

“Ich rede nicht mit leeren Sesseln!”

Brigitte Lustig (Wien)



© imaginando - Fotolia.com

- Kann vorkommen, dass man so etwas zu hören bekommt! Und es kann vorkommen, dass der Klient auch nach eingehender Überprüfung dessen, was ihn davon abhält, dabei bleibt. Aus! Ist so! Daran ist nicht zu rütteln! Zumindest nicht jetzt. Was tun? Sich etwas anderes einfallen lassen! Was aber nicht heißt, dass dann mit dem Klienten bloß „über etwas“ geredet wird. Es gilt vielmehr, ihm zu ermöglichen, sein Problem als Angetroffenes zu erfahren, auf andere Art eben.

Und schon jetzt beim Niederschreiben merke ich, dass der letzte Satz nicht so apodiktisch stehen bleiben kann. Denn vielleicht braucht's zunächst den Umweg über's Vergegenwärtigte, vielleicht ist es auch gar kein Umweg: Es gibt keine starren (!) Regeln, keine Rezepte, wie „Ohne Dialog keine gute Therapiestunde“ / „So und nicht anders“ / „Wenn ..., dann ...“ / etc.

Gute Köche kochen ohne feste Anleitung, sie haben das G'spür, was passt, damit es gelingt. Aber sie wissen viel, sind ausgebildet, haben Kochen gelernt, sich Techniken angeeignet. Sie machen nicht irgendetwas. - Naturtalente soll's auch geben.

Das „Es gibt keine starren Regeln!“ ist mit der Grund, warum die nachfolgenden Praxisbeispiele ungeordnet aneinandergereiht sind. Zunächst hatte ich überlegt, nach Gemeinsamkeiten zu suchen und die geschilderten Situationen in Gruppen zusammenzufassen. Ich bin davon abgekommen, weil sich daraus eine Art Regelwerk ergeben kann, das wiederum vorschreibt, was zu tun ist, wenn ... - Beim Beispiel Kochen bleibend, entspräche letzteres einer Einteilung in „Suppen“, „Fleischspeisen“, „Süßes“ etc. Und um genau das geht es in der therapeutischen Situation *nicht*, sondern: da ist der Klient mit al-

Zusammenfassung

Der Beitrag zur Arbeit mit dem leeren Stuhl ist in Form eines Essays abgefasst, was es ermöglicht, dieses Werkzeug und allgemeine Gedanken zum psychotherapeutischen Tun auf zunächst vielleicht befremdliche Art lebendig werden zu lassen. Beispiele aus der therapeutischen Praxis dienen der Veranschaulichung. Der Text soll Mut machen und Anregung dafür sein, dass eine gute Therapiestunde nicht immer nur erst dann eine solche ist, wenn ein Dialog zustande kommt. Andererseits wird aber sehr wohl betont, mit welcher Sorgfalt vorzugehen ist, wenn sich eine Arbeit mit dem leeren Stuhl anbietet.

lem, was seine phänomenale Welt ausmacht, und was bei dem einen Klienten in der therapeutischen Situation eine „Fleischspeise“ werden lässt, wird beim anderen „Suppe“, oder es muss etwas anderes werden, was mit Essen überhaupt nichts zu tun hat.

Das alles klingt nach Beliebigkeit, ist es aber nicht, im Gegenteil – es ist der Versuch, bildhaft zu beschreiben, was „das Richtige tun“ bedeuten kann.

Was macht's aus und was gilt es zu erspüren? „Das Richtige tun“ heißt sicher nicht, in jedem Fall einen Dialog herbeizuzwingen, manchmal aber doch darauf zu bestehen / „Das Richtige tun“ kann heißen, dem im Dialog Gesprochenen plötzlich weniger Aufmerksamkeit zukommen zu lassen, weil vielmehr die Körperhaltung auffällt oder die Stimme, oder weil der Sessel leicht

verrückt wird und das ist es dann. / „Das Richtige tun“ kann heißen, dass es gar nicht zum Dialog kommt, weil ersichtlich wird, mit welchen Schwierigkeiten der Klient beim Positionieren der Sessel zu kämpfen hat und daraus eine Arbeit entsteht. / „Das Richtige tun“ kann heißen zu erkennen, dass die Unmöglichkeit, den leeren Stuhl zu „besetzen“, kein Widerstand ist und dann gilt es, zunächst dorthin zu schauen. Ganz anderes kann Ursache sein und das ist dann wichtiger als ein mit Macht herbeigeführter Dialog. Ist es doch Widerstand, wird er zum Thema.

