ... (weint)

UTE: Darf ich kommen?

RITA: Ich weiß es nicht, ich weiß nicht, ich weiß nicht (weint) ich weiß nicht, ich weiß es nicht, ich weiß nicht, ich bin gar nicht da, ich weiß es nicht.

TH: Wie ist das, wenn die kleine Ute dazukommt? Zu der kleinen Rita?

UTE: Ich komme auch ganz langsam.

RITA: Ich habe solche Angst, ich weiß nicht ...

Supervisor: Schau mal, ob du die große Rita, da sein lassen kannst, ob sie da sein darf, die Große? Sieh' mal, ob sie kann.

RITA: ... Ich glaube, ich bin jetzt abgehauen.

TH: Die kleine Rita ist abgehauen?

RITA: Ja, und ich auch.

TH: Die große Rita?

RITA: Die liegt jetzt hier und hat Herzklopfen.

Supervisor: Hast du Kleine in der Küche zurückgelassen? Weißt du, wo die Kleine im Moment ist?

RITA: Die hat sich aufgelöst.

TH: Wie ist das für dich?

Supervisor: Sag es ihr. Du hast dich aufgelöst!

RITA: Du hast dich aufgelöst.

Supervisor: Schau mal, ob du eine Verabredung treffen kannst mir ihr. Sag's ihr, auch wenn sie sich aufgelöst hat.

RITA: Ich möchte mich mit dir verabreden.

TH: Schau mal, wie sie reagiert?

RITA: Sie nickt.

TH: Dann ist das für sie ok.?

RITA: Ja.

TH: Für dich auch?

RITA: Ja. Für mich auch, ich möchte mich mit ihr treffen.

TH: Kannst du ihr das sagen?

RITA: Ja, ich möchte mich mit dir treffen.

TH: Kannst du wahrnehmen, wie es für sie ist?

RITA: Sie hat Vertrauen. Sie streckt mir die Arme entgegen.

TH: Wie ist das für dich, dass sie dir die Arme entgegen streckt?

RITA: Schön.

TH: Sag's ihr mal.

RITA: Jetzt werden die Beine auch locker ...

Supervisor: Wie fühlt sich dein Körper an, Rita?

RITA: Ganz locker.

TH: Was ist mit dem Druck auf der Brust?

RITA: Auch weg.

TH: Und am Hals?

RITA: Auch weg.

TH: Wie spürst du dich?

RITA: Leichter.

TH: Wo bist du?

RITA: Hier.

TH: Wie spürst du dich Ute? Wo bist du?

UTE: Oh, hier und ... und einfach ...

TH: Was ist mir deinem Film?

UTE: Der endete an der Stelle, wo mein Vater anfang mit mir zu sprechen. Über Kirche und was es mit ihm und mir macht und dass ich mir gewünscht hätte, früher, ich merkte wie ich kleiner wurde und plötzlich war ich nicht achtzehn und sage, ich will aus der Kirche, ich war irgendwie angefangen mitzurennen und war sehr starr und ... er hat einfach zugehört und das war sehr schön.

TH: Magst du ihm das noch mal sagen, dass er dir zugehört hat?

UTE: Papa, ich finde es schön, dass du mir zuhörst und ich weiß, dass du das auch einfach als Meditation schon oder was genutzt hast, um mal deine Ruhe zu haben. Ich hab's auch so versucht und dennoch fand ich es immer unsinnig, weil der Stress im Auto immer schon groß war.

Supervisor: Schau mal die Kleine, wie ist das für sie, dass ihr Papa ihr zuhört?

UTE: Sie sitzt bei Papa auf dem Arm und ist ganz ...

Supervisor: Sag es direkt.

UTE: Du lächelst und freust dich und spürst, dass er stark ist und dich beschützen kann.

Supervisor: Kannst du das auch spüren?

UTE: Ja, ich merkte auch eben, als es um Verteidigung ging, dass er bereit war, zuzutreten. Das hatte ich lange nicht. Das ist ein gutes Gefühl.

TH: Magst du das noch ein bisschen spüren, dieses gute Gefühl?

UTE: Der Mann in Ritas Küche, ich war zur Verteidigung bereit, das war schon cool.

TH: Gibt es da noch was?

UTE: Nein.

TH: Rita, bei dir?

RITA: Nein ... Ich hab da nur zugelauscht, jetzt bei den Situationen.

Nachgespräch:

Supervisor: Wie war es jetzt für euch beide? Wie geht es euch jetzt?

