Claudia – Mein Lebensschiff:
Navigieren nach fremden Karten – Auswirkungen von sexuellem Mißbrauch

Einzelsession im April 2017

K = Klientin
AG = Astrid Gugel

Diese Session war eine Demosession während eines Workshops zum Thema „Mein Lebensschiff“ an Ostern 2017. Ich hatte die Idee gehabt, das Symbol des Schiffes als Ausgangspunkt für Sessions zu nehmen, da es ein altes Symbol für die „Fahrt des Menschen über das Meer des Lebens“ ist oder auch für die Fahrt über die Gewässer des Unbewußten… und ich wollte herausfinden, was wir anhand dieses Symbols in der Innenwelt entdecken können. Einige abenteuerlustige Teilnehmer wagten dann die Reise in ihre Psyche und zu ihrem „Lebensschiff“.

Claudia bekam die erste Session des Workshops…

…und wir konnten sehen, daß sie ein stattliches und fahrtüchtiges Schiff hatte, das jedoch „auf dem Trockendock“ lag, und daß sie außerdem „nach fremden Karten navigierte“.
Das war der symbolische Ausdruck ihrer Psyche zum Thema „Lebensschiff“.

Als Hintergrund dieses Zustandes deckten wir dann den Mißbrauch durch ihren Onkel auf und das Versprechen, das sie ihm als Vierjährige gab, „immer zu tun, was andere wollen“.
Ein eindrückliches Beispiel für die dramatischen Auswirkungen von sexuellem Mißbrauch – auch wenn dieser nicht bewußt erinnert wird – auf das gesamte Leben der Betroffenen.

Fettgedruckt sind meine Kommentare zum Sessionverlauf.

AG Dann beschreib mal, wo du gerade bist und was du wahrnimmst.

K Also das ist eine sehr enge Treppe, das ist so eine Metallgitter-Treppe, hm… und nach unten wird’s finster.

AG Dann geh einfach mal weiter, und wenn es dir zu finster ist, kannst du ja immer zaubern, daß du eine Laterne hast oder Fackel oder so.

K Es ist voll ok, weil ich weiß, wo ich hinwill.

AG Gut. Dann schau mal, wo du hinkommst.

K Da ist so… aus demselben Material ist dann der Boden unten, Lochgitter, und da ist eine dunkle Holztür.

AG Stehst du schon davor?

K Ja.

AG Altes Holz oder neues?

K Altes, so bisserl angemorschtes.

AG Dann schreib doch da dein Thema drauf.
Vielleicht: „Mein Lebensschiff“ oder so. Und du weißt schon, hinter der Tür wird ein Schiff sein. (lacht) Wir wissen noch nicht, wie es aussieht, das wollen wir jetzt rausfinden. Ok?
Hast du es draufgeschrieben?

K Ich schreib noch. – Jetzt.

AG Ok. Bist du bereit, die Tür zu öffnen?

K Ja.

AG Dann öffne sie jetzt. (Türgeräusch wird eingespielt)

K Hmm…

AG Ok. Dann schau mal. Was ist da? Was nimmst du wahr hinter der Tür?

Wir erkunden erst einmal die Symbolebene…

K Also, das ist so ein Trockendock. Und da ist ein Schiff, ein großes Schiff.
Das liegt aber nicht im Wasser, sondern auf so Stützen.

AG Und wo bist du jetzt gerade? Du bist auf dem Trockendock?

K Ich stehe vor dem Schiff. Also, das ist auch ein bißchen erhöht durch dieses, daß es da draufliegt auf diesen Stützen. Und im Gegensatz zu diesem Schiff bin ich ziemlich klein.

AG Ok. – Was ist es denn für ein Schiff?
Also, ist es so ein modernes mit Motor oder ein altes Segelschiff oder…?

K Also, es ist auf keinen Fall ein Segelschiff.
Ansonsten, also so von unten her sehe ich, daß es sehr bauchig ist. Also auch nix schlankes, schmales, sportliches, sondern was ganz… eher sowas gemütliches wie ein Hausboot.
Ja. Das paßt am besten.

AG Wie lang ist es denn ungefähr? 10 Meter oder 5 oder 15 oder…? So, daß ich es mir vorstellen kann.
Was würdest du ungefähr sagen?

K Puh… Ich versuch’s mal im Verhältnis zu mir. Ja, schon mindestens achtmal so lang wie ich.

AG Also ordentlich lang.

K Ja. So 15 Meter irgendwie… schon lang und auch breit.

AG Und es liegt da auf Stützen, so daß man es bearbeiten kann?

K Ja. Also es sieht nicht so aus, als ob dran was gemacht wird. Es sieht eher fertig aus, also repariert.
Aber es liegt auf dem Trockenen.

AG Was ist denn da noch außenrum? Guck erstmal, ob dir außenrum noch irgendwas auffällt. Bist du draußen unter freiem Himmel, oder wo bist du da?

K Nee. Das ist in einer… tja… eigentlich ein ziemlich heruntergekommener Schuppen. Also, es ist auch kein Himmel zu sehen. Und bis auf die Tür, die ich aufgemacht habe, ist alles zu.

AG Also mehr so wie eine Lagerhalle oder so, die zu ist?

K Hmhm… (nickt zustimmend)

AG Ok. Gut.

K Und es ist also unter den Stützen… das ist jetzt interessant… also da ist irgendwo Wasser. Weil, ich höre es plätschern.

AG Geh doch mal hin. Du kannst ja mal hingehen und gucken.

K Ja… Es ist einfach nur aus dem Wasser rausgehoben. Ja. Und von oben eben beschützt durch diesen Schuppen.

AG Also, man könnte es runterlassen, und dann wäre es im Wasser.

K Ich denke ja. Also, es sieht auch nicht so aus, als ob irgendwie noch was zu machen wäre.

AG Guck es mal an. Sieht es neu aus oder alt oder welche Farbe hat es eigentlich?

K Also es ist keinesfalls neu. Es ist schon ziemlich gebraucht, aber es ist generalüberholt und frisch angestrichen. Die Farbe… es ist ziemlich bunt. Also, es hat… je länger ich hinschaue, desto bunter wird es. (lacht)

AG Oh. Ok. Guck doch mal, manchmal haben Schiffe einen Namen. Der steht meistens da irgendwo dran. Schau mal, ob du was sehen kannst.

K Ja. Da steht ziemlich groß „Claudia“ drauf.

AG Ahja… (lacht) Ok.

K Vorne, also an der Spitze vom Schiff.

AG Ja, also, du könntest direkt mal auf das Schiff draufgehen. Oder du kannst es auch erstmal ansprechen. Oder fühl mal, wie geht’s dir eigentlich, wenn du das Schiff so wahrnimmst, da auf dem Trockendock? Wie ist dein Lebensgefühl dazu?

K Also, es flößt mir ein bißchen Respekt ein.

AG Dann sag das doch dem Schiff gleich mal. Sag mal „Hallo“.

K Hallo, Schiff. Wenn du da so mächtig draußen außerhalb des Wassers mehr stehst als liegst, dann flößt du mir Respekt ein. Also gerade so, daß ich mich nicht fürchte.

AG Spür mal, was ist das denn, was dich da so… dir so Angst macht. Ist es die Größe des Schiffes? Oder die Vorstellung, du gehst drauf und fährst übers Meer? Oder was ist es?

K Es ist die Gewißheit, daß es wohl an der Zeit ist, da raufzugehen und wieder loszufahren.

Anhand des Schiffes wird auf der Symbolebene jetzt schon ein Thema sichtbar…

AG Ahh ja. Ok. Dann sag das auch mal dem Schiff, daß dir die Vorstellung irgendwie Angst macht. Guck mal, wie das Schiff reagiert.

K Also, die Vorstellung, daß die Reparatur- und Verschönerungsphase jetzt vorbei ist und daß es Zeit wird, dich als Schiff zu benutzen, macht mir schon ein bißchen Angst.

AG Schau mal, ob das Schiff irgendwie drauf reagiert, ob es dir antwortet.

K Ja. Das Schiff läßt eine Strickleiter herunter als Aufforderung.

AG (lacht) Das ist ja nett. Magst du mal hochgehen?

K Jap! – Also beim Raufklettern klopft mein Herz ganz schön.

AG Ja, es ist dein Schiff, geh es mal erkunden, wie es innen aussieht, was du da überhaupt vorfindest.

K Jetzt bin ich da mal oben über die Reeling gekrabbelt.
Jupp. Das ist tatsächlich so ein Hausboot.

AG Dann guck dich mal um… Also ich weiß ja nicht, wie es aussieht. Hat es Zimmer oder so?

K Das weiß ich noch nicht so genau.

AG Genau. Geh mal gucken.

K Also, ich merk nur, es sieht mehr gemütlich als sportlich aus. Und es hat so eine… also man sieht diese Kabine, wo das Steuerrad drinnen ist.

AG Guck mal... Ist die auch in Ordnung? Also, sieht die aufgeräumt aus, funktionsfähig?

K Ja. Sieht top aufgeräumt aus.

AG Die Steuerkabine ist gut?

K Ja. Und dann kann man da… also dahinter kann man dann halt runterkraxeln in den Bauch von dem Schiff. – Jaaa… Der erste Raum ist aufgeräumt. Und dann ist da noch eine Türe.
Oh Gott! Und dahinter ist ein endmäßiger Verhau… Gleich wieder zumachen!

Jetzt wird die Schattenwelt sichtbar… ☺

AG Guck mal rein, was da drin ist.

K Also, da sind alte Landkarten, aber kistenweise. Puuuh! Zerfaserte Taue, ein Haufen Mäusedreck. Und ich will es überhaupt gar nicht sehen.

AG Dann sag das doch mal dem Schiff, daß du hier einen Raum gefunden hast, der dir nicht gefällt. Sag mal: „Hallo Raum. Du gefällst mir gar nicht so.“

Gerade die Schattenaspekte sind ja spannend, und gerade damit soll sie sich konfrontieren…

K Also Schiff, ehm, da hinten in dir ist ein Raum, der gehört… der gefällt mir einfach nicht. Da ist ein Haufen Mist und Müll und kaputt und Dreck drinnen und es stinkt.

AG Wie reagiert denn das Schiff da drauf?

K Es erzählt mir, ob ich spinne. So einen Raum gibt's nicht.

AG Ja, du stehst doch gerade drin in dem Raum, oder?

K Tja eben. Zumindest davor.

AG Also scheint es so eine Stimme in dir zu geben, die den Raum einfach leugnen will?

K Ja.

AG Sag doch, die soll mal auftauchen, die Stimme, die gesagt hat, den gibt's gar nicht, soll mal Gestalt annehmen. Guck mal, wer es ist.

K Hmm… also… wer auch immer du bist, der das da nicht sehen will, diesen Dreckhaufen. Du kannst ja mal auftauchen. (Pause) Es ist meine Schwester.

AG Aha. Ok. Wie heißt sie denn?

K Die heißt Ursula.

AG Frag sie doch mal, was sie von dem Raum hält, weil, jetzt steht ihr ja beide davor. Was sie damit zu tun hat. Irgendwas muß sie damit zu tun haben.

K Also, die steht jetzt so richtig voluminös und üppig vor der Tür zu dem Raum, sagt sowas wie „den Raum kriegst du nicht wieder, den hab ich besetzt".

AG Wie ist das für dich, wenn die da auf einmal so auftaucht und sagt, „es ist mein Raum"?

K Ich bin versucht, davonzurennen.

AG Nee, du mußt schon dableiben, es ist ja deine Schwester in deiner Psyche. Die ist ein Anteil deiner Psyche. Anscheinend hat sie ein bißchen die Macht da.
Frag sie doch mal, was das überhaupt für ein Raum ist, also, für was der steht, dieser Raum.
Oder du kannst auch den Raum direkt fragen. Was dir lieber ist.
Du kannst auch sagen: „Geh mal einen Schritt beiseite, ich will mit dem Raum reden!"

K Ja, ich glaube, ich möchte das… Ursi, geh einfach mal bitte… Nein! Du gehst jetzt einen Schritt zur Seite!

AG Guck mal, was sie macht.

K Das ist MEIN Schiff und ich möchte diesen Raum jetzt sehen.

AG Genau. Macht sie, was du sagst?

K Naja, sie funkelt mich ganz schön böse an, aber sie geht einen Schritt zur Seite.

AG Ok. Gut, dann frag mal den Raum direkt, für was er in deinem Leben steht. Er kann dir das auch als Bild zeigen.

K Also, du Raum mit dem ganzen Gerümpel… für was stehst du? Oder wer bist du? Oder warum bist du da? Oder? … (schnauft) … (Pause)
Da kommt sowas wie… das ist ein Raum, da ist alles drin, was mir nicht gehört, was ich aber angenommen hab. Also, das hält er von mir fern, weil es mir ja nicht gehört, dafür ist er da, aber… es ist ganz schön unangenehm.