Es hat schon manchmal ein bisschen etwas mit Kunst zu tun, „das Richtige zu tun“. Und manchmal landet man einen richtigen Coup. Das ist dann eine Sternstunde, dann freut man sich, ist vielleicht sogar ein bisschen beglückt darüber, was einem da gelungen ist, gemeinsam mit dem Klienten.

Ist aber ein Dialog angemessen und der Klient bereit dazu, dann ist präzises(!) Vorgehen vonnöten. Nach ausführlicher Konkretisierung und Beschreibung der „Positionen“¹, die miteinander in Kontakt treten sollen, mach' ich das wie folgt, etwa beim Aufstellen zweier Sessel. (Der eine Sessel z.B. für den Klienten, der traurig ist, der andere Sessel für den Klienten, der dies nicht zulässt, sich dafür verachtet):

Ich stelle die Sessel hin und der Klient muss nun selber die Entfernung, eventuell auch den Winkel zueinander wählen. Von außen überprüft er dann, ob die Stellung für ihn passt. Nun setzt sich der Klient nacheinander auf die Sessel und beschreibt, „wie es sich da sitzt“, wie er sich fühlt, was er

wahrnimmt. Dann erst entscheidet er, wer oder was auf welchem Sessel sitzt. Wenn dies nicht gleich eindeutig ist, wird so lange hin- und hergewechselt, bis die Zuordnung stimmig ist. – Spannend ist es, wenn ein Klient, der vorher schon spontan die Sessel zugeordnet hat, nachher staunend merkt, dass die gedankliche Zuordnung dem Erleben beim Ausprobieren beider Positionen zuwiderläuft. – Das Angetrossene gilt! (Dies bezieht sich auch auf die Arbeit mit nur einem leeren Stuhl.)

Danach beschreibt sich der Klient, auf dem jeweiligen Sessel sitzend, als der/die/das, was er dort ist, „Ich bin ...“. Dann wird geschaut, auf welcher Seite das Bedürfnis größer ist, der anderen Seite etwas mitzuteilen. Erst dann beginnt der Dialog. Die Wechsel werden genau angesagt, Doppeln in seinen diversen Ausformungen – präzisierend, auf Stimme oder Körperhaltung bezogen, provozierend, etwas Neues einbringend - kann angesagt sein. Den Abschluss des Dialogs sage ich auch genau an, er ergibt sich aus dem Inhaltlichen unter Bedachtnahme auf die Zeit. Der Klient sagt von jeder Seite aus zur anderen hin Abschließendes, manchmal ist auch ein Wunsch „hinüber“ angebracht.

Danach, wieder auf dem eigenen Platz sitzend, sagt der Klient, wie es ihm jetzt geht, dann, wie es in beiden Rollen war. Und jetzt, nicht mehr im Angetrossenen, beschreibt der Klient, um was es in der jeweiligen Rolle gegangen ist. Erst dann beschreibe ich, was ich wahrgenommen habe und frage den Klienten, ob er damit etwas anfangen kann und wenn ja, was, und wie es ihm damit geht. –

Das alles braucht eine gute Zeiteinteilung! Die ist wichtig. Der Klient darf erleichtert, froh, traurig, nachdenklich, ratlos, manchmal

auch verzweifelt aus der Stunde rausgehen, nie aber „offen“, nicht reflektiert habend, was geschehen ist. Das muss dem Klienten klar geworden sein, inhaltlich und gefühlsmäßig.

