

## **Profilersession Depression**

### **Vorgeschichte**

Kl. war im Internet auf Synergetik Therapie gestossen und meldete sich zu nächst ganz vague per mail. Sie hatte einen Chat über Depression eröffnet und machte einen aktiven Eindruck, so dass die Beschreibung „depressiv“ nicht recht auf sie zu passen schien. Es kam zu einer Terminabsprache, die sie aber wieder rückgängig machte, weil sie ihren Mann verlassen hatte und zu ihren Eltern zurückgekehrt war. Sie schien entschlossen und zufrieden zu sein. Nach Wochen meldete sie sich wieder, weil es ihr schlecht ginge. Es wurde eine Profiling Session vereinbart.

### **Vorgespräch**

Klientin ist 25 Jahre alt und leidet unter Depression, die offenbar nicht immer gleich stark empfunden wird. Sie hat selbst schon viel unternommen und steht seit Jahren in psychotherapeutischer Behandlung. Zur Zeit des Kontakts hat sie 160 Sitzungen von der KV genehmigt bekommen, von denen sie bereits 82 absolviert hat. Ihr Eindruck ist, dass es ihr dennoch immer schlechter geht. Zur Therapie gehörte auch die Verordnung von Antidepressiva. Diese hat sie im Augenblick abgesetzt.

Sie stammt aus einer sehr kleinen Stadt, in der der Vater einen grösseren Handwerksbetrieb aufgebaut hat. Mutter ist mithelfend. Kl. ist das älteste Kind und hat noch einen Bruder. Sie verlebte eine Kindheit mit sehr wenig elterlicher Zuwendung, da beide sehr beschäftigt im Betrieb arbeiten.

Als Schülerin erlebte sie sich als einerseits privilegiert, da immer genügend Geld da war, wenn auch nicht im Übermass. Andererseits verschaffte ihr dieser familiäre Hintergrund keinerlei Freiheit, im Gegenteil: von klein an wurde sie dazu verpflichtet, sich besonders gut und korrekt zu verhalten, da sie die Tochter des XX Produktionsbetriebs war.

### **Session**

KI: Es ist ein grosser Raum, Der Raum ist mehr oder weniger rund. Er hat etwas von einer alten Kirche. Es gibt wenige Türen.

Th: Schau dich um und schau dir alle Türen genau an, denn du willst ja hintr einr der Türen etwas erfahren. Vielleicht steht auf einer schon etwas drauf ... welche zieht dich besonders an?

KI: Da ist eine, die mich anzieht ... Es ist eine schwere schmiedeeiserne Tür, sie ist schlicht gehalten, sehr dunkel lackiert.

Th: Steht da schon etwas drauf. - KI. Wird aufgefordert, mit Kreide ihr Thema auf die Tür zu schreiben.

KI: Da ist die grosse Frage: warum und woher kommen die Löcher?

Th: schreibe das mal auf die Tür – Pause - Jetzt stehst du vor dieser schweren, dunklen Tür, was für eine Klinke hat sie?

KI: Klinke ist auch alt und etwas verschnörkelt.

Th: Bist du bereit, die Tür zu öffnen?

KI: Ja ( Geräusch wird eingespielt)

Th: Wo bist du da eingetreten?

KI: Es ist fast wie eine Strasse. Rechts und links am Weg gibt es *ganz viele Dinge*: Kinderkarussell, da ist die Familie, die in Urlaub fährt, ein Telefon ...

Th: Ist das alles im Freien, oder ist das in einem grossen Raum?

KI: Es hat eher den Anschein, als sei es ein grosser Raum.

Th: Nimm dir Zeit, alles zu erkunden.

KI: *Es sind lauter Sachen, die ich irgendwo schon einmal erlebt habe. Hier bestätigt sie meinen ersten Eindruck, als sie von „ganz vielen Dingen“ sprach, als würde sie von den vielen Eindrücken erschlagen und überfordert.* Da sind meine Eltern, die mit mir spazieren gehen als ich klein bin, da ist die Küche von meinen Grosseltern, die da wie in Miniatur steht. Die Grosseltern sitzen da, wie immer, die Oma in der Küche und der Opa auf seinem Platz. Da ist das Kinderkarussell, auf dem mein Bruder und ich sitzen.