AG Also, er meint, das wär so Zeug, was du von anderen Leuten dir reingezogen hast?

K Ja. So Sachen, die ich irgendwo gefunden hab, mitgenommen, aufgeräumt… gemerkt hab… irgendwo aufgesammelt einfach.
Da mit auch ein paar… eher wenigen eigenen Sachen… einfach reingeschmissen.

AG Frag doch mal den Raum… Vielleicht kann er dir ein paar Beispiele zeigen, was da so alles drinsteckt. Sind das irgendwie so Schuldgefühle, die andere Leute dir machen, oder irgendwie das Gefühl, für andere was machen zu müssen oder so?
Also frag ihn mal ein bißchen konkreter, was da alles so drin ist.

K Ich nenn ihn jetzt mal Rumpelraum.

AG Ja.

K Also, Rumpelraum. Was liegt denn da so hauptsächlich drin?
Also, hauptsächlich zeigt er mir als allererstes sofort ganz viele alte Seekarten und Wege, die haben alle nichts, definitiv nichts mit mir zu tun.

AG Dann frag doch mal diese alten Seekarten, wieso sie dann da sind, was sie von dir wollen, was machen sie in deinem Raum, in deinem Leben. Weil, sie sind ja doch da und zeigen Wege, zeigen den Weg.

K Also, alte Seekarten. Warum seid ihr denn in dem Rumpelraum? Was wollt ihr mir sagen oder was… Die haben sofort gebrüllt: Wir sind da drinnen, weil du uns da reingestopft hast.
Und es sind… die hab ich alle eingesammelt.
Also, keine davon hab ich selber gemalt oder mir gekauft, sondern die sind mir übergeben worden, in die Hand gedrückt, oder ich hab sie irgendwo liegen gesehen. Viele, viele, viele…

AG Jetzt sind ja Seekarten oder überhaupt Karten etwas, was einem den Weg sagt, den man gehen soll. Das sagt einem, hier mußt du langgehen, dann kommst du da hin.
Frag doch mal die Seekarten, ob sie sowas sind wie Anweisungen von anderen Leuten, wie du zu leben hast. So ganz grob zusammengefaßt. Weil, die geben ja einen Weg vor.

K Ihr alten Seekarten, seid ihr Regeln und Anweisungen und Vorschriften von anderen, wie ich mein Schiff zu lenken hab? (nickt mehrfach heftig) Jede Menge.

AG Frag sie doch mal, wieviel Prozent Einfluß sie in deinem Leben haben. Also, wenn du jetzt losfährst. Wieviel Prozent bestimmen sie…

K Also, wenn ich jetzt losfahren würde wieder, mit dem Schiff, wieviel Prozent meiner Lebensroute bestimmt ihr dann?

AG Die sollen eine Zahl zeigen, die du sehen kannst.

K Ja. Also die hüpfen mit einer 100 % rum!

AG Wow! Also, das heißt, wenn du losfährst, lebst du dein Leben nach den Karten der anderen.

K Ja!

AG Doof.

K Bescheuert…

Jetzt haben wir ein massives Thema in Claudias Leben entdeckt.

AG Frag mal die Schwester Ursula, ob sie… was sie überhaupt damit zu tun.
Bestimmt sie auch… hat sie die Karten gezeichnet? Oder einige davon? Weil, die ist ja da aufgetaucht.

K Ja. Ursi, was hast du damit zu tun?
Also die Ursi sagt, sie will keinesfalls, daß ich mein Schiff so fahr wie ich will, weil, sie kann das auch nicht, und ich darf das auch nicht.

AG Also, wenn du es hinkriegen würdest, wäre sie sauneidisch?

K Ja, ich würde ihr quasi ihren Lebensstandard nehmen oder so irgendwie.
Also, wenn ich jetzt mit meinem Schiff dahin fahren würde, wo ich will, das ist derart undenkbar, weil, dann würde sie hintenüber kippen.

AG Wie ist das für dich, wenn du das hörst?

K Beklemmend.

AG Aber, wäre doch eigentlich kein Problem. Du mußt nur dein Leben leben wie du willst, dann kippt sie hintenüber. Ist erledigt.

Ich provoziere sie ein bißchen, damit es deutlicher wird: Ursi in Claudias Psyche ist ein Teil von Claudia, daher ist sie es selbst, die sich nicht erlaubt, zu fahren wohin sie will…

K Dann hätte ich ein megaschlechtes Gewissen.

AG Ja, genau. Das ist das Problem.
Also, du hast da die Seekarten, die sagen, nach ihnen sollst du navigieren und die bestimmen das. Und dann hast du die Ursula…

K Und irgendwann mal hab ich aber beschlossen, ich will nicht, deshalb hab ich sie in den Raum gestopft.

Nur, daß Dinge, die man innerhalb der Psyche „wegpackt“, immer noch in der Psyche sind…

AG Ja. Genau. Die sind aber immer noch da, haben Einfluß. Sag doch mal, die Leute, die diese Karten gezeichnet haben, die sollen mal auftauchen. Damit du siehst, wer das überhaupt ist.

K Also, ihr Seekartenzeichner und -mir-Übergeber, zeigt euch. – Oh mein Gott.

AG Schau mal, wer da kommt.

K Mama, Papa, Onkel, Oma…

AG Beide Omas?

K Nee, ich kenn nur eine Oma. Die andere ist… Wobei, die andere kommt jetzt auch…

AG Im Unterbewußtsein sind die alle da.

K Also, das ist eine Riesenschlange. Die sind dann nicht mehr kenntlich, aber es sind viele.
Und dann sind da auch noch dabei mein Ex-Mann und mein jetziger Gefährte.

AG Ah, der jetzige auch?

K (nickt) Und erstaunlicherweise auch alle drei Kinder. Jeder hat so seine Karte abgegeben.

AG Sprich die doch mal alle an. Also, du kannst ja mal mit ihnen drüber reden.
Kannst ja mal sagen: „Hallo. Anscheinend zeichnet ihr hier alle meine Lebenskarten. Das gefällt mir aber nicht."

K Es ist fast sowas wie Aufträge.
Hallo. Ich hab von jedem von euch so einen gezeichneten Auftrag bekommen. (Pause)

AG Sag ihnen auch, wie es dir damit geht, daß sie dir hier Aufträge erteilen.

K Ich fühl mich ehrlich auch… also komplett überfordert, weil, die sind zum Teil konträr. Und nichts davon bin ich. Das hat nix mit mir zu tun. Es scheint keinen zu interessieren, wo ich überhaupt hinwill.

AG Frag sie mal, ob es sie interessiert, wo du überhaupt hinwillst.

K Interessiert es irgendjemanden, wo ich gerne hinmöchte?

AG Guck mal, ob sie nicken oder Kopf schütteln.

K Sie lachen sich kaputt.

AG Echt? Die lachen dich auch noch aus? (Klientin nickt)
Sag ihnen mal, wie du das findest. Das ist ja dein Raum hier in deinem Schiff.

K Das ist mein Raum in meinem Schiff, und ihr lacht euch kaputt.

AG Ja. Haben da ihr Gerümpel abgelegt und erwarten noch, daß du ihre Pläne hier erfüllst.

K (schnauft)

AG Und wenn du dich beschwerst, lachen die bloß.

K Ich find's voll ätzend.

AG Ja. Sag ihnen das mal.

K Also, ich find's voll ätzend, was ihr hier aufführt. Mit euren Aufträgen in meinem Raum und mich auch noch auslachen.

AG Wie reagieren sie da drauf?

K Schon so ein bißchen, huch, irgendwas funktioniert nicht mehr so.

AG Erklär ihnen mal, daß das hier dein Schiff ist und du der Kapitän.

K Also, zum Glück hab ich gerade begriffen, es ist MEIN Schiff. Und ich bin der Kapitän. Was macht ihr auf meinem Schiff?

AG Die sind in deiner Psyche. Deswegen sind sie auch auf dem Schiff. (lacht) Es ist einfach.
Aber frag sie doch mal, ob sie dich als Kapitän akzeptieren.
Das ist die Frage, weil, du wirst sie nicht los. Sie sind in dir drin und du kannst die nicht auslöschen.

K Das hab ich – glaub ich – noch nie erzählt.
Also, ich glaube, es wird Zeit zu sagen: Ich bin der Kapitän von diesem Schiff!

AG Und frag mal: Akzeptiert ihr das? – Wenn ja sollen sie nicken, wenn nein Kopf schütteln.

K Ich glaube, ich möchte es nochmal sagen:
Also ICH BIN DER KAPITÄN auf diesem Schiff und ich bestimme wo es langgeht!
Ist das jetzt klar? (Pause) Also einige nicken, die meisten…
Die Schwester schüttelt den Kopf ohne Ende.

AG Ursula?

K Ja.

AG Wer schüttelt noch?

K Ehm… Mein Papa schüttelt den Kopf ohne Ende.
Oh… Und mein jetziger Lebensgefährte. Der lacht sich immer noch kaputt.
Alle anderen haben es akzeptiert.

AG Ok. Ursula, Papa und der jetzige… Wie heißt er denn?

K Der heißt Roland.

AG Ich würde sagen, wir machen erstmal eine Übung, um denen klar zu machen, daß du hier wirklich die Chefin bist und, daß sie nicht einfach irgendwas machen können. Ok?
Weil, es sind ja Bilder in deinem Kopf, es sind Anteile von dir. Es geht nicht, daß sie dich auslachen und dich nicht ernst nehmen. Also nimmst du dir erstmal einen Schlagstock und läßt die Kniebeugen machen. Ok? Kennst du das?

Wir üben Handlungskompetenz, damit die Klientin die Macht über ihre inneren Bilder bekommt. Ansonsten könnte es schwierig werden, weiterzuarbeiten… ☺

K (lacht) Nein, die Kniebeugen kenn ich noch nicht.

AG Kennst du nicht? Schön. Was Neues.
Guck mal: ist ganz einfach. Du setzt dich auf…

K Ich setz mich auf… (setzt sich hin)

AG Hier auf dieser Seite, weil, dann kannst du schön auf den Boden hauen.
So, dann gebe ich dir was. Hier. (reicht einen Schlagstock)
Und dann sagst du den dreien, die nein gesagt haben, die dich nicht respektieren wollen als Kapitän, denen sagst du: „Ich bin der Kapitän. Ich beweis euch das jetzt. Ihr müßt nämlich alles machen, was ich sage.“ Kündige das erstmal an, so daß die im Bilde sind, um was es jetzt geht. (lacht)

K Aaalso, Papa, Roland, Ursi. Ich bin der Kapitän jetzt, und damit ihr das auch versteht, macht ihr jetzt, was ich will.

AG Und als erstes macht ihr alle drei synchron fünf Kniebeugen.

K Als erstes macht ihr alle drei im Rhythmus fünf Kniebeugen.

AG Genau. Und du zählst ihnen vor, du kannst das ein bißchen mit Nachdruck machen.

K Ok. Jetzt geht es los! Und… eins! (schlägt auf den Boden) Sehr schön! Zwei und drei UND 4 und 5!

AG Guck, ob sie das ordentlich machen.

K Nee, gefällt mir noch nicht, nochmal fünf.

AG Ja. Also, bis es zu deiner Zufriedenheit war. Und wenn sie nicht parieren, dann haust du ihnen mal ein bißchen auf die Köpfe. Kannst sie ruhig hauen.

K Ok, nochmal. UND 1 UND 2 und 3 und 4 und schneller und 5 und 6! (schlägt zu jeder Zahl auf den Boden) Oh, meine Schwester ist umgefallen.

AG Ok. Dann sag ihr, die soll wieder aufstehen und ordentlich Kniebeugen machen.

K Aufstehen!

AG Umfallen geht nicht.

K Ja. Also, die anderen zwei machen das ordentlich, meine Schwester nicht so.

AG Ja, die muß noch bißchen üben. Laß sie mal Liegestütze machen.

K (lacht) Und jetzt machen wir Liegestütze.

AG Denk dir ruhig was Fieses aus. Kannst dir auch selbst was ausdenken, aber die müssen es alle machen.

K Liegestütze erstmal, ziemlich gemein.
UND 1 und 2 und 3 und 4 und 5. (schlägt zu jeder Zahl) – Ursi, was soll das?

AG Was macht sie denn?

K Sie verweigert sich. Sie liegt platt wie ein Mops.

AG Ok. Dann bring sie um. Das ist ein Teil von dir, der nicht mitmacht.
Bring sie einfach um. Hack ihr den Kopf ab, wenn sie schon da liegt, ist doch praktisch.

K (schlägt) Ich hau sie einfach zu Matsch… (schlägt und schreit)

AG So eine Schwester kannst du nicht brauchen, die keine ordentlichen Liegestütz hinkriegt.
Ist sie kaputt?