Im Folgenden seien Praxisbeispiele beschrieben, zunächst aber eine Vorbemerkung: Auch diese Beispiele sind nicht als Rezepte aufzufassen, wie zu arbeiten ist, wenn Das nun Beschriebene ist die Beschreibung meines persönlichen Arbeitsstils, der im Laufe der Jahre entstanden ist und den zu verlassen ich hoffentlich sofort bereit bin, sollte eine andere Gefordertheit dies verlangen. Im Prinzip geht es um: Ohren auf! Augen auf! Alle Sinne auf Empfang! Und – das Wichtige liegt manchmal „zwischen den Zeilen“.

Eine Klientin, deren immer wiederkehrendes Thema die eigene Überforderung in unterschiedlichsten Situationen ist

„Ich geh' immer über meine Grenzen, körperlich und geistig. Es ist aber peinlich, Schwäche zu zeigen, wie steh' ich dann da! Ich weiß nicht, wie ich aus der Situation rauskomm'.“ Der Klientin ist bewusst, dass sie sich mit dieser Einstellung das Leben erschwert und aus dieser Sichtweise heraus soll sie sich nun damit unmittelbar auseinandersetzen, indem sie sich in der sich überfordernden Haltung als Gegenüber platziert. Sie nimmt den Sessel und stellt ihn ganz nahe vor sich hin. Etwas an der Art, wie sie das macht, fällt mir auf – ein kaum merkliches Stocken, das nicht davon zu kommen scheint, bei sich zu überprüfen, ob die Entfernung stimmt. Es ist ein Stocken, das mich irritiert. Daraufhin angesprochen, sagt die Klientin, sie empfinde ein intensives Gefühl, wenn der Sessel so nahe steht ... es schnüre ihr die Luft ab ... das sei sehr unange-

¹ Entsprechend dem essayistischen Charakter des Textes sind die von Brigitte Lustig für die jeweiligen Dialogseiten verwendeten Begriffe „Seiten“, „Anteile“, „Positionen“ und „Rollen“ hier nicht als theoretische Begriffe zu verstehen, sondern sind synonym verwendet. (Anmerkung der Redaktion)

nehm ... der Halt geht verloren ... wie soll sie sich da konfrontieren. Es dauert sehr lange und braucht beharrliches Nachfragen, bis diese Worte heraus sind und ich denke mir, der von mir geplante Dialog ist nicht das, was jetzt stattfinden soll. Die eigentliche Arbeit ist, die Distanz zu finden, in der er stattfinden kann! (Bei dieser Klientin, in dieser Stunde.) Die Klientin stellt dann auf meinen Vorschlag hin den Sessel weiter weg. Das unangenehme Gefühl ist fort, die Klientin sieht klar, erlebt das aber als Kneifen, als sich der Auseinandersetzung nicht stellen wollen. Damit arbeiten wir weiter, ausgehend davon, dass sie dazu neigt, sich sogar in der Therapie zu überfordern.

Ein Klient, den seine Gefühle und Empfindungen ängstigen

Er hat die Phantasie, asozial zu werden, wenn er ihnen nachgibt. Er misstraut ihnen und stellt sie permanent in Frage mit vernünftigen Argumenten. Voll Bewunderung erzählt er von einer ihm nahestehenden Verwandten, die weiß, was sie beruflich will und das auch durchzieht trotz großer Risiken. Er selbst hat Kinder zu versorgen, hat einen festen Arbeitsplatz. Er weiß, dass er auf seinem Gebiet sehr gute Arbeit leistet, stellt sich dennoch in Frage und ist unzufrieden. Seine Verwandte mache es richtig, er beneidet sie um das, was sie sich traut. Einen Dialog mit ihr lehnt er ab. Dies ist immer seine erste Reaktion – inzwischen verdreht er oft nur die Augen, lässt sich öfter darauf ein, aber mir ist schon klar geworden, dass ihm diese Art zu arbeiten sehr schwer fällt und ich ihm diesmal etwas anderes vorschlagen muss.