UTE: Das ist merkwürdig, in scheinbar zwei Filmen zu sein. Und im Nachhinein fühlt es sich an, als hätte ich mir erst noch einen Verbündeten geholt, bevor wir an die Schuldfrage rankommen. Ja dieses ... das war zwar die ganze Nacht da, genau dieses, das mit der Kirche und in verschiedensten Auswirkungen, was ich dadurch nicht geschnallt hatte und bevor wir zu diesem Satz kommen, hol ich einen ran, der erst mal da ist und verstärk mich sozusagen, mein eigenes System. Fand ich schon sehr, ja als man, also, der Schutz geben kann und quasi, aber wenn wir es zu zweit tragen dann, werden wir einfach entspannter sehen, was auch immer, weil wir sind zwei und mit der Größe dann, wer weiß ich, was ich sagen will und dann kam dein Film. Und es war eh schon die linke Seite immer, die war sehr verspannt und ich war froh, dass ich den Rest.... ich will nicht sagen warm halten konnte, aber erst mal... meins sein dürfen. Dieses wann darf man rein jumpen zum anderen und wann nicht, wannwar schon verrückt. Und super also, ich war,fühlte mich sehr aufgehoben und zu deiner Anfangsfrage, ich fühlte mich nicht da liegengelassen.

Supervisor: Rita?

RITA: Ich fühlte mich auch nicht da liegengelassen. Ich hatte zwar wenig Zeit mich liegengelassen zu fühlen, aber das war dann mal wie eine kurze Erholung oder so, bei dem anderen mit reinzugehen oder zu sehen, was da ist. Aber ich habe gemerkt, dass das überhaupt eine große Hilfe für mich war, als wenn ich alleine gelegen hätte. Das Gefühle hochgekommen sind und ich sie loslasse, das konnte ich also sonst nicht und dadurch, dass ich ja reagieren musste auf dich oder.... ja. Also vorher hätte ich nicht gedacht, dass das gut geht, mit zweien, aber ich muss sagen, es war für mich eine große Hilfe.

Supervisor zur Therapeutin: Wie war es für dich?

TH: Ja, wie war es für mich? Interessanterweise war auch ich aufgeregt. Da es mich ja auch irgendwie betrifft, Papa, Mama, ja, was ich an mir selber beobachtet habe, also schon, dass ich immer dabei war, was ich sehr gut fand, dass du, also ich hatte nie das Gefühl, du machst was völlig anderes, was ich überhaupt nicht gemacht hätte oder gefragt hätte und ich hatte mich mehrmals dabei ertappt, dass du ausgesprochen hast, was bei mir schon drin war, das kenne ich nämlich noch gar nicht und ich hatte dann so'n....., das ist keine Hemmschwelle, das ist so was, darf ich das jetzt sagen? Also ganz komisch, ich hab das Gefühl, es ist jetzt dran, das sage ich jetzt und du hast es dann gesagt, das war zwei oder drei Mal, genau exakt der gleiche Satz und ging bei mir nicht, es kam gar nicht, also das war da, aber ich konnte das nichtso und es schon anders, klar, zwei zu führen, aber nicht besonders schwer, also nicht,.. es macht Spaß. Ja, das find ich gut, es gefällt mir. Aber an mir festzustellen, dass es jemand anders ist, der ausspricht, was schon in mir drin ist und aber irgendwas mich gehindert hat, da würd' ich ganz vorsichtig mit umzugehen, also ganz viel auch auf eure Körpersprache zu gucken, auf eure Reaktion, dann habe ich dich dann wieder angeguckt, und habe gefühlt, ok, ich kann machen so jetzt und wenn du dann so was gesagt hattest war immer gut. Also, das habe ich nicht als Behinderung oder so was angesehen, sondern, weil ich dann ja dann immer wieder gleich früher oder später wieder weiter gemacht habe, das war flüssig. Das passt irgendwie.

UTE: Als du sagtest, dein Vater ist im Krieg, kam bei mir, dass mein Vater auf eine Weise auch im Krieg ist, im Glaubenskrieg, wie erleb ich ihn mit meiner Mutter, auch nicht da, fand ich auch sehr bezeichnend.

RITA: Ich erinnere nur vom Erzählen meiner Mutter, dass mein Vater ja mal Urlaub gehabt hat vom Krieg und dann war Alarm und da hab ich gesagt, ich will mit dem Onkel runter gehen. Für mich war er ein Onkel. Ich muss ihn ja gern gemocht haben.

Supervisor: Also da, sind verschiedene Ebenen angesprochen, wie eben, die du ansprichst, ist einfach die Ebene von Reflexion, Reflexion, was geschieht in der Sitzung und die Tiefen, die du da sagst, um aufzulösen, in dem Moment ist für die Ebene, die du da angesprochen hast, ist es ein hinschauen, ja, und dennoch auf die andere Ebene des Gefühlerlebnis, Renate wird dir erzählen, so tief ist sie selten gegangen. Das war nur möglich in dieser Zusammensetzung von einer Tiefe, die Uta Verena sehr wohl kennt, eine Tiefe, die Renate genau so gut kennt und dennoch sie Angst davor hat. Und in der Kombination von auf einer Ebene der Emotionalität, da zwei Energien, die sich getroffen haben, um eine Tiefe zu erreichen, die dort möglich war. Ja? Und es ist sicherlich so, wenn sie beide sich nicht mehrmals im Spaltungsseminar in diesem Rahmen getroffen hätten, wäre es auch hier nicht so geschehen. Weil diese Tiefe, die hier heute, sag ich mal so, euch geschenkt worden ist, die gibt es so in dieser Form nicht, allgemein. Weil die Tiefe, die du ansprichst, ja, vom Prozess durchgehen und, und, und ja, das