K Ja. Sie ist Matsch.

AG Dann machen wir Feuer, du verbrennst sie. (Feuergeräusch)
Und guck mal, Papa und Roland, haben die jetzt Respekt vor dir?

K Ach… die können wir eigentlich auch noch mit ins Feuer schmeißen.

AG Ja, mach ruhig. Wenn die immer blöd lachen. Aber zerstör sie erst, nicht einfach so reinschmeißen.

K Also, Papa… (schlägt stark und schreit / knurrt) Und Roland… (schlägt)

AG Ab ins Feuer. Und dann guck einfach zu, wie es brennt. (Feuergeräusch)

K Dieses Schwester-Ding will einfach nicht tot bleiben.

AG Ist die wieder aufgetaucht?

K Naja, die war irgendwie…

AG Ist ok. Die sollen ja sowieso wieder auftauchen. Also, ruf mal alle drei nochmal zurück, Ursula, Roland, Papa.

K Sitzend oder liegend?

AG Probiere es erstmal so, guck mal, ob sie *jetzt* dich als Kapitän respektieren. Sonst mußt du sie vielleicht nochmal umbringen.

K Papa, ich bin der Kapitän auf meinem Schiff.
Ok. Das klappt.

AG Akzeptiert er?

K Ja.
Roland? Ich bin der Kapitän auf meinem Schiff!
Klappt.
Ursi?!
Am Arsch! Das klappt überhaupt nicht.

ICH bin der Kapitän auf meinem Schiff!
Die lacht sich leider immer noch kaputt. (atmet schwer aus)

AG Ja, bring sie nochmal um.

K Kann ich sie würgen?

AG Kannst du auch machen.
Frag sie aber mal, was sie eigentlich will.

K Ja, irgendwas…

AG Will sie den Kurs bestimmen? Oder will sie dich sabotieren? Oder was will sie denn? Versuch das mal rauszufinden.

K Ursi, WAS willst DU?
Sie will mich sabotieren, und ich soll endlich verschwinden.

AG Also, sie will dein Schiff übernehmen.

K Ja. Sie ist der Meinung, ich hatte nie ein Recht auf ein Schiff.

Ursi in Claudias Kopf ist ein Anteil von ihr selbst. Sie selbst ist es, die das glaubt.
Etwas in ihr glaubt das, und sie projiziert es auf die Schwester.

AG Okay. Es zeigt sich schon so ein massives Thema, du lebst ganz viel nach den Plänen der anderen, und da sind einige, die gestehen dir nicht das Recht zu, daß du selbst bestimmst.
Also, dem könnten wir nachgehen und rausfinden, wo das entstanden ist, wo das hergekommen ist.
Du kannst die aber auch nochmal kurz da stehen lassen und erstmal so ein bißchen mit deinem Schiff reden. Die laufen dir ja nicht weg.
Sag einfach, die sollen mal da bleiben. Du gehst mal in die Steuerkabine.

K Wobei, Papa und Roland haben sich einsortiert bei den anderen in der Mannschaft.

AG Jaja. Weil du jetzt ein bißchen Gewalt ausgeübt hast. (lacht) Aber es ist wahrscheinlich noch nicht so ganz geklärt.

K Wobei, Ursi steht…

AG Also Ursi ist massiv gegen dich, ne?

K Ja.

AG Laß die doch mal kurz da stehen und geh mal in die Steuerkabine hoch von deinem Schiff.
Kannst dich auch wieder hinlegen.

K (legt sich) Steuerkabine?

AG Ja. Da wo du vorhin warst. Wo du gemeint hast, es ist alles gut. Geh mal da hin und dann kannst du ja mit dem Schiff mal reden. Du kannst ja mal sagen: „Hallo Schiff. Wie geht's dir eigentlich, Schiff?"

K Hallo Schiff. Wie geht's dir, Schiff?

Naja, das Schiff möchte gerne losfahren, es hat das Herumliegen satt.

AG Ok. Frag es mal, wieviel Prozent startklar es ist.

K Wieviel Prozent startklar bist du denn, Schiff? – 98.

AG Okay. Frag mal, was noch fehlt.

K Und was fehlt zum Starten? – Ja, das Ziel, die Karte.

AG Ah ja. Dann frag mal das Schiff, wer das Ziel vorgeben soll.

K Und Schiff, wer gibt das Ziel vor?
Das Schiff schaut mich erstaunt, perplex an und sagt: Natürlich der Kapitän.

AG Das heißt, frag mal das Schiff, wie das ist, wenn du jetzt ein Ziel vorgibst, ob es dann direkt starten kann. Also, ob es praktisch nur noch auf die Anweisung wartet, da will ich hin, und dann geht es los.

K Also Schiff, wenn ich dir jetzt die Anweisung gebe, wo es hingeht, bist du dann bereit, mit mir loszufahren? – Es erzählt mir, so wird es nichts, weil, es muß erst selber davon überzeugt sein, daß ich der Kapitän bin.

AG Ok. Frag mal das Schiff, zu wieviel Prozent es dir das zugesteht.

K Schiff, zu wieviel Prozent glaubst du mir meine Kapitänsrolle? – 42 %.

AG Genau. Weil, da sind ja noch die ganzen anderen da unten in diesem Rumpelraum.
Frag mal das Schiff, ob das daran liegt, daß du noch nicht ganz Kapitän bist.
Also, ob du praktisch mit all diesen da unten klar sein müßtest, daß die dich alle anerkennen und dann… frag mal.

K Also Schiff, brauchst… also glaubst du mir, daß ich Kapitän bin, wenn das alles da unten erledigt ist? Ist das nötig? (verneint mit Kopfschütteln)

AG Was meint denn das Schiff, was fehlt?

K Das Schiff sagt, es braucht einfach, daß ich endlich diese verdammte Steuerkabine aufmache und reingehe, Punkt, weil, ich kann kein Schiff steuern, wenn ich mir von außen das Steuerrad anschaue.

AG Ja, das stimmt. Dann geh doch mal rein. Wie ist es da drin?

K Das fühlt sich gut an.

AG Hast du denn ein Ziel? Weil, das Schiff hat ja gesagt, du mußt ein Ziel vorgeben.

K Ich muß ein Ziel vorgeben… also, ich hab auf jeden Fall, wenn ich da drinnen so stehe, hab ich erstmal das weite Meer, nicht diesen begrenzten… raus aus diesem Schuppen, ab ins Wasser, raus aus dem Schuppen.
Also, das erste Ziel, was mir einfällt, wäre einfach mal, dieses Schiff so richtig ausprobieren auf dem Meer. Einfach mal fahren.

AG Also einfach erstmal austesten, wie das ist.

K Ja. Ausprobieren. Also das Fahren, das Schiff lenken üben.

AG Ok. Das ist aber noch kein Ziel.

K Das ist noch kein Ziel, das ist ein erster Impuls.

AG Frag mal das Schiff, was es davon hält, wenn du es erstmal ausprobieren willst.

K Schiff, was hältst du von dem, wir fahren jetzt erstmal aufs Meer und probieren es aus?
Das gefällt ihm auf jeden Fall viel besser als auf diesem Trockendock zu liegen.
Gerade, daß es nicht runterhüpft. (lächelt)

AG Erzähl mal dem Schiff, da sind diese ganzen Leute da noch unten drin, mit den ganzen alten Landkarten, die über den Kurs bestimmen wollen. Und frag mal das Schiff, wie es dazu steht, es soll sich mal äußern.

K Also Schiff…

AG Das trägt die ja praktisch als Ballast im Bauch.

K Ja. Wir haben da in diesem Rumpelraum noch jede Menge Ballast. Ein Haufen Leute mit alten Karten. Und meine Schwester. Wie gehen wir jetzt mit denen um?
(Pause)
Also, als erstes sagt das Schiff, ich soll diese Türe da hinten weit aufmachen, weil dieses Eingepreßtsein in den Raum ist das Schlimmste, also, wenn die Tür zu ist.

AG Also, du sollst die da rauslassen?

K Ja. Ich soll einfach mal die Tür aufmachen und schauen, was passiert. Nimmer mit Gewalt das da reinquetschen das ganze Zeug.

AG Ok.

K Oh. Meine Schwester räumt jetzt aus.

AG Und wo räumt sie das hin?

K Das schmeißt sie einfach über Bord.

AG Wie ist es denn für dich?

K Ist ja praktisch.

AG Aber das ist ja eigentlich…

K Ja, das ist… Ich weiß genau, sie sucht das große Versteckte.

AG Was sucht sie da konkret? Weißt du das? Kannst du mir das erklären?

K Nee, das… Also es gibt was, was da drinnen eingesperrt ist, und das will sie scheinbar wiederhaben.

AG Und weißt du, was das ist?

K Nein.

AG Dann frag sie doch mal.

K Ursi, was ist das? (Pause)
Also, sie sagt, es ist auf jeden Fall eine Schatzkiste oder ein Schatz, etwas, was ihr gehört.

AG Das ist aber sehr unwahrscheinlich, wenn es auf deinem Schiff ist, daß es ihr gehört. (lacht)
Laß sie mal weiter kramen.
Frag mal das Schiff, was es meint, wieviel Prozent es stört, daß die alle da sind, weil, die wollen ja alle bestimmen, die wollen ja alle… Die Ursula will ja das Schiff richtig übernehmen. Also frag mal, wieviel Prozent es dich als Kapitän beeinträchtigt, daß die da sind und so bestimmen wollen.

K Also Schiff, zu wieviel Prozent ist es störend oder beeinträchtigend, daß da dieses Durcheinander in diesem Rumpelraum da ist.

AG Diese ganzen fremden Landkarten.

K Fremde Karten, meine Schwester, die irgendwas sucht und…
Also, das stört auf jeden Fall massiv. Stört zu über 60 %.

AG Genau. Also, da müssen wir uns drum kümmern. Ok.
Jetzt ist immer ganz wichtig, das könnten wir noch machen, bevor wir dann auf Hintergrund gehen…
Wenn du dein Leben leben willst, DEINS, nicht nach fremden Landkarten, sondern deine eigene Orientierung haben willst, dann ist immer ganz wichtig, daß du mit deiner Inneren Weisheit in Kontakt bist. Weißt du?
Weil, die Innere Weisheit, die ist ja nicht fremd, sondern das ist die Intuition, die innere Stimme, deins, das *bist* du, der weise Teil von dir.
Deswegen ruf die doch mal auf dein Schiff, die soll mal auftauchen, Gestalt annehmen.
Das ist meistens so eine archetypische Gestalt, so eine weise Frau oder ein alter weiser Mann, ein Zauberer oder sowas. Ruf sie und guck, was kommt. – Sprich es laut aus.

K Also, Innere Weisheit, ich bitte dich zu mir auf mein Schiff. Bitte zeig dich.
Das ist interessant, also, es kommt ein riesiger Vogel… und landet und wird eine sehr alte Frau.

AG Begrüß sie mal, sag mal „Hallo“ zu ihr und frag sie mal: „Bist du meine Innere Weisheit?“
Sie soll nicken oder Kopf schütteln.

K Bist du meine Innere Weisheit? Bitte nicke oder schüttele den Kopf.
Sie nickt ganz leicht.

AG Schön. Frag sie mal, ob sie auch Lust hat, mit dir übers Meer zu fahren, das Schiff ist fast startklar.
Ob sie da mitmacht und dich unterstützt.

K Hast du Lust, mit mir auf meinem Schiff loszufahren auf das weite Meer.
Sie sagt, darauf wartet sie schon lange.

AG Jaaa. Gut. Jetzt wissen wirdas… dafür brauchst du sie auch, damit du den Kurs findest. Frag sie mal, wieviel Prozent Verbindung ihr miteinander habt. Also, jeder hat eine Innere Weisheit, aber manche Leute hören die einfach nicht, die haben null Prozent Verbindung.

Frag sie mal, wie gut eure Verbindung ist in Prozent.

K Weise Frau, wieviel Prozent sind wir denn verbunden? 88.

AG Das ist nicht schlecht, aber auch nicht optimal. Das kann man verbessern.

K Kann nur mehr werden, ja.

AG Dann frag sie doch mal, ob sie auch weiß, wo das angefangen hat, daß du so nach den Plänen der anderen lebst, also diese Pläne dir alle reinziehst und versuchst, die alle zu erfüllen.
Weiß sie, wo das angefangen hat?

K Ich frag sie mal.

AG Sie soll erstmal nur nicken oder mit dem Kopf schütteln.

K Also, weißt du, Weisheit, wann das angefangen hat und wie und wo, daß ich nach fremden Karten gefahren bin?
Sie weiß es, und sie sagt, ich war vier.

AG Super. Dann soll sie dich doch mal direkt dorthin führen, wo das anfängt.

K Führst du mich bitte direkt dahin, wo das angefangen hat mit den fremden Karten? (Pause)

AG Beschreib mal, was du da siehst.