Er beschreibt nun, wie er sich in seiner Arbeit erlebt. Dabei wirkt er auf mich wie ein alter Mann, was ich aber noch für mich behalte. Im Anschluss daran entwirft er eine

Arbeitssituation, die ihm Freude macht. Und da fällt ihm selbst auf, wie energiegeladen er sich fühlt. Sein reflexartig darauf folgendes „ja, aber“ unterbinde ich ganz direkt damit, dass mich das „ja, aber“ nicht interessiere. Er soll nun ein Symbol für seine Verwandte finden und eines für sich. Für erstere taucht das Blitzzeichen auf den Hochspannungsmasten auf. Er selbst ist eine Amöbe. Das Blitzzeichen gefällt dem Klienten, es ist kräftig und knallig. Er stutzt, als ich einwende, es sei auch ein Zeichen für Lebensgefahr, also für etwas, wovon man die Finger lassen sollte. Wir wenden uns der Amöbe zu und der Klient zeichnet sie blau, eingeschlossen in einem rechteckigen Behälter mit schwarzer Flüssigkeit. Vor allem der schwarze Behälter erregt sein Missfallen und es braucht beharrliches Nachfragen von mir, ob er daran etwas ändern will.



© B. Wylezich-Fotolia.com

Letztlich wird aus dem Behälter eine altmodische Badewanne, und nun will ich beharrlich wissen, wie es dazu gekommen ist. Und das will ich so lange beharrlich wissen, bis der Klient trotz vielem sich Sträubens erkennt, dass er offensichtlich

beschlossen hatte, an den Lebensbedingungen der Amöbe etwas ändern zu wollen. (Was auch immer unter Lebensbedingungen zu verstehen ist, ein Berufswechsel, eine Einstellungsänderung, eine neue Sichtweise etc.) Jetzt will ich wissen, wie die „Geschichte“ der Amöbe weitergeht: Er kann den Badewannenstöpsel ziehen, spinnt das Amöbenmärchen weiter und dann machen wir uns an die Arbeit, zu schauen, was das alles mit ihm zu tun hat, phantasieren auch, dass aus einer Amöbe komplexeres Leben entstehen kann.

Dies war dem Klienten möglich durch Symbolbildung, Zeichnen und Erfinden einer Geschichte – Hilfsmittel, die den durchlässigen Bereich der Person ansprechen, unmittelbares Erleben ermöglichen, aber doch „abgefedert“

bleiben dadurch, dass zugleich aus einer Distanz dazu darüber gesprochen werden kann, ohne Gefahr zu laufen, von Gefühlen überrollt zu werden.

Dies erweist sich auch als geeignete Arbeitsweise in einer anderen Stunde

Dem Klienten fällt auf, dass er seit längerem nicht immer nur gut und nett sein will, sich nicht mehr nur nach dem richtet, was andere vermeintlich von ihm wollen. „Ich denk' jetzt auch an mich, ob ich was will oder nicht.“ Aber in der aktuellen Situation gelingt ihm das nicht, er quält sich, verurteilt sich, verachtet sich.

Ich erinnere ihn an eine Therapie-stunde, in der er einer strengen Instanz, schwarz gekleidet wie ein Priester, gegenüber saß. Ein Großinquisitor. Auch damals bestand das Wesentliche der Arbeit darin, die Angst und den daraus erwachsenden Widerstand davor, dieser Instanz leibhaftig zu begegnen, sich auch in sie hineinzusetzen, nicht überhand nehmen zu lassen und zunächst nur zu schauen, wie es ihm geht, wenn er sie vor sich hat. Der Klient war nach langem Hinschauen erstaunt, weil er nicht, wie befürchtet, zusammenbrach, sondern zur Instanz hin feststellen konnte, sie wirke fad, emotionslos, beherrscht, rede von Dingen, von denen sie keine Ahnung habe und von so jemandem wolle er sich nichts sagen lassen. Beherrscht sein sei das einzig Positive, aber das könne er sowieso selber. Die durch das damals aktuelle Problem entstandene Qual löste sich in erleichterte Seufzer auf. (Diesem Klienten war es übrigens auch möglich, einen Dialogpartner, den er zunächst, weil bedrohlich, seitlich von sich platziert hatte, direkt vor sich zu stellen, „weil dann bin nicht ich mit dir konfrontiert, sondern du mit mir!“)