Th: Ist das ein Karussell, das du aus deiner Kindheit kennst? *Ich prüfe die Ebene, aus der das Bild auftaucht.*

KI: Ja

Th: Schau dich mal um, wie ist der Fussboden. *Damit ziehe ich sie „tiefer“ in den Raum, damit sie Details entdeckt.*

KI: Es ist ein heller Fussboden, es ist aber nicht zu erkennen, aus welchem Material.

Th: Wie wirkt dieser Raum, ist er hell? Ist er dunkel? Ist er freundlich? **Diese Frage gilt ihrem noch undifferenzierten Lebensgefühl bezüglich ihres Problems.**

KI: *Der Raum wirkt total voll gestopft und überladen, aber nicht erdrückend dunkel, sondern so ein Gefühl von Chaos – aber irgendwo auch geordnetes Chaos.* – Pause  
**Diese Aussage zeigt an, dass KI. nicht grösste Hoffnungslosigkeit empfindet, eher erkenne ich an dieser Stelle Ratlosigkeit und Unfähigkeit, Empfindungen und Gedanken, vielleicht auch konkrete Dinge des Alltags für sie sinnvoll einzuordnen.**

Th: Du kannst ja mal ein bisschen umhergehen, dir die Wände anschauen – oder Fenster ...

KI: Hinter all den Sachen sind grosse Fenster, da sind aber Vorhänge vorgezogen.

Th: Kennst du die Vorhänge?

KI: Nein. In einer Ecke steht eine Kommode (erstaunt) Da ist so viel Papier drin, dass die Schubladen schon nicht mehr zugehen. *Da quellen die Zettel nach allen Seiten so raus.*

**Wieder das gleiche Muster!**

Th: Wir sind ja nun praktisch auf der Spurensuche. Schau mal, was gibt es da noch alles in dem Raum?

KI: Das sind *irgendwie ganz viele Erinnerungen.* **Der Begriff „Erinnerung“ ist ganz abstrakt, es wäre aber sehr schön, wenn KI. auf zentrale Erinnerungen stiesse.**

Th: Wie zeigen sich die Erinnerungen?

KI: Manche zeigen sich durch die *Personen*, dass die Personen da sind. Da sind auch irgendwelche Gegenstände, die dazugehören. Bisher tauchten nur Gegenstände auf, hier

Th: Kannst du mir sagen, wer denn da ist als Person?

KI: Meine Eltern, mein Bruder, meine Grosseltern, und der Freund von meinem Bruder. **Die wichtigsten Beziehungspersonen tauchen also auf, zunächst will ich aber doch den Überblick über den Raum abschliessen.**

Th. Und viele Gegenstände hast du gesagt ...du hast ja schon vieles aufgezählt .... Gibt es da noch etwas?

KI: Ja, so ein Bett - Th. Lässt es sich beschreiben – Das ist ein seltsames Bett, das kenne ich auch nicht Es ist ein schwarzes Metallbett, fast wie Gitterstäbe sehen Kopf- und Fussteil aus. Es ist ein grosses Bett. (kein Einzelett)

Th: Gibt es noch andere Türen oder so etwas? **Hiermit wird die Bestandsaufnahme abgeschlossen.**

KI: Nein

Th: Du hast ja gesagt, dass alles so voll gestopft ist ...

KI: Ja, *man* weiss gar nicht, wo man zuerst hingucken soll. **Es fällt auf, dass KI. von sich sehr häufig in der unpersönlichen Form von *man* spricht.**

Th: Ist der Raum denn hoch? – KI: bestätigt das – Ich stelle mir das jetzt so vor wie so ein grosser Raum in einer Gastwirtschaft, der aber jetzt ganz voll gestellt ist. Kann ich mir das so vorstellen?

KI: Ja, so in die Richtung. Da ist ein glatter Boden, aber in den Ecken sind schon so Spinnweben und es ist so verstaubt.