K Also, im Moment hat sie mich erstmal in die Rumpelkammer geführt.
Und da hat sie mir genau diese Schatzkiste gegeben, nach der meine Schwester schon gesucht hat.
Und die machen wir jetzt gerade auf.
Und die Kiste wächst, und wir schrumpfen, und wir verschwinden zu dritt samt meiner Schwester in der Kiste. Und fallen durch so ein trichterförmiges Ding… (Pause)
Da ist es einfach erstmal rabenschwarz.

AG Guck mal wo du landest.

K (Pause) Also, ich merk einen Wahnsinnswiderstand, ein Teil von mir geht runter und der andere geht rauf.

AG Dann bestimm du doch mal, daß du auf jeden Fall der Teil bist, der sich das angucken will.

K Also, ich bin der Teil, der sich das anschauen will.

AG Und deine Innere Weisheit ist ja da?

K (nickt zustimmend)

AG Kannst ihr ja sagen: „Nimm mich an der Hand und führ mich da hin, wo es angefangen hat.“

K Nimm mich an der Hand, Weisheit, und bring mich da hin, wo ich sehen kann, wie das alles anfängt.

AG Mit den fremden Landkarten und so.

K Mit den fremden Landkarten…
Also, es tauchen auf: mein Vater, meine Mutter, mein Onkel und meine Schwester… und ein Tisch.

AG Na, dann guck dich mal um, irgendwo muß ja die kleine Claudia auch sein. Du bist ja die Große und guckst dir das an. Guck mal, wo die kleine Claudia ist.

K Ich muß irgendwo sein, weil, ich sehe das, was da passiert, aber ich sitz nicht dabei. Das ist ein Riesengeschrei.

AG Du bist aber jetzt die heutige Claudia, wenn du das so anguckst, ne?

K Nein. Also, ich bin klein und irgendwo versteckt, aber ich sitz… bin da in dem gleichen Raum wie die anderen.

Das ist nicht gut, denn wenn das hier eine dramatische Szene ist (und auch, wenn nicht… ☺), will ich, daß sie beobachtet, um dann moderieren zu können. Damit vermeiden wir z.B. im Fall von Mißbrauch auch Retraumatisierungen.

AG Dann komm doch mal da raus. Weil, du bist ja heute die Heutige und sei mal die Beobachterin von dem *ganzen* Film.
Also, du kannst in irgend so eine Beobachter-Perspektive gehen, von oben gucken, dann guckst du mal, wo ist denn die Kleine. Wo hat die sich versteckt?

K (Pause) Unterm Sofa. Ohh.

AG Ok. Liegt da drunter und guckt so raus?

K (nickt) Liegt einfach drunter.

AG Ok. Gut. Dann beobachte doch mal, was die anderen so machen.
Also, wenn du sagst, da ist Geschrei, streiten die? Sind die irgendwie ärgerlich, aggressiv, oder was ist da los?

K Also, Mama heult ganz fürchterlich, der Papa schreit, der Onkel macht irgendwas zwischen Schreien, sich entschuldigen, auch Heulen. Also, es ist ein Riesen-riesen-riesen-Wirbel. (Pause)

AG Kannst du irgendwie mitkriegen, worum es geht, so als Beobachterin?

K Es muß irgendwas Furchtbares passiert sein, auch mit meiner Schwester, weil, die ist da auch.

AG Und was macht die?

K Die weint.

AG Ich würde vorschlagen, geh doch mal zu der kleinen Claudia hin, zu dem Sofa, und du kannst ja mal hingehen und druntergucken und sagen: „Hallo. Ich bin die große Claudia, ich komm aus der Zukunft. Ich komm dich jetzt besuchen. Ich würd gern mal mit dir reden."
Nimm mal Kontakt auf mit der Kleinen.

K Hallo, kleine Claudia. Ich bin die große Claudia, also, es geht weiter, ich komme aus der Zukunft. Ich würde mich gerne mal mit dir unterhalten. Also, ich kann dir versprechen, es geht weiter, es gibt eine Zukunft, weil, von der komme ich.

Das Innere Kind ist ein Anteil der eigenen Psyche. Claudia nimmt mit diesem Anteil jetzt Kontakt auf. Dadurch bleibt sie gleichzeitig als heutige Erwachsene in der Moderatorposition.

AG Wie reagiert sie da drauf?

K Erstmal ein bißchen erschreckt, daß sie jemand sieht.

AG Du kannst ihr ja sagen: „Pschht. Ich verrat dich auch nicht.“ (lacht)

K Also, die anderen sehen mich übrigens nicht und verraten tue ich dich auch nicht.
Ahja. Das ist besser.

AG Erzähl ihr doch mal, daß du mitkriegst, daß sie sich da versteckt, daß es ihr vielleicht da nicht so gut geht und daß du ihr gern helfen würdest.

K Also, ich… ich sehe, daß du dich da unter dem Sofa verkrochen hast, daß von den anderen keiner weiß, daß du da bist und daß du alles mitkriegst, ich merk auch, dir geht’s gar nicht gut, und du verstehst überhaupt nicht, was da los ist. Und ich möchte dir gerne helfen.

AG Wie reagiert sie da?

K Also, sie erzählt mir ganz sprudelig, daß sie gerade beschlossen hat, daß sie immer alles macht, was jeder von ihr will, nur damit nie mehr sowas Schlimmes passiert, wie gerade passiert ist.
Das erzählt sie so… (macht sprudelnde Geräusche und wedelt mit den Händen)

AG Ja. Da hat sie den Beschluß gefaßt.

K Ja.

AG Genau. Dann frag sie doch mal: „Was ist denn passiert?“
Vielleicht kann sie es dir ja ein bißchen erklären oder zeigen. Vielleicht kann sie auch den Film zurückspulen.

K Weißt du, was da genau passiert ist? (Pause)
Also… Claudia, weißt du, was da genau passiert ist? (Pause)

AG Also, was ist denn das „Schlimme“, was sie meint? Was sie verhindern will?

K Das ist irgendwie… das ist… diese ganze Gewalt, also… die Ursi hat wohl Prügel gekriegt.
Und die Mama weint und kann weder schützen noch helfen.
Was macht der Onkel? – Also, das ist der nicht klar, der Kleinen. Die spürt nur, es ist ganz gräßlich, aber es gibt kein Wissen.

AG Es kann sein, daß sie es gar nicht versteht, nur irgendwie denkt, wenn ich alles richtig mache, passiert sowas nicht mehr.

K Ja. Genau.

AG Frag sie mal… du kannst sie vielleicht noch ein bißchen ausfragen…
Frag sie mal, ob sie denkt, die Ursula hat irgendwas falsch gemacht und deswegen ist das passiert und wenn sie jetzt alles richtig macht, dann passiert es nicht mehr. Oder so… Frag mal so…

K Jaa… Claudia, denkst du, die Ursi hat einen Fehler gemacht und du mußt das jetzt ausbügeln, und wenn du alles richtig machst, wird alles wieder gut?
Nee, nee, nee. Der Onkel hat einen Fehler gemacht, aber ich mag den Onkel. Wenn ich jetzt alles richtig mache, dann ist der Onkel nicht mehr böse, dann wird er wieder gesund.

AG Ok. Frag sie mal, ob sie weiß, was der gemacht hat als Fehler.

K Weißt du, was der Onkel als Fehler gemacht hat?
Ja, der Onkel hat mit der Ursi geschmust. Und mit mir schmust er auch.

AG Aha…

K Der schmust komisch.

AG Und frag sie mal, ob sie jetzt beschlossen hat, daß sie ab jetzt dem Onkel alles recht machen wird, damit…

K Damit er die Ursi in Ruhe läßt. Ja. Natürlich. Weil, wenn ich alles mach, was die wollen, dann hat… dann passiert das nicht mehr. Dann muß die Ursi nicht weinen.

AG Ist das so, daß die Ursi gepetzt hat? Sie hat es erzählt?

K Die Ursi hat es erzählt. Ich hab das nicht erzählt.

AG Sie würde es nicht erzählen?

K Nein.

AG Aber guck mal, erzähl doch mal der Kleinen, was aus ihrem Beschluß später wird.
Nimm sie doch mal mit auf dein Schiff, ja. Und zeig ihr mal, daß du ein ganz tolles Schiff hat, das ist bereit für die große Fahrt. Und es geht aber noch nicht so richtig los, weil, da ist der Beschluß, die ganzen Pläne der anderen zu erfüllen.

K Aber ich hab das dem Onkel doch versprochen. (weinerlich)

Sie ist identifiziert, also in die Kleine reingerutscht. Deshalb spreche ich sie als Große an, damit sie in die Moderatorposition zurückkommt und das Innere Kind wieder als Gegenüber hat.

AG Sagt sie so, ja. Aber du bist ja jetzt die Große. Und du weißt, daß so ein kleines Kind ganz leicht zu überzeugen ist, was Richtig und Falsch ist, auch wenn es gar nicht stimmt?
Erzähl doch mal der Kleinen erstmal von deinem Schiff. Nimm die mal mit.

K Claudi, komm doch mal kurz mit.

AG Weil, das geht hier um ihr Leben, sie denkt, der Onkel ist wichtig und sie muß den schützen, aber in Wirklichkeit wissen wir ja, daß Kinder Erwachsene nie schützen müssen.

K Das muß ich ihr glaube ich erstmal sagen.
Du, Claudi, also ich bin ja jetzt groß, und ich hab ein schönes großes Schiff. Und ich weiß, daß kleine Kinder nie Erwachsene schützen müssen. Das weiß ich jetzt. Das konntest du da nicht wissen, Kleine. (schnieft)

AG Wie reagiert sie denn da?

K Das findet sie auf jeden Fall interessant und hört zu.
Und ich weiß auch als große Claudia, daß solche Versprechen die so Kinder geben an Erwachsene, daß die einfach nicht gelten. Da mußt du dich nicht dran halten.

AG Wie nimmt sie das jetzt auf?

K Erleichtert.
Also, sie glaubt das. Also, das ist ein Hoffnungsschimmer, das ist ein… es könnte einen Weg geben.

AG Also, sie hat das Versprechen gar nicht gern gegeben?

K (schüttelt den Kopf) Das ist ein blödes Versprechen.

AG Erzähl ihr doch mal, daß das eigentlich ihr Leben ist, und es ist einfach schön, wenn man sein eigenes Leben leben kann. Weil, dann hat man sein eigenes Schiff, man kann selbst der Kapitän sein. Zeig ihr ruhig mal dein Schiff. Nachher können wir die Situation klären. Aber zeig ihr doch mal dein Schiff, damit sie Lust drauf kriegt, so auf ihr eigenes Leben, auf die Meerfahrt und so.

K Du Claudia… also ich muß ihr das nochmal mit dem Versprechen sagen, sonst krieg ich sie da nicht raus.

AG Ok. Dann erklär ihr das nochmal.

K Also, das Versprechen, daß du das alles vergißt und dich nie erinnern wirst und nie irgendwas sagst, da dran mußt du dich nicht halten. Das weiß ich als Große.
Und du darfst unter der Couch rauskommen… und du darfst mit mir mitgehen, weil, ich bin ja deine große Claudia. Und dann kann ich dir ein Schiff zeigen… ein Schiff, wo wir beide in ein freies Leben segeln können. (weint) … Aber sie kommt raus.

AG Ja. Nimm sie mal in den Arm. Es ist schön, wenn sie rauskommt.

K (weint sehr)

AG Ja. Nimm sie mal.

K (weint laut) … (Pause)

AG Jetzt kriegt sie ein bißchen Vertrauen zu dir, ne? Hmmm…

K Ich sag es dir nochmal, Claudia, das Versprechen, das du gegeben hast, als du so klein warst, mit vier, das gilt einfach nicht mehr.

AG Wir machen das auch gleich rückgängig, dann…
Spür mal, ob du ihr das Schiff erst noch zeigen willst, ob du sie dahin mitnehmen willst oder willst du jetzt gleich mit der Familie reden?

K Nee. Die glaubt mir, daß es das Schiff gibt und möchte das erst aufräumen. Also, erst mit der Familie reden.

AG Erst mit der Familie reden, ok. Gut.
Vielleicht sagst du ihr noch, also, wenn wir jetzt was aufräumen wollen, dann ist es wichtig, daß wir mit allen reden, also nicht mehr uns verstecken, sondern alles aufdecken.
Und mit jedem über alles reden.
Guck mal, ob sie da mitmacht. Du kannst ihr ja auch versprechen, daß du sie beschützt, weil, du bist ja die Große. Du sorgst jetzt dafür, daß alles gut läuft.

K Also, Claudia, wenn wir das Versprechen jetzt auflösen wollen und hier aufräumen, dann ist es wichtig, daß wir mit allen reden.
Also, das ist für sie in Ordnung, wenn sie auf meinem Arm bleiben kann.