Nachdem das Problem in der hier anfänglich erwähnten Stunde an den Großinquisitor erinnert hatte, schlage ich vor, ihn nochmals hinzusetzen. Vergeblich, kommt nicht

in Frage! Ich weiß, dass der Klient Freude an selbst erfundenen Computerspielen hat und sag' ihm nun, er soll stattdessen ein solches erfinden. Mit zunehmend lebendig werdender Mimik entwirft er eine griechische Mythologie, in der ein Götzenbild „von den Maxeln“ gestürzt wird. – Auch so kann an Instanzen gerüttelt und erfahren werden, dass in der eigenen Person das Potential dazu vorhanden, nur noch nicht bewusst gewesen ist.

Eine Klientin, in eine Beziehung verstrickt, die ihr nicht gut tut

Vom Intellekt her ist ihr das auch klar, dennoch ist sie bereit, alles hinzunehmen, um „ihn“ zu halten. „Wenn ich nur anders wäre, dann ...!“ Ich schlage ihr einen Dialog vor zwischen der Seite, die ganz genau merkt, dass sie diese Beziehung nicht aushält und das aus gutem Grund, und der anderen Seite, die alles in Kauf nimmt, dafür sogar die eigene Wahrnehmung ignoriert, durcheinander und verzweifelt ist. Im Zuge des Einrichtens beider Sessel – der Sessel, auf dem sie in der zuletzt beschriebenen Art Platz nehmen soll, steht abgewandt vom ersten - habe ich den vagen Eindruck, sie macht das nur, weil ich gesagt habe, sie soll das tun. Ich frage nach und mein Eindruck bestätigt sich. Der Dialog findet nicht statt, sehr wohl aber ein genaues Hinschauen auf die Positionierung der Sessel, die Stunde nimmt einen anderen Verlauf.

In einer anderen Stunde mit derselben Klientin geht es um das aktuelle Thema „verlassen werden“

... für die Klientin verknüpft mit „weil ich wertlos bin“. ... Die Eltern kommen zur Sprache und eine intensive Erinnerung daran taucht auf, was sie von klein auf alles getan

hat im Bemühen um deren Anliegen, nie umgekehrt. Für den Dialog setzt die Klientin die Eltern vis-à-vis – der Vater, ein Holzklötz, der mit Stricknadeln sticht, die Mutter ein erdrückendes Kraftfeld. Ganz plötzlich und ohne etwas zu sagen, kickt die Klientin die Elternsessel heftig mit dem Fuß weg. Dann schildert sie bitterlich weinend, auf Nachfrage als Zwölfjährige, wie ihr zumute ist. Den von mir angesagten Wechsel verweigert sie: „Ich will euch nicht verstehen! Ich will mich nicht in euch hineinversetzen! ...“ Ich insistiere auf keinem Wechsel, was sie sagt, scheint mir stimmig und auch wichtig für die aktuelle Situation.

... Die Klientin erlebt sich dann auf ihrer Seite wieder als Erwachsene und hat sofort ein schlechtes Gewissen, als sie die Sätze nochmals wiederholt. Auf meine Frage, was sie *jetzt* tun will, sagt sie: „Ich traue mich nicht, euch wegzustellen.“ So ist die Situation, auch die gegenwärtige. Aber die Klientin muss in der Reflexion zur Kenntnis nehmen, dass sie nun einmal die Sessel weggestoßen und diese Äußerungen getätigt hat, das ist ernst zu nehmen. Die Verweigerung, den Platz auf der anderen Seite einzunehmen, ist in meinen Augen kein Widerstand im herkömmlichen Sinn gewesen, sondern entstand aus einer inneren Entscheidung heraus, für sich zu sorgen. Diesmal.