Th: Wie fühlst Du dich denn in dem Raum? **Die Frage nach ihrem Lebensgefühl bzgl. Ihres Problems bestätigt meine Intuition, dass sie die Dinge ihrer Umwelt nicht einordnen kann, somit alles ohne Sinn um sie herumfliegt.**

KI: *Erdrückt!*

Th: Weißt du, was dich da so erdrückt? --- oder ist es eher so allgemein?

KI: Es scheint so vieles zu sein, was da so auf einmal auf mich einstürzt.

Th: Du weißt ja, dass wir immer mit allem sprechen. Da kannst du ja mal mit dem Raum sprechen. Du kannst ihm ja mal sagen: hallo Raum ich bin jetzt hier drin und will etwas erfahren ...

KI: Raum, was willst du mir damit zeigen, dass du mich so erdrückst? - Und was sollen die ganzen Sachen da? – lange Pause –

Th: Antwortet dir der Raum?

KI: Nee, er bleibt ganz starr. **Hier zeigt sich zum ersten Mal die Unverbundenheit in der Kommunikation, mit „Personen“.**

Th: Hm, der Raum antwortet dir nicht .... Was macht das denn mit Dir?

KI: Das macht mich wütend. **Immerhin spürt KI. hier etwas und lässt erkennen, dass sie evt. zu Protest und Reaktion fähig ist.**

Th: Sag es ihm doch!

KI: Warum machst du das, warum erdrückst du mich so? - Pause – Es passiert aber nichts. Es kommt nur noch mehr dazu. **Offenbar drückt sich da die Erfahrung aus, dass die eigenen Handlungen keine Antwort erfahren.**

Th: Es kommen immer mehr Sachen dazu? Interessant, was siehst du denn so ...

KI: Spielplatz ... Schulhof ...

Th: Alles in dem Raum? Wird wohl eng in dem Raum. **Hier will ich die Situation etwas zuspitzen, um KI. tiefer in ihr Gefühl zu führen.**

KI: Ja, immer enger, immer enger. Es macht so das Gefühl – auch das mit der voll gestopften Erinnerung – als wären das alles Erinnerungen, die in meinem Kopf sind und jemand hat schon versucht, dort ein bisschen aufzuräumen, indem er bestimmte Dinge in die Kommode gestopft hat, aber das hat nicht funktioniert. – lacht – *Je mehr ich versuche, das zu sortieren, auch jetzt die Dinge, die ich sehe, ein bisschen in eine Ordnung zu bringen, umso chaotischer wird es. Um so mehr kommt hinterher.*

Th: Der Raum macht dir dieses Gefühl ...

KI: Ja

Th: .... Und er antwortet nicht. Wie ist denn das für Dich: du stellst eine Frage und er antwortet nicht.

KI: *Ich kenn es nicht anders!* KI. **bestätigt damit ihr Problem der Desorientierung, aber auch ihrer Unfähigkeit, sich Hilfe zu holen.**

Th. Wie fühlt sich das in deinem Körper an? ... deinem Kopf? .... Wie auch immer ...

KI: Es macht mich traurig. **Gefühlsreaktion ist vorhanden.**

Th. Ja, es gibt jetzt so zwei Möglichkeiten, was du tun kannst: Entweder du lässt dich vom Raum mal in eine Situation führen, woher du das kennst: es antwortet niemand ... es macht dich traurig ... oder du gehst mal zu der Kommode, die da so überquillt an Erinnerungen, da kannst du auch noch einmal genauer hingucken.

KI: Ich bin ja neugierig, da lauf ich erst mal zur Kommode. **Offenbar ist ihr die Auseinandersetzung mit Personen unsympathischer.** Ich zieh *so mal 2 – 3 Schubladen auf* einmal auf, was mir gerade so vor die Nase kommt und, *fang mal so an die Blätter rauszunehmen*, drauf zu schauen, ja *und noch mehr Chaos zu machen, indem ich sie um mich schmeisse.* KI. **demonstriert hier ihre Unverbundenheit mit allem aus ihrer Umgebung. Sie schaut nichts genau an, sie kann sich quasi nicht andoggen mit ihrer emotionalen Aufmerksamkeit.**

Th: aha ....aha .... Red doch mal mit der Kommode ... oder schau genauer hin, was da überhaupt drin ist .... **Hinführung zu speziellen Ereignissen aus ihrem Leben.**

KI: Ja, da sind Schulzeugnisse, Briefe, Tagebücher tauchen da auf, Fotos ...