AG Ja, das kann sie. Ok. Dann sprichst du jetzt alle Versammelten an, die sind ja schon da, ist ja praktisch, Mama, Papa, Onkel…

K Und Ursi.

AG Und Ursi. Genau. Und erklär ihnen, daß du die große Claudia bist aus der Zukunft und mit ihnen was klären willst.

K Also, Mama, Papa, Onkel und Ursi, ich bin die große Claudia aus der Zukunft und hab hier meine kleine Claudia auf dem Arm, und ich bin jetzt hier, um jetzt hier was zu klären.

AG Und schau mal, wie sie auf dich reagieren, ob sie dich gehört haben und dir jetzt zuhören, sich dir zuwenden.

K Ja. Die haben mich gehört.

AG Und hören dir auch alle zu?

K Schauen auch alle her.

AG Dann erklär ihnen doch mal, was du jetzt gerade rausgefunden hast.
Also, daß du die Kleine da unter dem Sofa gefunden hast und daß du auch weißt, daß sie gerade streiten, weil der Onkel da mit der kleinen Ursi zuviel schmust und erklär ihnen ruhig, mit der kleinen Claudia macht der das auch, nur die verrät das nicht. – Mach das mal in deinen Worten. Du mußt ihnen irgendwie vermitteln, worum es gerade wirklich geht.

K Also, ich bin die große Claudia und hab die kleine Claudia gerade unter dem Sofa gefunden.
Und ich hab gesehen und mitbekommen, daß hier ein riesen Durcheinandergeschrei ist, weil die kleine Ursi gesagt hat, sie will mit dem Onkel nicht mehr schmusen, weil sie das pfui-Teufel findet.
Und die kleine Claudia hier auf meinem Arm, die schmust auch mit dem Onkel, und sie hat aber ein Versprechen gegeben, daß sie das niemals preisgibt.
Und das, was ganz schwierig ist für die kleine Claudia, ist, die hat den Onkel wirklich lieb.
Und das tut ihr gar nicht gut, wie das hier läuft.

AG Guck mal, wie sie alle reagieren, weil, die haben das ja bisher nicht gewußt, daß da die kleine Claudia auch noch ist. Und daß der Onkel es mit ihr genauso macht wie mit der Ursi.
Guck mal hin, wie sie es aufnehmen.

K Also die Eltern, Mama und Papa, sind total entsetzt. Der Onkel schaut auf den Boden. (Pause)
Und bei der Ursi ist irgendwas so von… fast sowas wie: Das will ich für mich alleine?
Also, die ist nicht unbedingt nur begeistert.

AG Frag doch ruhig mal nach, was bei ihr ist.

K Ursi, was ist bei dir jetzt los, wenn du das hörst, was ich hier als große Claudia sag und sehe?
Ja, die stampft so mit dem Fuß auf und sagt: Ich wollte das jetzt endlich mal für mich alleine haben!

AG Verstehst du, was sie genau meint? Was sie allein haben wollte?

K Noch nicht so ganz.
Ursi, was meinst du damit? – Also, sie wollte alleine wichtig sein.

AG Sie wollte Aufmerksamkeit?

K Ja.

AG Frag sie mal, ob das so ist, daß sie jetzt endlich mal von den Eltern Aufmerksamkeit kriegt.

K Ursi, ist es so, daß du jetzt endlich mal von den Eltern Aufmerksamkeit bekommst mit dem… mit der Geschichte? – Ja. Das ist so.

AG Dann frag mal die kleine Claudia, ob es ihr auch so ähnlich geht, daß sie auch gern endlich mal Aufmerksamkeit hätte von den Eltern, nur sie hat halt das Versprechen gegeben.

K Claudia, hättest du auch gerne Aufmerksamkeit von den Eltern?
Ja, das hätte sie sehr gerne. Und sie sagt auch, sie hat sich ja so gefreut, daß der Onkel Aufmerksamkeit hat für sie. Deshalb hat sie das auch versprochen.

AG Deswegen hat sie den auch so lieb, ne?

K Deswegen hat sie den auch so lieb, weil, der sieht sie wenigstens.

AG Sag doch mal der Kleinen, sie soll das alles mal ihren Eltern mitteilen und auch dem Onkel.
Oder du kannst sie auch dabei unterstützen. Guck mal, ob sie es selber sagen kann oder ob du ihr dabei hilfst, weil, die Eltern scheinen das nicht mitzukriegen, daß ihre beiden Kinder eigentlich gar keine Aufmerksamkeit kriegen. Deswegen hat der Onkel ja so Zugriff drauf.

K Ich glaub, das möchte sie selber sagen.

AG Genau. Soll sie ruhig machen. Du kannst es ja für sie aussprechen.

K Also, Mama, Papa… schaut mal die Claudia und die Ursi an.
Die zwei Mädchen möchten so gern eure Aufmerksamkeit haben. Und sie tun fast alles dafür.
Das fehlt ihnen sehr, daß ihr sie einfach nicht seht.

AG Und das ist auch der Grund, warum die Claudia so an dem Onkel hängt, weil, der gibt ihr Aufmerksamkeit. Sag ihnen das ruhig.

K Also, ich bin jetzt die kleine Claudia, und ich mag deshalb den Onkel, weil, der gibt mir Aufmerksamkeit. Er ist zwar komisch und macht komische Sachen, aber er sagt, er mag mich.

AG Und jetzt guck mal, wie die Eltern reagieren.

K Die fallen total in sich zusammen.

AG Gut, dann sind sie immerhin betroffen… Vielleicht kannst du als erwachsene Claudia ihnen nochmal sagen, welche Auswirkungen das hat für das Leben ihrer Tochter später.
Weil, das ist ja nicht nur jetzt die Situation, sondern sie beschließt ja, ab jetzt mach ich immer alles, was die anderen wollen, damit nicht mehr sowas passiert, daß der Onkel Vorwürfe kriegt und so, und deswegen kannst du heute immer noch nicht nach deiner eigenen Landkarte navigieren.

K Also, Mama, Papa, weil das so ist, daß die kleine Claudia so unbedingt Aufmerksamkeit will, und die vom Onkel kriegt und das so braucht, weil es ihr so fehlt… deshalb hat sie mit vier beschlossen, daß sie immer alles macht, was die anderen wollen, damit das bißchen Aufmerksamkeit bleibt, und sie kann bis heute nicht ihr Eigenes tun. Sie kann nicht ihr Schiff steuern. Ihr Schiff liegt auf dem Trockenen.

AG Du kannst ihnen das auch zeigen. So, guckt mal hier, lauter fremde Landkarten…

K Guckt mal, da ist das Schiff, und es wäre so schön und so groß, und es liegt auf dem Trockendock.

AG Und ganz viele fremde Landkarten.

K Und es sind ganz viele fremde Landkarten in so einem kleinen finsteren Eckchen, und das Schiff fährt aber jetzt gar nicht mehr.

AG Schau mal, ob sie es verstanden haben und wie sie darauf reagieren.

K Die sind megabetroffen.

AG Das ist gut.

K Das wollten beide nicht.

AG Schau mal, vielleicht können sie mit der kleinen Claudia mal reden. Fordere sie doch mal auf, daß sie mit der Kleinen reden, und hör mal, was sie ihr dann sagen oder was sie tun.

K Papa, Mama, könnt ihr mal mit der kleinen Claudia reden?

AG Weil, die denkt ja, sie muß jetzt alles richtig machen und so.

K Also, der Papa will zuerst reden: Claudia, ich… es tut mir leid, ich hab dich echt nicht gesehen.
Ich bin so beschäftigt mit diesem kranken Onkel und mit meiner Frau und mit all dem, was ich bewältigen muß und mit mir selber. Ich hab einfach nicht hingeguckt. Ich war so froh, daß du so fröhlich bist und so gut funktioniert hast. Und sonst hab ich nix gesehen.

AG Fordere doch den Papa auf, daß er ihr vielleicht auch mal was dazu sagt, ob sie wirklich immer alles richtig machen muß. Was meint der Papa dazu? Weil, vielleicht kann er ihr sagen, nee ist nicht nötig oder so. Frag ihn mal, was er davon hält, von ihrem Beschluß.

K Papa, was hältst du von dem Beschluß von der kleinen Claudia, daß sie ab jetzt immer für alle alles erledigen und richtig machen muß? Muß sie das wirklich? Ist das wichtig?
Um Himmels willen – bloß nicht!

AG Genau. Das soll er gleich ihr sagen.

K Ohh, Claudia, um Himmels Willen, mach das bloß nicht.
Ich hab das schon versucht, und es ging in die Hose, und es ist ganz häßlich, und es führt zu nichts.
Mach das bloß nicht, das ist falsch. Das mußt du ganz und gar wirklich nicht.

AG Wie nimmt die Kleine das denn auf?

K Die kann fast ein bißchen lachen. Es ist sehr erleichternd.
Weil, den Papa mag sie nämlich auch, aber der schimpft so viel.

AG Das soll sie ihm mal alles sagen. Soll sie ihm mal gleich sagen.

K Warum schimpfst du dann so viel Papa? (Pause)
Weil ich es nicht anders kann, Claudia. Aber das hat wenig mit dir zu tun. Eigentlich gar nix. Es ist mein Unvermögen.

AG Frag ihn doch mal, ob er die Kleine auch lieb hat und dann soll er es ihr mal sagen.

K Du Papa, magst du die kleine Claudia?
Hmmm… Du, Claudia, du… ich mag dich ganz total gern, aber ich kann das nicht sagen und ich weiß auch nicht, wie man das zeigt, aber ich mag dich ganz fest.

AG Wie reagiert denn die Kleine darauf?

K Die ist froh. Hmmm…

AG Du könntest ja als Große mal diesen Papa fragen, ob er ein andermal bereit ist, mit dir dran zu arbeiten, daß er ein besserer Papa werden kann, weil, der scheint ja zu wollen, nur der kann nicht.
Der hat irgendwie Frust, läßt das an dem Kind aus, kann nicht Gefühle zeigen und so.
Frag ihn doch mal, ob er mitmacht, grundsätzlich, ob er auf deiner Seite ist.

K Also, Papa, bist du dran interessiert, daß du dich zu einem besseren Papa entwickelst und ein guter Papa wirst für die kleine Claudia? Möchtest du das gerne lernen, oder möchtest du da gerne dran arbeiten? – Ja. Also, die Antwort ist, er wußte noch nicht, daß sowas geht, aber ja, gern.

AG Also, er hat schonmal die Bereitschaft, das ist schonmal gut.
Dann guck mal nach der Mama, wie die auf das Ganze reagiert hat, weil, die ist ja auch wichtig.

K Mama? Wie geht's dir, wenn du siehst, was das mit der kleinen Claudia angerichtet hat?
Daß sie so sehr sich Aufmerksamkeit wünscht?
Und du siehst, schau, da ist das Schiff. Ich zeig es dir. Es liegt auf dem Trockenen, es fährt nicht, es gibt viele verschiedene Landkarten, sie nimmt gar keine mehr.
Was macht es mit dir?
Die Mama will damit nichts zu tun haben.

AG Wie? Das interessiert sie nicht?

K Nee, die möchte dieses dämliche Schiff nicht sehen und sie sagt:
Woah, ich hab eh schon so viel zu tun, bleib mir vom Leib.

AG Das heißt, die will sich gar nicht um ihr Kind kümmern müssen? Ist das so?

K Ja.

AG Ok. Erklär ihr mal, daß sie ein Teil deiner Psyche ist, und als Mama hat sie für das Kind da zu sein, und wenn sie das nicht macht, ist sie als Mama einfach völlig verkehrt. Voll unbrauchbar.

K Also Mama, du bist eine Mama und du bist hier als Mama und wenn du dich nicht gescheit um dein Kind kümmerst, dann hast du es halt voll verkackt.

AG Ja. Keine archetypische Mama.

K Nee. Gar nicht! Und es hilft dir auch nichts, wenn du dich hinhockst und du den Kopf hängen läßt. Da bist du immer noch keine Mama.

AG Läßt sie jetzt wenigstens den Kopf hängen?
Ist sie jetzt bißchen betroffen, wenn du ihr das so sagst?

K Jaja. Jetzt schämt sie sich elendiglich.

AG Also, frag sie mal, ob sie eigentlich schon für ihr Kind dasein möchte, nur, sie kann es eben nicht, weiß eben nicht, wie es geht. Dann könnte sie das wenigstens der Kleinen mal sagen.

K Möchtest du eine Mama sein, also eine gute, und kannst es einfach nicht? Oder ist es was anderes? Sie sagt, ihr fehlt selber so viel. Sie möchte gern, und mehr kann sie nicht als sie macht.