Eine Klientin, deren eine Sichtweise sich selbst gegenüber seit jeher darin besteht, funktionieren zu müssen

... sich schuldig zu fühlen, wenn sie's nicht tut – bald ist etwas ein Fehler in ihren Augen, verbunden mit Scham. Daher behält sie ihre aktuelle Sorge auch für sich, alles ist peinlich. Durch entsprechende Interventionen gelingt es ihr, eine schwache, aber doch alternative Position bei sich zu entdecken. Für

diese und für die zuerst beschriebene stellt sie zwei Sessel nebeneinander und entscheidet, wer auf welchem Sessel sitzt. Plötzlich dreht sie den Sessel, auf dem sie die bisherige Sichtweise vertritt, heftig und bestimmt so, dass sie in dieser Rolle direkt zur neuen hinsieht und beginnt auch schon. Beide Positionen, im Gespräch vorhin vergegenwärtigt, werden nun anschaulich im Dialog erlebt, mehr nicht. In der neuen Position ist die Klientin hilflos, aber gefasst. Nicht weiter aufregend. Aber in der Reflexion wird klar, das Wesentliche war nicht der geführte Dialog: Das Ausrichten der *alten* (!) Position zur neuen hin durch Umstellen des „alten“ Sessels zeigte der Klientin deutlich ihre nunmehrige Bereitschaft, ein altes Denkmuster eventuell in Frage zu stellen und Neues zuzulassen.

Ein Klient, der immer Spitzenleistungen erbringen will

Beim kleinsten Fehler und wenn er nicht schnell eine Lösung bereit hat, macht er sich selbst fertig. Kontakte mit dem Chef erlebt er dann ausnahmslos negativ, ihn und seine Arbeit in Frage stellend. Er ist sich dessen bewusst und unzufrieden, merkt, dass er sich das Leben unnötig schwer macht, zumal er inzwischen auch in der Lage ist, auf seinen Ideenreichtum und auf die Qualität seiner Arbeit stolz zu sein und dies auch auszusprechen. Für einen Dialog, in dem er sich damit konfrontieren soll, wenn er sich selbst gegenüber missgünstig verhält, stellt er zunächst den Sessel sehr nahe vor sich hin: „Da will ich ihn nicht haben.“ Der Sessel steht dann weiter weg, das ist besser, er kann aber niemanden sehen, obwohl da jemand sitzt, das spürt er, und er beginnt zu denken: „Ich überlege, wie der ausschauen könnte.“ Ich stoppe, wir besprechen, was los ist - Nähe, Weite -

und der Klient äußert seine große Angst, dieser Arbeit möglicherweise nicht gewachsen sein zu können. Ich meine nun, wir können auch ohne Dialog arbeiten, und daraufhin sagt der Klient plötzlich, dass sein Vater vor ihm sitzt, er sieht ihn nicht, aber „erlebt“ seine Anwesenheit sehr deutlich. Ich weiß um diesen Vater so gut Bescheid, dass ich beschließe, den Klienten „nur“ ausprobieren zu lassen, wie es ihm geht, wenn der Sessel ganz nah bzw. weit weg steht. Auch für mich überraschend steigen dem Klienten Tränen in die Augen, als er den Vater nahe vor sich hat: „Deine Energien und deine Kraft wären so hilfreich gewesen. Es wäre so viel möglich gewesen ...“ Traurig, tragisch, schade. Aus großer Distanz nimmt der Klient den Vater nüchtern und ohne emotionale Beteiligung wahr. Das ist der cholerische, harte Mensch, der ihn fertig macht. --- Die Stunde ist so verlaufen, wie in der Einleitung erwähnt. Aus einer geplanten „Fleischspeise“ wurde „Suppe“ insofern, als es dem Klienten möglich war, um das zu trauern, was hätte sein können, aber nicht war und er überdies den Vater in dieser Position als etwas erkannte, was ihn auch stärken hätte können. Wir sind ganz woanders gelandet, bei seiner Trauer und einer differenzierteren Sichtweise des Vaters. Letztere wird auch auf seine eigene sich selbst gegenüber wirken.