Th: Ja, wie ist das für dich, wenn du all diese Erinnerungsstücke so wieder siehst?

Th. Es gibt welche, die sehe ich gern, Fotos, Zeugnisse – und solche Sachen wie die Tagebücher gucke ich mir nur von aussen an, aufschlagen mag ich sie nicht. **Hier hätte ich wahrscheinlich genauer auf die Tagebücher eingehen sollen.**

Th: Ja, jetzt bist du bei deiner Kommode, die quillt über, du reisst gleichzeitig zwei bis drei Schubladen auf, zerrst da was raus, wirfst es um dich ... So, das muss ja ganz lustig aussehen ...

KI: Ja, es ist ein Berg Papier um mich herum und es sind so verschiedene Sachen: die Tagebücher, die ich so beiseite gelegt habe, die Briefe, die auch erst mal verschwinden, Fotos ...

Th: Wie fühlt sich das so an, jetzt stehst du da mitten in deinem Chaos ...

KI: Jaaa, das ist schwer zu sagen, was *man* so fühlt, *es ist – ja – normal irgendwie!*

Th: Ist das jetzt so ein unangenehmes „normal“, oder eher so wie: ja, das ist ok!

KI: Na, das ist ganz ok. So manche Dinge mag ich nicht so gern anschauen, die verschwinden dann so im Augenwinkel. **Das beleuchtet ihre Lebensstrategie, mit Herausforderungen umzugehen, die sie in ihr Problem geführt hat.**

Th: Wir wollen jetzt noch einmal den Raum fragen, denn du hattest an die Tür geschrieben: Warum und woher kommen die Löcher? Und jetzt zeigt der Raum – gross, einigermaßen hell, zwar sind die Vorhänge vorgezogen vor den grossen Fenstern, und es ist unaufgeräumt und ein bisschen müllig, voller alter Erinnerungsszenen. Weisst du, was das mit deinen depressiven Löchern zu tun hat?

KI: Ich kann es nur nach dem was ich alles weiss, nur vermuten.

Th: Frag mal den Raum – nicht selber denken. Dein Raum ist viel wissender, der weiss das.

KI: Ja, Raum, was hat das jetzt alles damit zu tun, wie es mir geht? – Pause – *ne, es tut sich nichts. Hier ist eine Barriere, die sie ohne Therapie nicht überschreiten kann.*

Th: Der Raum antwortet nicht? – ja da geh doch mal rings herum – es gibt ja in dem Raum genügend Sachen – vielleicht ist es nicht der Raum, der dir etwas sagt, vielleicht sind es die einzelnen Dinge. Da sind die Schubladen, die Kommode ....

Personen sind da ... Guck mal herum und wende ich an den, der dir am wahrscheinlichsten die Antwort geben kann.

KI: Die Personen nehmen mich nicht wahr, die sind da einfach so .... *Wie wenn ich aus einer anderen Zeit daneben stehen würde. Hier erkennt sie selbst, wie fremd und unverbunden sie in der Welt steht.*

Th: Was macht das mit dir? Wie fühlt sich das an?

KI: *Fremd*

Th: Wenn du jetzt zu deiner Mutter oder deinem Vater gehen würdest, falls du magst

...

KI: *Es scheint so, als würde sich das alles bewegen, aber mich nicht wahrnehmen.*  
Und ich kann in die Bewegung auch nicht eingreifen. *Es ist wie so ein Film, den man sich anschaut. Ich **darf** es mir anschauen, aber ich **darf** nicht mehr tun.*

Th: So das Gefühl des abgeschnitten seins? *Ich gehe zunächst auf ihr Gefühl ein, um danach auf das „ich darf nicht“, was ich ihr in der Konfrontation mit den Eltern konkreter machen will.* – KI. Bejaht – Sag das doch mal deinen Eltern, stell dich vor sie hin ... vielleicht auch den Grosseltern ... hol sie alle mal zusammen. Sag ihnen mal, wie du dich fühlst.