AG Aber dann frag sie mal, du kannst ihr ja ein bißchen helfen, frag sie mal, ob sie meint, daß ihre Tochter alles richtig machen muß.

K Du, Mama, meinst du, daß deine kleine Claudia alles richtig machen muß?

AG Und alles machen, was die anderen sagen.

K Und vor allen Dingen, daß sie alles machen muß, was ihr von wem auch immer gesagt wird?
Nein, das meint sie nicht.

AG Ok. Dann kann sie vielleicht das wenigstens mal der Kleinen mitteilen, daß die Kleine das auch von Mama hört.

K Claudia? Ich bin mir ganz sicher, daß es nicht deine Aufgabe ist, zu tun, was dir irgendjemand erzählt oder vorschreibt. Das mußt du nicht. Nie! Gar nie.

AG Kommt das an bei der Kleinen?

K Die ist total erleichtert. Das ist wie ein Zentnerstein, der in tausend Teile zerfällt.

AG Ja. Super. Ist schon mal gut.
Und an der Mama mußt du natürlich noch arbeiten. Die können wir jetzt nicht einfach anders zaubern… Aber guck doch mal nach dem Onkel. Ist das der Bruder von Mama oder von Papa?

K Von Papa.

AG Ein Bruder von Papa.

K Der jüngste Bruder von Papa.

AG Dann mach den mal auch irgendwie betroffen. Du mußt den irgendwie erreichen.
Zeig ihm mal, daß die Kleine halt später ihr Leben nicht leben kann, weil sie ihm dieses blöde Versprechen gegeben hat. Guck mal, wie er da drauf reagiert. Der hält die voll davon ab, ihr eigenes Leben zu leben. Der nimmt die gefangen.

K Wobei der Onkel, der ist einfach… nicht gesund.

AG Wie ist der denn krank? Also, ist der geistig behindert?

K Nicht behindert, aber geistig… nicht immer ganz da.

Wir reden aber hier nicht mit dem Außenwelt-Onkel, sondern mit einem Anteil von Claudias Psyche. ☺

AG Ok. Das ist aber keine Entschuldigung. Trotzdem darf er nicht solche Sachen machen. Kannst ja geistig irgendwie weggetreten sein und dich trotzdem gut verhalten zu Kindern.
Also, entschuldige ihn mal nicht, weil, er ist ein Teil deiner Psyche und wir wollen ja, daß alle Teile deiner Psyche ok sind. Also, mach ihm klar, was er da anrichtet.

K Ja… Onkel… Schau, was passiert ist mit der Claudia. Schau, ihr Lebensschiff. Es liegt auf dem Trockenen, es ist voller fremder Landkarten. Das alles ist passiert, als sie dieses Versprechen geben mußte, daß sie sich an nichts erinnern wird. Das hast du ihr abgenommen, damit du geschützt bist. Aber den Mist hast du gemacht.

AG Und jetzt kann sie ihr Leben gar nicht leben, kann ihr Schiff nicht fahren.

K Und jetzt kann die Claudia nicht in ihr eigenes Leben, weil sie mit diesem Versprechen sich gebunden fühlt.

AG Schau mal, wie er darauf reagiert.

K Boah, er schämt sich! Weil, er mag die Claudia. Der hatte nur so Angst um sich selber.

AG Frag ihn mal, ob er genau weiß, daß die Art und Weise, wie er mit ihr kuschelt, nicht in Ordnung ist oder manchmal nicht in Ordnung ist, manches Kuscheln ist vielleicht ok und manches nicht.

K Weißt du, Onkel, daß du manchmal einfach… neben all dem schönen Kuscheln mit dem Kind so gekuschelt hast… daß es halt einfach eklig war?

AG Frag ihn mal, ob er weiß, daß das nicht in Ordnung war.

K Weißt du, daß das nicht in Ordnung ist?
Ja. Das weiß er.

AG Weiß er, ne, deswegen nimmt er ihr ja das Versprechen ab.

K Ja.

AG Dann frag ihn mal, wenn er jetzt sieht, daß es der Kleinen schadet, ob er bereit ist, das in Ordnung zu bringen mit euch allen zusammen.

K Onkel, wenn du siehst, wie arg das der Kleinen schadet, bist du bereit, das in Ordnung zu bringen jetzt? – Ja. Ja.

AG Dann sag ihm, es wäre schon schön als erstes, wenn er sich mal entschuldigen würde bei der Kleinen und ihr erklären…

K Also, Onkel, dann…

AG Erklären, daß er weiß, daß es nicht in Ordnung ist, was er gemacht hat, also das zugeben.

K Dann erzähl der Kleinen mal, daß es nicht Ordnung war, was du getan hast, und gib es zu.
Will er machen.

AG Er kann ihr ruhig auch sagen, daß er sie gern hat und daß es ihm leid tut und daß er sich entschuldigen will oder so. Er soll einfach ehrlich sein.

K Möchte er gerne tun.

AG Hör mal, was er sagt. Du kannst es ja auch aussprechen für ihn.

K Also, Claudia, ich habe immer gewußt, daß ich die Scheiße gebaut habe.
Und ich hab dich total gern. Und ich mag dich.
Und dann hab ich Sachen gemacht, die sind absolut nicht in Ordnung, weil, ich bin schon viel älter als du. Und das hat so Spaß gemacht, und ich hab mich einfach nicht mehr beherrscht.
Und dann hatte ich so Angst, daß ich dann gar nicht mehr kommen darf, und dann hab ich gesagt, du sollst versprechen, daß du es vergißt und einfach nicht mehr weißt und nie drüber redest.
Und dann hab ich noch gesagt, sonst mag ich dich nicht mehr.
Und das war nicht in Ordnung, und es tut mir sehr leid. Und bitte, ich will nicht mehr, daß du mir das versprichst, weil ich jetzt sehe, daß das dein ganzes Leben kaputtmacht. Es fällt mir schwer, aber entschuldige bitte, das war ganz falsch von mir. (weinerlich) Es hat ganz viel Unheil angerichtet. Ja. (schnieft)

AG Jetzt guck mal, wie die Kleine darauf reagiert.

K Die muß auch weinen. (schnieft) Und es löst sich irgendwas… (schnauft)

AG Guck mal, wie die Eltern auf das Ganze reagieren, weil, die sind ja dabei und haben das mitbekommen.

K Ja, die schauen zu.
Die Eltern freuen sich, daß es der Kleinen wesentlich besser geht, daß die entbunden ist. Ja.

AG Frag mal den Onkel, ob er bereit ist, ein andermal, wenn du wiederkommst, das mit dir alles aufzuarbeiten, damit er nicht mehr diesen Zwang hat, solche Sachen mit dem Kind zu machen, die nicht in Ordnung sind.
Weil, daß er sie gern hat und daß er mit ihr kuschelt, so auf eine Art, die gut ist, das ist ja alles ok, das ist ja schön, aber irgendwas in ihm macht, daß er sie mißbraucht, daß er übergriffig ist.
Frag ihn mal, ob er das mit dir ein andermal aufarbeitet.

K Also, Onkel, diese Sachen beim Kuscheln, die einfach häßlich, zuviel, übergrifflich, scheußlich waren… Kommst du ein andermal und arbeitest das auf mit mir?

AG Damit er ein guter Onkel wird, nicht mehr so scheußlich ist.

K Damit du ein einheitlich guter Onkel bist und nicht so ein zerrissenes Ding.
Ja. Will er machen.

AG Ist er bereit dazu, ok.
Dann würde ich vorschlagen, weil, wir können das heute nicht mehr machen, das ist zuviel… Aber was ihr heute unbedingt noch machen solltet, ist, die Situation, wo die Kleine dieses Versprechen gibt, die sollten wir bearbeiten und dafür sollten wir direkt in diese Situation gehen, weißt du? Weil, jetzt hat er praktisch symbolisch gesagt, ok, mußt du mir nicht versprechen, aber wir sollten das direkt in der Situation rückgängig machen.

Wir müssen immer Prägungssituationen bearbeiten, also Originalsituationen. Symbolische Bearbeitung und Auflösung wäre nicht nachhaltig.

K Ja.

AG Sag doch mal den zweien, Onkel und kleine Claudia, sie sollen dir die Szene zeigen, wie das genau gelaufen ist. Genau die Szene mit dem Versprechen.

K Onkel und kleine Claudia, zeigt mir die Szene, als das Versprechen fällig geworden ist und gegeben worden ist.

AG Genau. Laß dir das zeigen und guck dir das erstmal so an. Beschreib mal, wie dieser Film da abläuft.

K (Pause) Also, der Onkel streichelt die kleine Claudia, er zieht sie ganz aus und langt mit seinen Fingern überall hin und steckt die Finger auch rein. (schüttelt sich angeekelt) Bäh.

AG Wir zerstören den dann nachher. Guck mal weiter.

K Und dann packt er sich auch ganz nackig aus und sie muß ihn anlangen an seinem Glied. Bäh… (schüttelt sich wieder) Und irgendwann mal spritzt das Ding in ihr Gesicht. Und das ist voll eklig. Bähh… (schüttelt sich) Voll eklig.

AG Ja. Wir zerstören den dann! Guck mal weiter, wie es zu dem Versprechen kommt, weil, er verlangt ja dann von ihr, daß sie nichts sagt… das müssen wir auch zerstören.

K Und dann sitzt sie da so und sagt, bäh, das ist voll eklig, bähh, und das sag ich jetzt der Mama, das ist scheußlich.
Und dann packt er sie ganz böse und haut sie. Und er haut sie richtig heftig, sagt, daß darf sie nie-nie-nie verraten, weil, sonst macht er sie tot. Und sie muß versprechen, daß sie das nie-nie-nie sagt und daß sie das nie-nie-nie mehr weiß. Und er haut sie immer weiter. Das ist ganz grausig.

AG Und was macht sie dann?

K Und dann weint sie und weint und schreit und dann tut alles weh und sie weiß gar nichts mehr und dann sagt sie: (ganz hohe Stimme) Ich versprech's! Ich versprech's ja alles! Aber ich will weiter leben! – Also, sie hat total Angst.
Und dann sagt er, und das Versprechen hast du jetzt gegeben und jetzt gilt es auch. Und du mußt dich immer dran halten. Du darfst es nicht sagen! Nie!
Und sie glaubt es. Und dann hört er auf, sie zu hauen.

AG Ab da muß sie alles machen, was andere wollen, sonst passiert was Schlimmes.

K Ja.

AG Genau. Und die Szene mußt du jetzt den Eltern zeigen, du als Große, die große Claudia. Die Eltern, die du gerade betroffen gemacht hast, die das ja schon alles verstanden haben und das anders wollen. Und du kannst auch den Onkel, mit dem du gerade geredet hast, der hat es ja schon kapiert, daß das falsch ist, den kannst du dahin mitnehmen… Nimm die ruhig mit dahin und zeig ihnen das. Und auch die Kleine von eben. Und dann sagst du: Kommt mal alle mit. Wir gehen jetzt dorthin, in die Szene und gucken uns das an und da greifen wir dann ein. Ok?

K Ja.

AG Zeig ihnen das mal alles erstmal.
Sag ihnen: „So kommt, ich zeige euch jetzt mal, wie es zu dem Versprechen kam."

K Mama, Papa, betroffener Onkel, ich zeig euch jetzt, wie es zu diesem Versprechen kam.

AG Das sollen sie sich mal alle angucken. Schau mal, wenn du ihnen das so zeigst, wie sie drauf reagieren.

K Naja, der Papa ist stocksauer. Er sagt: „Wenn ich das gewußt hätte!"

AG Sag ihm, er soll ruhig mal direkt hingehen in die Szene und das seinem Bruder und der Kleinen mal sagen. Der soll direkt mit denen reden, er soll eingreifen.

K Ey! – Spinnst du?! Was machst du mit der Kleinen? Hör sofort auf! Das ist absolut inakzeptabel und jetzt reicht's! Jetzt kommst du hier nicht mehr… RAUS… Ich schütz mein Kind! Ich faß es nicht, was du da tust. Es ist einfach nur scheußlich. (strenge Stimme und gestikuliert mit den Händen)

AG Guck mal, wie der Onkel darauf reagiert.

K Also, auf jeden Fall hopst die Kleine auf den Arm vom Papa, und der Onkel… versucht sich rauszureden. (ganz piepsige Stimme) Aber ich bin doch… ich bin doch dein kleiner Bruder und… ich… ehm… – Aber, das ist dem Papa wurscht.

AG Geht der gar nicht drauf ein, ne?

K Nee! Er sagt immer nur: Weißt du was? Jetzt reicht's! Jetzt ist einfach ein Punkt überschritten.

AG Guck mal, wo ist denn die Mama in dem Ganzen? Was macht die denn?

K Also, die ist nicht in der Lage einzugreifen.
Aber die schafft es… also, die kann sagen: Du, das ist nicht in Ordnung. Ich fühl mich nicht in der Lage irgendwas zu tun, aber ich finde nicht in Ordnung, was du tust.