hat ein Gewisses von Reflektionen, von das, was wir kennen in Einzelsitzungen. Das was ihr heute erlebt habt, war auf der Ebene von energetisch, ja? Energetisch war eine Tiefe drin, die nur möglich war, weil die beiden auf dieser energetischen Ebene sich schon mal, mehrmals begegnet sind, auch kennen, Ja? Diese Emotionalität von Renate, so da sein zu dürfen, wie sie ist, wie du sagst, den Kloß im Hals. Das hat natürlich in dem Moment wo du puschst hat es eine Wirkung, ohne Zweifel, nur zu merken, oh, da sitzt einer, der kann es nicht. Und erlauben, dass da einer ist, der es nicht kann, bewirkt, ja, dass er da sein darf und dass er auch bleibt und weiter zeigt, was noch dran kommt. Ja? Weil in dem Moment, wo du angreifst im Sinn von Provokation, kannst du gerne tun. Nur der Teil, pft. ist nicht mehr da. Ja? Und in dem Moment, kannst du es ausprobieren, ja, es ist je nachdem wie die Schwingungen da sind, für dich, wie auch für die, die da liegen, ja? Und manchmal ist es förderlich und manchmal pt, ist es so, und manchmal ist es genau das Gegenteil. Ist genau das Gegenteil, weil dieser Teil, prr, ja, er kann nicht. In dem Moment wo ich zu Renate gesagt habe, du brauchst nichts sagen, *(Zwischenbemerkung von ?: das war schön)* das ist so. Es gibt ein Teil, der energetisch nichts sagen kann und so lange dieser Teil nicht da sein darf, wie er ist, der hat kein Wort, dann wirst du auf dieser Ebene der Energie nicht weiterkommen, ja? Und das ist wichtig und ich mein, das ist nicht von ungefähr, dass die beiden lagen, die kennen diese Ebene von da sein dürfen. Stückchenweise, ja? Und das zu erleben, damit sich was zeigen, was sich sonst nicht zeigen würde, das ist wichtig, dahin zu kommen. Diese andere Ebene von sich zeigen und auch die andere Eben von Arbeit. Arbeit im Sinne von, nimmt das, was da ist und erlaubt es, das es da ist, das ist die größte Herausforderung. Es gibt eine Zeit, wo wir in der Arbeit, wie gesagt, eingereiht im Sinn von, was du sagst puschen oder eingereiht, was willst du gerne tun? Und es gibt aber eine Ebene, ja, nimm wahr, was da ist, nimm es wahr. Lass es da sein. Darf es da sein und auch in dem Moment für Renate ganz klar war, die beiden Väter dürfen nicht da sein. Das ist ganz klar wieso. Weil ein Teil in ihr sich so schämt, für das, was passiert, das ist so. Wenn du, wenn wir als Therapeut in dem Moment, ganz klar sagen: „Hol mal deinen Vater und hol mal den Vater.“ Du übersiehst den Teil, der sich schämt. Dass ist wieder ein Missbrauch, für den Teil, der sich schämt. Es ist so vielschichtig, so viele Ebenen, ja, dass ist sehr feinfühlig Arbeit in diese Ebenen zu gehen, ja. Das es sehr, sehr Feinfühligkeit bedarf. Wo geht die Energie und das, was da ist.

Und täuscht euch nicht, und das, was du sagst gerade, Sigrid, und du weißt, dass du es gleich bearbeiten musst, ja, indem du es wahrnimmst, in dieser Tiefe von der Wahrnehmung, es ist ein Bearbeitungsweg, weil, so lange du im Rückkoppeln bist, das du weißt wo du bist, mit wem du in Konfrontation bist und was du fühlst, da hast du die Ebene vom Seinszustand. Du bist im Moment. Und in dem du das fühlst, verändert sich automatisch, der nächste Schritt, um was tun zu können. Ja? Also es ist nicht, weil ihr im Fühlen seid, weil ihr im Wahrnehmen, im Geschehen seid, das es nichts passiert. Es ist nicht durch Handeln, dass was passiert und dennoch passiert was, aber durch das da sein dürfen.

RITA: Für mich ist es ja auch noch ein Problem, mich vor der Gruppe hinzulegen und dann auch noch Emotionen zu zeigen, zu weinen, weil ich das überhaupt nicht.....da ist heute so viel passiert mit mir, wie in der Einzelsitzung noch nicht.