KI: *Nein, das darf ich nicht. Wenn ich sage, wie ich mich fühle, dann sind andere betroffen und schweigen ... oder schauen Löcher in die Luft oder in den Boden ... Hier scheinen konkrete, prägende Lebenssituationen vorzuliegen, an die ich jetzt gern rankommen möchte.*

Th: Du weißt du bist hier auf der Ebene der Fantasie – du hast gesagt: das darf ich nicht – hier darfst du ... - KI: *verneint sofort* – dass du dich mal traust .... – *grosse Abwehr von Seiten der KI. Hier stosse ich offenbar auf ein gut resistentes Muster.*

Th: Du darfst den Eltern nicht sagen und zeigen, wie es dir geht. Ist das richtig?

KI: Nein, nämlich *dann funktioniere ich nicht. Hallo, hier wird eine Sichtweise tradiert, die quasi aus dem familiären (gesellschaftlichen) Hintergrund des Handwerkerbetriebs speisst: der gut funktionierende Ablauf ist alles, Menschen sind da nur ein Rädchen im Ge(Be)triebe.*

Th: Schau doch mal bitte, ob deine Eltern die Augen geschlossen haben oder so. Schauen sie dich richtig an?

KI: Die schauen mich halt an *wie immer*, aber *sie scheinen mich trotzdem nicht zu sehen.*

Th. Schauen sie durch dich durch, so etwa?

KI: Ja *man* hat so den Eindruck. Sie schauen so wie immer, *sie sind eigentlich in Gedanken schon wieder ganz woanders. Im auf sie übertragenen Verständnis als funktionierender Teil der Maschinerie ist sie sich selbst so fremd (entfremdet) worden, dass sie von sich als man spricht. Die Gedanken der Eltern sind verständlicherweise fixiert auf die Gesamtheit ihres Betriebs, ihrer existenziellen Basis – wie sie glauben. Allerdings unter Auslassung aller psychischen Belange. Mit grosser Sicherheit waren sie schon „als gut funktionierendes Wirtschafts- und Gesellschaftssubjekt erzogen worden.*

Th: Was ist denn mit deinem Bruder? Vielleicht hört er mal hin?

KI: - *abweisend und bestimmt* – Nein! Mein Bruder ist mit sich selbst beschäftigt, den interessiert das nicht.

Th: Und die Grosseltern? Haben die Zeit für Enkelkinderchen ... für dich?

KI: Nein, die haben keine Zeit. [Hinweis auf die o. geäusserte Vermutung.](#)

[Da ihr der Kontakt, bzw. das Gespräch mit Personen nicht möglich ist, wende ich mich wieder an die Dinge.](#)

Th: Ja, wir sind hier auf Profiler-Tour, wir wollen herausfinden: was hat das alles mit dir zu tun. Geh halt noch einmal zu den Gegenständen zurück, schau mal, was war da alles. Da war ja nicht nur die Kommode, auch das Telefon kann dir vielleicht etwas sagen, was das mit deinen Löchern zu tun hat. Aber bleibe bei den einzelnen Gegenständen zunächst.

KI: Ja, ausser dem Telefon und der Kommode sind da gar nicht gross Gegenstände. Die Menschen, die da sind, die Situationen. Jede Situation, die wie so ein kleiner Film da steht.

Th: Kann dir die Kommode Auskunft geben? Kennst du diese Kommode? – Nein – Die Kommode, diese weise, diese voll gestopfte – kannst du die mal fragen?

KI: Nein

Th: Versuch doch mal: ich bin jetzt hierher geführt worden, du musst irgendetwas mit meinen Löchern zu tun haben.

KI: - Pause –

Th: Magst du sie nicht fragen oder will sie nicht gefragt werden?