AG Frag du mal die Mama, wenn sie sich in dem Moment, wo sie das sieht, so gelähmt fühlt, frag sie mal, ob sie auch sowas erlebt hat.

K Mama, kennst du so eine Situation?

AG Sie soll nur nicken oder kopfschütteln.

K Sie nickt.

AG Deswegen ist sie auch so gelähmt, weil, das ist das Innere Kind in ihr. Erwachsene können handeln. Das heißt, das mußt du mit ihr auch aufarbeiten. Das ist die Vorlage.
Guck mal, wie die kleine Claudia reagiert, beide Eltern haben sich für sie eingesetzt. Mama nicht so viel, aber immerhin. Wie ist das für die Kleine?

K Also, das ist angenehm, daß keiner für den Onkel ist.

AG Die Kleine kann das ruhig auch mal so aussprechen, was sie jetzt empfindet.

K Also, ich bin ja jetzt froh, daß nicht ich geschimpft krieg, sondern der Onkel. Hab gedacht, ich hab's falsch gemacht.

AG Was sagen die Eltern dazu?

K Du hast gar nix falsch gemacht. Du bist ja noch so klein. Das ist ganz allein der Onkel.

AG Jetzt geh doch du als Große nochmal hin und sag dem Onkel, das mit dem Versprechen ist auf jeden Fall total fies. Das soll er sofort rückgängig machen mit der Kleinen zusammen. Sag ihm das mal.

K Du, es ist jetzt auch vorbei, Onkel, das ich deinen Namen schütze.
Onkel Peter, dieses Versprechen, das du die Kleine hast geben lassen, ist absolut nicht in Ordnung. Und das nimmst du jetzt zurück.

AG Guck mal, wie reagiert er darauf?

K Erschrocken. Und er weiß genau, es bleibt ihm keine Wahl.

AG Das ist gut. Ok.
Erklär du vielleicht der Kleinen dort mal, es ist nicht in Ordnung, wenn Erwachsene Kindern solche Versprechen abnehmen. Weil, der Onkel nimmt sie damit gefangen, sie darf sich nicht mehr zeigen wie sie ist. Sie darf nicht mehr sagen, wenn ihr was Angst macht. Sie darf sich keine Hilfe mehr holen. Und das ist nicht in Ordnung, wenn Erwachsene sowas mit Kindern machen, und deswegen wird das mit dem Versprechen jetzt rückgängig gemacht.
Erklär es mal der Kleinen so, und guck mal, ob sie es versteht.

K Also, Claudia, schau… Erwachsene dürfen Kindern keine… also solche Versprechen sind nie in Ordnung. Das ist ein ganz schlechtes Versprechen, wenn Erwachsene einem Kind was machen, was dem Kind Angst macht oder wehtut, dann darf das Kind laufen und sich Hilfe holen.
Es ist nie in Ordnung, versprechen zu müssen, das zu vergessen und sich nie mehr dran zu erinnern. Dieses Versprechen ist gar nicht in Ordnung. Und deshalb machen wir das jetzt rückgängig, weil, das gilt einfach nicht.

AG Der Onkel hat das doch nur gemacht, weil er eigentlich feige ist und Angst hat und nicht ehrlich ist.

K Weil, der Onkel Peter ist nämlich feige und hat Angst. Deshalb hat er das gemacht.

AG Guck mal, wie die Kleine reagiert.

K Die ist total… die freut sich drauf, das rückgängig zu machen. Also, sie ist schon mehr als erleichtert, das ist einfach so richtig: Ja – ja – ja - ja!

AG Ja. Super.
Ja, dann sag einfach dem Onkel, er soll es der Kleinen ausdrücklich sagen, daß das Versprechen nicht gilt. Die zwei sollen miteinander reden.

K Also, Onkel Peter, du sagst jetzt der Claudia, daß dieses Versprechen einfach nicht gilt! Und daß das nie gegolten hat.

AG Daß es einfach eine blöde Idee war.

K Das war einfach eine Scheißidee! Und das sagst du ihr jetzt.
Hmmm… Claudia? Ja, es stimmt, das Versprechen, zu dem ich dich gezwungen hab, war eine Riesenschweinerei. Das ist nicht in Ordnung, war nie in Ordnung, und es gilt nicht, es hat nie gegolten, weil, ich hab Scheiße gebaut. Und du kannst gar nichts dafür. Und ich war ängstlich und feige und hab mich mit dem Versprechen geschützt. Und es gilt nicht mehr. Hat nie gegolten. Das ist einfach ungültig.

Das ist jetzt ein neues Ereignis innerhalb der Psyche. Die Psyche organisiert sich neu…
…weil wir gute Rückkopplungen gemacht haben. ☺

AG Schau mal, wie die Kleine das aufnimmt.

K (atmet tief aus) Es ist so ein totales Brodeln. (wedelt mit den Händen)
Ein: Yippieh, jetzt will ich das Schiff sehen!

AG Ja! (lacht) Sag ihr: „Noch nicht, wir kommen da noch hin."
Er hat ihr ja das Versprechen abgenommen, sie darf nie was sagen, sie darf nie was zeigen. Und das gilt ja jetzt nicht mehr… Und es wäre wirklich gut, sie würde mal mit ihren Eltern reden, weißt du, das Nachholen, was sie halt nicht gemacht hat. Sag ihr mal, sie soll jetzt mit ihren Eltern reden, weil, sie darf das.

K Das erzählen, was da…

AG Jaja, sie soll jetzt mal sich Hilfe holen, die Wahrheit sagen.

Sie soll *erleben*, daß das jetzt möglich ist, denn auch dieses neue Erleben speichert sich im Gehirn ab und schafft eine neue Prägung und die Vorlage für neues Erleben & Verhalten…

K Claudi, du darfst jetzt deinen Eltern erzählen, was da passiert ist.

AG Weil, die sind jetzt da, und Papa will auch helfen.

K Die sind jetzt da, sie wollen helfen, sie wollen hören und du darfst erzählen.
Ok. Also, das war so. Ich mag den Onkel Peter, aber er ist manchmal so komisch, und dann schmust er zuviel und ich hab ihn immer weggedrückt. Und dann wart ihr nicht da. Und dann hat er gesagt, er paßt auf mich auf und ich muß alles machen, was er will.
Und dann haben wir ein Bier getrunken, und es hat scheußlich geschmeckt. Und dann hat er mich ganz ausgezogen und hat mich überall geküßt, und das fand ich komisch, aber er hat gesagt, das macht man so, wenn man sich lieb hat. Und es war echt scheußlich. Und dann hat er mich angefaßt und hat so komische Sachen gesagt, daß er das geil findet und ich verstehe das alles nicht.

Und dann hat er mich noch mehr angefaßt, und er hat dann so seine Finger in mir… in mich reingetan. Und es war… ich fand es widerlich. Und dann hab ich geweint und hab gesagt, er soll aufhören, aber er hat weitergemacht. Und er hat gesagt, keiner mag mich mehr, wenn ich was sag, und es war scheußlich und dann und dann… hat er sein großes… so ein… ähh… was Hartes aus seiner Hose geholt und ähhh… Und hat meine Hände genommen und hat sie hingehalten und ich hab es anlangen müssen. Bähh… Und dann (zuckt immer wieder) ist es explodiert und es war alles klebrig und es war in meinem Gesicht und es war scheußlich. Und ich hab geweint und geschrien und HILFE und es war niemand da! (zuckt) Ganz, ganz schlimm! (weinerlich und verkrampft)

Es ist völlig ok und sogar gut, daß sie jetzt ein bißchen identifiziert ist, weil sie ja jetzt erlebt, daß die Kleine von den Eltern gehört wird.

AG Guck mal, wie die Eltern da reagieren, wenn sie das hören von der Kleinen…

K Scheußlich!

AG Wie reagieren denn die Eltern jetzt, wenn sie das alles hören?

K Oh Gott! Die sagen: Du Arme, das ist fürchterlich. Das wollten wir nicht. Das sollte nicht sein, das ist ganz falsch und scheußlich und… ohjee…
Das sagen alle beide, auch die Mama.

AG Spür mal, wie es der Kleinen geht, wenn sie das von den Eltern so gesagt bekommt.

K Hab ich nix falsch gemacht?
Nein! Du Arme! Dir ist wirklich was Häßliches passiert. Wir wollen dir helfen.

AG Wie geht's denn der Kleinen jetzt? Spür mal in sie rein.

K Es ist nur noch halb so schlimm. Es ist immer noch nicht schön, aber…

AG Nee klar, ist ja auch noch nicht ganz aufgelöst. Also, sie hat ihre Eltern jetzt hinter sich…

K Ja. Es ist viel besser.

AG Genau. Und sie muß es nicht mehr geheimhalten.

K Ja.

AG Und dann ist es noch leichter, das alles noch weiter aufzuklären und zu bearbeiten in Zukunft. Ok. Gut. Frag mal die Kleine, ob für sie das mit dem Versprechen jetzt erledigt ist. Also, ob sie sich da nicht mehr gebunden fühlt, sondern frei.

K Claudia, wie ist das jetzt mit dem Versprechen? Fühlst du dich noch an das Versprechen gebunden? Sie schüttelt ganz wild den Kopf. (schüttelt selbst heftig)

AG Dann würd ich sagen, daß ihr jetzt mal diese ganze alte Szene zerstört, angefangen wo er mit ihr alleine ist, zuviel kuschelt und so weiter. Die ganzen Bilder zerstörst du. Besonders dann auch mit dem Versprechen, wo er sie schlägt und ihr das Versprechen abnimmt. Ja?
Und sag ruhig den Eltern, sie dürfen dir da mithelfen. Ok?
Die sind ja… also Papa ist ja zumindest tatkräftig.

K Ja. Papa will auch helfen.

AG Genau. Papa ist tatkräftig. Und du kannst auch der Kleinen sagen, sie darf ruhig mithelfen, den Onkel zu zerstören, weil, das ist der böse Onkel sozusagen. Der gute Onkel bleibt ja dann übrig, der, den sie lieb hat.

K Kann man die alle in die Luft sprengen?

AG Ja. Das machen wir dann auch. Aber du mußt das tatkräftig tun, also du mußt aktiv sein dabei. Ok? Wir können gleichzeitig Bomben schmeißen. Ok?
Ja, dann sag denen: „Kommt, wir machen alles kaputt."

K Also, wir machen das jetzt alles kaputt, diese ganzen häßlichen Gestalten und Bilder!

AG Genau! Ok? Los! Dann setz dich auf, nimm dir den Schlagstock…

K (setzt sich auf)

Jetzt machen wir eine Chaosphase, und dann geschieht Selbstorganisation.

AG Du weißt ja, was du alles für Bilder gerade gesehen hast, ne? Fängst am Anfang an, machst die alle kaputt und Papa soll helfen und die Kleine darf ruhig mit… Wenn sie Wut hat auf den Onkel, die darf sie jetzt mal rauslassen und diesen blöden Kerl da mal fertigmachen. – Also los!

K (schlägt schnell und kräftig und schreit sehr laut)

AG (Bombengeräusche werden eingespielt)

K (schlägt immer kräftiger) Blödes Arschloch!!! (schreit laut)

AG Ja. Guck mal, ob er platt ist.

K (schlägt) Jetzt.

AG Hast du die Szene mit dem Versprechen auch?

K Ja.

AG Und du mußt immer die Kleine, die das Versprechen gibt, mitzerstören. Hast du das gemacht?

K Nee.

AG Du mußt immer den Opferanteil mitzerstören. Also die Kleine, die ihn anfassen muß, die geschlagen wird, die das Versprechen gibt. Also geh nochmal durch, mach die Kleine auch einfach kaputt, weil, die ist Opfer. Mach es einfach. Erlös sie von ihrem Schicksal. Los.

K (schlägt) Jetzt ist alles kaputt.

AG Gut. Und die Mama bringst du um, weil sie nicht richtig eingreift, und den Papa, weil er nichts mitgekriegt hat. Den machst du einfach mal mit platt.

K (schlägt kräftig und schreit) Kaputt.

AG Ja! Gut! Ich mach dir schonmal Feuer.
Und dann gab es noch die andere Szene, wo die Kleine unterm Sofa versteckt ist.
Genau. Da gehst du auch nochmal hin, und die machst du auch kaputt die ganze Szene, weil, das ist, wo die Kleine beschließt, ich werde immer alles richtig machen. Und die Kleine, die das beschließt, mußt du auch kaputthauen.

K (schlägt und schreit) Das ganze Sofa…

AG Und den Onkel nochmal und die Ursi, die alles für sich will, und die Eltern, die nichts mitkriegen.

K (schlägt wieder kräftig und schreit)

AG (Feuergeräusch wird eingespielt) Alles ins Feuer…
(Pause) Ok. Schau mal, ist alles verbrannt?

K Ja!

AG Dann lassen wir da noch eine Welle drüber, um die Asche wegzuspülen.

K Ja. (Wellengeräusch wird eingespielt)

AG Ok?

K Ja.

AG Dann kannst du dich wieder hinlegen. Wir gucken mal, wie es jetzt ausschaut.

K (legt sich hin) Mir ist heiß.

AG Ja. Gut! Guck mal, was passiert… Geh nochmal in diese Szene… Guck mal, was passiert, wenn die Kleine mit dem Onkel alleine ist?

K Also… der Onkel will schmusen.
Und die Kleine sagt: Igitt, ich mag nicht. Wenn du mich nicht in Ruhe läßt, sag ich es dem Papa. Und das war's.

AG Wie reagiert der Onkel? Respektiert er das dann?

K Ja.

AG Hält sich fern von ihr?

K Ja. Geht ins andere Zimmer.

Man sieht aber, daß es noch Mißbrauchssituationen in Claudias Psyche gibt, denn die Kleine muß sich gegen den Onkel wehren. Im Idealfall sollte der Onkel ihre Grenzen von sich aus wahren. Das war zu erwarten, denn wir haben ja auch nur das Versprechen aufgelöst…

AG Frag mal die Kleine, ob es irgendwelche Versprechen gibt zwischen ihr und dem Onkel. Ob sie da irgendwie gebunden ist.

K Claudia, gibt es zwischen dir und deinem Onkel Peter irgendwelche Versprechen, an die du dich halten mußt? – Nix.

AG Das heißt, die kann alles erzählen. Das heißt, beim nächsten Mal könnt ihr dann mal gucken, was mit Papa ist und wie es überhaupt zu dem Ganzen gekommen ist usw. Weil, die Kleine ist jetzt frei.

K Ja.

AG Gut. Dann guck nochmal in die andere Szene… oder versuch mal diese Szene mit dem Moment, wo er ihr das Versprechen abnimmt, versuch mal, das wieder aufzurufen. Guck mal, ob das noch geht.

K (verneint mit Kopfschütteln) Ich krieg sie gar nicht nackig.

AG Ok. Das ist gut.
Dann guck mal in die andere Szene im Wohnzimmer, wo sie unter dem Sofa war.
Schau mal, was da jetzt ist.

K Da sitzt sie jetzt mit den Eltern auf der Couch und sagt: Hey, das hat er bei mir doch auch schon versucht.

Auch hier sieht man: Es gibt noch Mißbrauch in der Psyche.
Wir haben mit der heutigen Session Voraussetzungen geschaffen, in weiteren Sessions leichter weiterarbeiten zu können, denn Eltern- und Onkel-Anteile sind betroffen und zur Mitarbeit bereit, und das Innere Kind ist nicht mehr an das Versprechen gebunden.

AG Und wie reagieren die Eltern?

K Total entsetzt. Und dann sagt der Papa: Nee, Peter, das geht so nicht. Du mußt einfach doch in die Klinik.

AG Wie reagiert Peter?

K Heult und schreit. Aber der Papa bleibt bei uns.

AG Und wie geht es der Kleinen damit? Und der Ursi? Guck mal, die zwei Mädchen.

K Die zwei Mädchen nehmen sich in den Arm und sitzen nebeneinander.
Und es ist ganz klar, daß die Familie zusammengehört und der Onkel draußen ist und nicht anders.

AG Ok. Frag doch mal die zwei Mädchen, ob sie spüren können, daß ihre Eltern hinter ihnen stehen und auf sie achten, für sie da sind.

K Ursi und Claudi, spürt ihr, daß die Eltern… daß ihr für die Eltern vor dem Onkel Peter kommt?
Daß sie auf euch aufpassen?
Hmmhmm… (nickt) Ja.

AG Dann frag mal die Claudia, ob sie noch meint, sie muß alles richtig machen und alles machen, was die anderen sagen.

K Claudia, mußt du alles machen, was die anderen sagen? Und auch noch alles richtig?
Nein! Nein. Nein. (schüttelt den Kopf) Ich weiß gar nicht so genau, was du meinst.

AG Also, sie macht ihr Eigenes… Gut. Ok.
Dann mach doch mal mit denen allen, Eltern, Onkel Peter und den beiden Mädchen, mach mal mit denen eine Verabredung, daß du wiederkommst und dann das mit ihnen alles fertig aufklärst ein andermal. Weil, es ist ja nicht ganz aufgelöst. Onkel Peter hat immer noch die Masche, daß er die Kleinen mißbrauchen will. Also, mach eine Verabredung, daß du wiederkommst und ihr das dann fertig aufklärt.

K Also, Ursi, kleine Claudia, Mama, Papa und Onkel Peter, wir treffen uns wieder und dann räumen wir hier weiter auf. – Ja!

AG Alle einverstanden?

K Alle einverstanden.

AG Für dich auch ok, daß erstmal so zu lassen?

K Ja.

AG Ja, ne. Weil, die Kleine hat ja jetzt die Eltern hinter sich, hat alles aufgedeckt…

K Viel ruhiger, viel sortierter.

AG Ist auch nicht mehr gebunden an Versprechen.
Ok. Dann nimm doch die Kleine mal mit auf dein Schiff. Schaut mal, wie es jetzt dort ausschaut. Die hat ja schon Lust drauf gehabt, also nimm sie mit.

K Also, da wuseln jetzt ein paar Leute rum und bringen Vorräte an Bord, dann sind da noch welche, die putzen. Es ist also eindeutig klar, es geht bald los.
Dann ist da der, dem der Schuppen gehört, und fragt, wann er den jetzt aufmachen soll.
Und ich zeig der Kleinen auch die Steuerkabine. Und sag: Schau! Da werden wir losfahren.

AG Und was sagt die Kleine dazu?

K Das findet sie toll!

AG Alles toll, ne? Lust auf Abenteuer?

K (nickt)

AG Super. Geh doch mal mit ihr runter in diesen Raum, wo die ganzen Landkarten sind. Guck mal, wie es jetzt da ausschaut.

K Weg…

AG Wie? Der Raum?

K Nein. Die Karten.

AG Ok. Was ist denn jetzt da?

K Nix.

AG Gar nix? Leerer Raum?

K Leerer Raum.

AG Wie fühlst du dich da?

K (atmet aus) Da hat irgendwas Platz, aber es muß auch nichts her.

AG Ok. Mach mal einen Test. Sag mal, diese ganzen fremden Karten sollen nochmal kommen. Und guck mal, *ob* die kommen.

K Also, alle alten, fremden Karten…

AG Die deinen Weg bestimmen wollen…

K Die meinen Weg bestimmen. Kommt mal wieder.
Spinnst du? Du hast uns weggeschmissen. Ähh?

AG Weggeschmissen heißt ja, wir existieren noch, nur wir existieren woanders. Weißt du? Aber in deiner Psyche ist ja alles, jeder Ort, der woanders ist, trotzdem in deiner Psyche. Deswegen sag ihnen: „Wenn ich euch weggeschmissen hab, kommt nochmal, ich will euch nochmal sehen."

K Kann ich euch nochmal anschauen? Könnt ihr nochmal kommen?
Nein. Die waren mit in dem Feuer…

AG Also, sie sagen praktisch, sie existieren nicht mehr?

K Die gibt's einfach nicht mehr.

AG Ja. Kann schon sein. Weil, die Kleine hat das Versprechen gelöst, deswegen gilt das nicht mehr.
Ok. Frag mal, ob es eine Karte für *dich* gibt. So eine Karte, die deine Karte ist.

K Gibt's eine Karte für mich, die meine Karte ist?
Ja, aber die liegt nicht da unten. Die liegt oben neben dem Steuerrad.

AG Ja. Das macht auch mehr Sinn. (lacht) Dann geh doch da mal hin und guck mal nach.

K Da liegt tatsächlich eine Karte.
Es ist keine Karte. Ich hab es gerade mal aufgemacht. Da steht einfach drauf: Fahr endlich los! (lacht)

AG Ok. Gut.
Bevor du losfährst, ruf nochmal deine Innere Weisheit. Schau mal wie die jetzt auftaucht.

K Die schlüpft quasi aus mir heraus und ist da.

AG Frag sie mal, wieviel Prozent Verbindung ihr jetzt habt.

K Innere Weisheit, wieviel Prozent Verbindung haben wir jetzt?
Ich bin du und du bist ich.

AG Heißt das 100 % oder heißt das was anderes?
Ich bin begriffsstutzig…

K Heißt das 100 %? – Ja.

AG Weil, vorher hast du dich nach den Plänen anderer gerichtet, ne, wegen des Versprechens, und wenn du es nicht mehr machst, kannst du besser auf dich hören. Ist logisch. Deswegen ist eure Verbindung sofort besser. Mach sie doch mal mit der Kleinen bekannt, die freut sich bestimmt.

K Schau mal, hier ist die kleine Claudia, die ist jetzt auch mit dabei.

AG Der Kleinen kannst du sagen: „Schau mal, unsere Innere Weisheit."

K Schau mal, unsere Innere Weisheit.
Die Kleine findet, das ist eine nette Omi, die auf uns aufpaßt.

AG Ja. Ok. Die vertragen sich, die zwei.
Ok, ja dann… Wie ist es? Wollt ihr losfahren?

K Ja!

AG Schon, ne? Also sag doch mal dem Typen da unten, er soll das Tor aufmachen.

K Kannst du mal dieses Tor aufmachen? Und das Schiff vorsichtig und langsam zu Wasser lassen? Yeaaah! Geht!

AG Probiere mal aus, ob du steuern kannst. Du kannst ja jetzt mal testen.

K Kann ich! Weil, ich bin jetzt schon draußen. Und es ist schön frei.

AG Wie geht's euch da?

K Gut.

AG Gut. Ja, dann, genießt doch einfach die Fahrt, ihr zwei.

K Machen wir. (atmet tief aus)

AG Macht ihr… ja, ihr seid gut… ☺

(Entspannungsmusik und Wellengeräusche werden eingespielt)

Einige Anmerkungen:

Man hätte natürlich weniger Zeit auf der Symbolebene verbringen können. Da wir aber das Thema „Lebensschiff" hatten, wollte ich mit Claudia dieses „Lebensschiff" zunächst gründlich erkunden… Zum Beispiel fand ich interessant, herauszufinden, inwieweit die Verbindung zur eigenen Inneren Weisheit mit der Fähigkeit zusammenhängt, das eigene Lebenschiff zu fahren und der Kapitän im eigenen Leben zu sein… Daher haben wir darauf mehr Zeit verwendet als ich normalerweise in einem Symbolraum verbringen würde.

Dadurch wurde das Thema in mehreren Aspekten sehr deutlich:
Das Schiff liegt im Trockendock, ist startklar, aber Claudia ist nicht wirklich der Kapitän, wird von ihrer eigenen Innenwelt nicht ernstgenommen, ist also kaum handlungskompetent, navigiert nach fremden Karten und hat eingeschränkte Verbindung zu ihrer Inneren Weisheit.

Die Innere Weisheit führte sie dann auch direkt in die Schlüsselszene, in der die Schwester das Geheimnis preisgab, die kleine Claudia sich aber an das Versprechen gebunden fühlte und somit gefangen blieb.

In weiteren Sessions müßten weitere Mißbrauchssituationen aufgearbeitet werden, bis in der Psyche kein Mißbrauch mehr stattfindet und auch keine potenziellen Täter mehr vorhanden sind.
(Das heißt, wenn das Innere Kind sich jetzt wehren kann und Unterstützung von den Eltern bekommt, dann ist das ein guter Zwischenschritt, aber kein Endergebnis.)
Im Zusammenhang mit den Mißbrauchssituationen müßte bearbeitet werden, warum diese überhaupt stattfinden können, also der Kontext für den Mißbrauch: Die Eltern, die nicht aufmerksam sind, sowie deren Kindheit und Vorfahren, der Mißbrauch der Mutter, und die Hintergründe dafür, daß der Onkel so ist wie er ist.

Wir decken beim Innenweltsurfen häufig sexuellen Mißbrauch auf, in der Regel ohne danach zu suchen und häufig ohne daß der Klient vorher davon gewußt hätte, und die Auswirkungen des Mißbrauchs, die wir dabei entdecken, sind nie harmlos: Sexueller Mißbrauch trennt Menschen von sich selbst und ihrer Inneren Stimme und hindert sie daran, ihr eigenes Leben zu leben…

Innenweltsurfen® ist eine sichere Methode, um Mißbrauch aufzuarbeiten, weil der Klient stets in der Moderatorposition gehalten wird und weil wir mit Selbstorganisationsprozessen arbeiten.

Deshalb: Traut euch, es lohnt sich… Und macht euer Lebenschiff wieder flott… ☺