KI: Sie will nicht gefragt werden. – Pause – [Will sie nicht gefragt werden?](#)

Th: Ich möchte dir jetzt den Vorschlag machen, mal zu dem Kinderkarussell zu gehen.

KI: - lange Pause – Da drehen wir so unsere Runden.

Th: wir?

KI: Ja, mein Bruder ist auch da.

Th: Wie klein bist du denn da?

KI: Ich denke, ich bin 6.

Th: Sprich dich mal an ... oder magst du dich erst einmal drehen lassen?

KI: Nein, ich schau einfach nur zu, wie es sich dreht. [Ist das ein Hinweis auf ihre passive Haltung?](#)

Th: Ah, du schaust zu .... Sitzt da jemand drauf?



KI: Es sitzen ganz viele drauf und es stehen ganz viele Leute drum herum, Eltern, die auf ihre Kinder warten.

Th: Kennst du da welche? Schau dich mal um!

KI: Meine Mutter steht da, wartet *schon ganz ungeduldig*.

Th: Weißt du, auf wen sie wartet?

KI: Sie wartet, dass wir da raus kommen.

Th: Stehst du denn daneben oder bist du auf dem Karussell?

KI: Ich stehe daneben und sehe, wie mein Bruder und ich da sitzen.

Th: Sei mal die kleine Anja. Und das Karussell dreht sich so lustig, die vielen Leute ... und auch Kinder.... Was möchtest du tun?

KI: Die lacht und ist fröhlich. Ich (die grosse Anja) schau es mir einfach nur an.

KI: Ja, sie wirkt total fröhlich – so ein bisschen unbeschwert. Ja sie sitzt ja auf dem Karussell und lässt sich rumfahren.

KI: Ich stehe jetzt da und sehe diese Szene. Ja, der kleinen Anja scheint es gut zu gehen damit.

Th: ... und wenn du mal in die kleine Anja rein gehst?

KI: Nein, mag ich nicht.

Th: Was ist daran so unangenehm, in die kleine Anja zu gehen? – Was hält dich da ab?

KI: Das ist so fremd. – lange Pause –

Th: Die kleine Anja ist fremd?

KI: Ja.

Th: Geht es, dass du mal auf sie schaust? – Ja – Ist das ein nettes Kind? Magst du sie? Oder wie siehst du sie?

KI: Sie scheint ein nettes, fröhliches Kind zu sein.

Th: Scheint ... gut funktionierend? – Ja – Wäre das so richtig umschrieben? – Ja – Schau mal, die Mutter wartet ungeduldig, hast du gesagt, magst du sie mal fragen, wieso sie so ungeduldig ist? Worauf wartet sie denn? Was hat sie vor?

KI: Nein, ... nein .... Ich will raus aus dem Raum! **Die Konfrontation mit Mutter (wichtigste Bezugsperson!) ist so unerträglich, dass sie aus der Session aussteigen will.**

Th: Du möchtest raus? Oder die Mutter?

KI: Nein ich!

Th: Was passiert da denn jetzt gerade?

KI: Es erdrückt mich einfach!!

Th: Woher kennst du das Gefühl aus deinem Leben, das dich so erdrückt?

KI: Alle Pflichten, alle Aufgaben – das erdrückt.

Th: Alle Pflichten und Aufgaben ... kannst du mal welche auftreten lassen? Hol sie doch mal ran. – Pause - Geh doch mal in so eine Situation, wo du dich von solchen Pflichten und Aufgaben erdrückt fühlst. Hol mal so eine Situation ran, vielleicht aus deinem jetzigen Leben, vielleicht auch aus früheren Zeiten ...

KI: Ja, es ist der ganze Alltag, der zu viel ist. Zur Arbeit gehen, Einkaufen, alleine schon aufstehen und sich anziehen zu müssen.

Th: Merkst du etwas? Das Erdrücken durch die Aufgaben .... Der Raum erdrückt dich, weil da so viel drin ist ... und die vielen Gegenstände, mit denen kommst nicht recht in Kontakt KI: Nein. Sie sind vertraut und doch total fremd.

Th: Sag ihnen das doch einmal, stell dich noch einmal in diesen Raum und sag ihnen ganz laut – damit sie auch mal anhören – sag ihnen mal mit deinen Worten: ich kenne euch zwar, aber ...

KI: Das kann ich nicht.

Th: Was hindert dich denn daran?

KI: Ich kann nicht einfach mit Gegenständen reden.

Th: Da sind ja auch Personen .... Dann sag es denen, die sind dir genauso vertraut.

KI: Das sind auch nur Erinnerungen.

Th: Ja, dann eben nur mit deinen Erinnerungen. Hol sie mal ran. Schau mal, du bist hier in der Fantasie, wo alles geht, wo auch alles erlaubt ist. - Wenn Dir nach etwas anderem zumute ist, dann mach etwas anderes.

KI: Ich möchte an der Stelle nur total raus – abrechen – ich kann nicht mehr.

Th: Möchtest du aus dem Leben auch raus und ab?

KI: - *gequält* – Nein!

Th: Wer könnte dir denn in dieser Situation helfen? Jemand aus dem Raum? Da müsstest du dich aber noch einmal umschauen.

KI: *Keiner kann mir helfen.* – lange Pause – *Ich steh ganz alleine. Es verquicken sich hier ihr Unvermögen, Kontakt aufzunehmen und Hilfe anzunehmen, mit ihrem Unwillen oder auch ihrer passiven, verweigernden Haltung gegenüber ihrer Umwelt. Die Mutter ist evt. so extrem negativ besetzt ... da versuche ich es mal mit dem Vater.*

Th: Wie ist das mit deinem Papa? Magst du den mal holen?

Kl: - *sehr entschieden* – Nein.

Th: Deine Grosseltern? – nein – Gibt es dort jemanden, der dir sagen kann, wo dieses Gefühl: ich bin erdrückt, ich steh ganz allein da, ich bin mit gar nichts verbunden, ich bin so abgeschnitten – wo diese Gefühl entstanden ist.

Kl: Da kann mir keiner etwas dazu sagen.

Th: Vielleicht findest du es auch in dir selbst. Geh doch mal auf der Zeitachse zurück – versuch es mal – geh zurück und schau mal, wer begegnet dir da? Da sind ja so viele Erinnerungen. Wo ist dieses Gefühl entstanden: ich bin ganz allein?

Kl: - *lange Pause* – Ich kann nicht. Ich möchte bitte aufhören. **Die Beziehung zu anderen Menschen, aber vor allem zu sich selbst ist zusammengebrochen.**

Th: Ja, ich kann dich verstehen. Ich möchte aber noch etwas versuchen mit Dir. – *Th. verweist auf Archetypen und dass jeder irgendeine Hilfe oder Kraftquelle hat.* – Kannst du dir vorstellen, dass du einen Engel hinter dir hast? – Nein – Eine weise Frau in dir oder neben dir ist?

Kl: Es ist nie jemand hinter mir oder um mich.

Th: Kannst du dir vorstellen, dass du mit meiner Hilfe irgendwelche helfenden Gestalten in dir entdecken wirst?

Kl: Nach und nach vielleicht schon.

Th: Ja, wie könnte eine solche Gestalt aussehen? Es kann auch ein Tier sein.

Kl: Ich weiss es nicht. Keine Ahnung.

Th: Ist es wenigstens ein bisschen möglich, dass du mal in dich fühlst: ich hab da in mir irgendeine helfende Instanz, es gibt sie in mir. Und mit der M. will ich sie entdecken. Wie sähe sie aus?

Kl: *Ich glaub schon, dass es irgendwo – ganz tief irgendwo da drin verborgen so etwas gibt. Aber es ist nicht mehr da. Im Moment nicht mehr greifbar.*

Th: Kannst du dieses etwas oder diesen jemand mal irgendwie ansprechen?

Kl: Nein **Immer wieder die grosse Verweigerung, Hilfe an zu nehmen.**

Th: Ok, darf ich es dann für dich tun? – stimmt zu – Ich nenne es jetzt mal die innere Anja (Name geändert), die da irgendwo ganz versteckt in dir ist, mit der werden wir Kontakt aufnehmen. Vielleicht müssen wir ordentlich suchen, vielleicht ist es auch gar nicht so schwer. Vielleicht wartet sie schon. Stell dir vor, sie wartet?!!

Stell dir mal vor, dass diese innere Anja dir hilft. Kannst du dir so ein bisschen vorstellen, wie das ist, wie du dich dann fühlst, wenn du sie getroffen hast?

KI: Schwer. Ich denk es ist ein bisschen *ein Gefühl wie bei sich selbst zu sein*. So könnte ich es mir vorstellen.

Th: Bei dir selbst sein, mit dir selbst im reinen sein, zusammen mit dir sein.

KI: Ja!

Th: - *sanfte Musik wird eingespielt* – Zusammen mit dir, mit der inneren Anja.

Vielleicht siehst du sie nur, vielleicht berührt sie dich ... nur mit dem kleinen Finger – ganz vorsichtig. *Ich berücksichtige ihre Scheu vor Kontakt*. Du fühlst dich bei dir .... – lange Pause - Diese innere Anja strahlt dich jetzt an: Gott sei Dank, endlich habe ich dich gefunden! – wieder lange Pause –

Th: Wie hat sich das angefühlt?

KI: *Total fremd*.

Th: So als neues Gefühl?

KI: Ja, ... *ich selber bin mir fremd*.

Th: Ja .... Ich selber bin mir fremd ... - Pause – Magst du das mal deiner Mutter oder deinem Vater sagen?

KI: Nein, (verweigert es auch der Schublade oder dem Raum zu sagen) *Zeigt ihre „aktiv“ ablehnende Haltung, sie will nicht! Irgendwo muss sie hier einen Vorteil empfinden, auch wenn sie die Folge, nämlich Depression, loswerden möchte*.

Th: Schätz mal ungefähr ab – wann möchtest du die innere Anja, dich, kennen lernen?

KI: Das kann ich nicht einschätzen. *Einschätzen ist ja schon ein bestimmender Akt, das ist hier schon zu viel*.

Th: Du darfst mal wünschen.

KI: Wünschen ... da würde ich sagen: bald!

Th: Wann ist bald? - Ich mach mal einen Vorschlag: vier Wochen?

KI: Vier Wochen sind auch noch bald.

Th: Eine Woche?

KI: Ich kann es in Zeit nicht ausdrücken.

Th: Tu es einfach mal, weil du damit deinem Unterbewusstsein ein Ziel vorgibst. Und du **d a r f s t** dir etwas wünschen! *Hier durchbrechen wir mal die „ich darf nicht“-Schranke*.

KI: Ja, wenn ich es mir wünschen darf ... so in 4 bis 6 Wochen. In einer Zeit, die einfach für mich verträglich ist.

Th: Es muss sich für dich gut anfühlen?

KI: Ja

Th: Ja, fühl da mal rein, wie es sich anfühlt mit 4 – 6 Wochen. Du kannst auch ein bisschen rumspielen und ausprobieren: 2 – 3 Wochen ...

KI: Nein, 2 -3 Wochen das macht Angst, 4 – 6 Wochen ist gut.

Th: 8 – 10 Wochen? Wir spielen hier mal rum.

KI: Wenn es länger ist, macht es nichts.

Einigung liegt bei 4 – 6 Wochen

Th: Das heisst, das verträgt sich auch mit der inneren Anja? Sie möchte doch mal nicken oder den Kopf schütteln.

KI: Ich denk, dass sie damit einverstanden ist.

Th: Dann versuch doch einmal ein wenig vorzugreifen und so wie eben mit den Wochen jetzt mal spielerisch auszuprobieren, wie es ist, wenn du der inneren Anja ganz nah bist ... oder wieder ein wenig weiter weg.... So einfach mal spielerisch spüren, wie sich das anfühlt. Dabei lass ich dich jetzt allein. – aufbauende Musik wird eingespielt -

- Schluss-