Eine Klientin, die zwischen sich und dem, was ihr begegnet, eine Kontrollinstanz einbezogen hat

... um sich vermeintliche Peinlichkeiten zu ersparen. Sie kann alles vernünftig argumentieren, was zwar logisch schlüssig erscheint, trotzdem aber oft völlig „daneben“ ist. Sie weiß darum. Beim Hinstellen des Sessels für einen Dialog zu einem ganz anderen Thema

verschiebt sie den Teppich zu einer Falte und mir fällt auf, dass sie den Teppich eine Spur zu spät unter dem Sesselfuß hervorzieht und glatt streicht. Auf Nachfrage, was da eben war, erhalte ich eine ihrer logischen Erklärungen und auf nochmaliges Nachfragen, ob es eine andere Erklärung auch noch gibt, sagt sie plötzlich: „Das mit der Falte ist jetzt wirklich wurscht.“ Ich gebe ihr recht, zumal ich davon ausgehe, dass sie meinen Teppich nicht beschädigen will, außerdem hätte ich ihn ja auch richten können, wenn mir daran gelegen wäre. Die Klientin stutzt und dann kichert sie: „Oh! Mein Weltbild fällt zusammen!“ Nach diesem kurzen, aber nicht unwichtigen Einsprengsel, findet der zuvor geplante Dialog statt.

Ein Klient, der einen überaus gewalttätigen, grausamen Vater hatte

... kam in Therapie, weil er an sich Ähnlichkeiten im Umgang mit Menschen wahrnahm. Nach vielen Stunden, sich selbst doch wieder einmal in einer Konfliktsituation schreiend, zynisch und ausfällig erlebt habend, stellt er fest: „Wie mein Vater. Ich will nicht, dass dieser Teil von mir, der wie er ist, über mich hereinbricht.“ Ich schlage einen Dialog vor. Dem Klienten ist es nicht möglich, den „Vateranteil“ - also sich selbst wie der Vater sich verhaltend - auf dem Sessel wahrzunehmen, obwohl er ansonsten keine Mühe mit dieser Arbeitsmethode hat. Auf meine Frage, wo der andere ist, sagt er spontan: „Weggesperrt. Im Keller.“ Und dorthin begibt sich nun der Klient, beschreibt den Weg hinunter und den Kellerraum mit dem Eingesperrten genau und erlebt seinen Wunsch, dieser andere möge herauskommen, damit er ihn sehen kann. Unterstützt durch entsprechende Interventionen, gelingt es

dem Klienten sogar, seine Frage an den anderen, warum er so böse ist und er solle sich doch ändern, zurückzunehmen und ihm so zu begegnen, wie er selbst in seinem Beruf mit Menschen umgeht – er ist im Sozialbereich tätig: verstehend und Hilfe anbietend. Beide stehen am Schluss der Arbeit im Keller, aber *vor* dem Kellerabteil.

Derselbe Klient bekommt Ärger mit seinen Geschwistern...

Derselbe Klient, der sich um die Belange und Befindlichkeiten seiner Geschwister und deren Familien sorgt, aber dennoch mit gutem Grund bemüht ist, sich auch abzugrenzen, bekommt Ärger mit ihnen. „Die kümmern sich nie um mich, rufen mich nie an, immer nur ich sie, und jetzt bin ich der Buhmann und krieg' Vorwürfe.“ Wir arbeiten heraus, dass er auf sein Buhmann-Sein auch stolz ist, „Ich bin besser als sie, hab sowieso eine Sonderstellung.“ Neu für den Klienten ist die Erkenntnis, dass hinter seinem Ärger das Bedürfnis steht, dazu zu gehören, gemocht und wertgeschätzt zu werden, was in dieser Familie nie zum Ausdruck gebracht worden war. Aus der Distanz im Erzählen kann er das gut beschreiben. Beim Vorbereiten des Dialogs zwischen dem Buhmann und dem Bedürftigen ist es dem Klienten möglich, sich als Buhmann auf dem Sessel sitzend zu erleben, nicht aber als der, der bedürftig ist. Verwirrung bricht aus. Ich unterbreche, frage nach, der Klient sagt, das sei wie auf einer Herdplatte sitzend, da verbrennt man sich und die Haut geht ab. Nachdem wir uns mit der Herdplatte dahingehend beschäftigt haben, dass sie kein VÖEST-Hochalpinofen ist, kein Topf siedenden Öls, kann der Klient für sich bemerken, dass seine Herdplatte nichts Tödliches ist, es wird vielleicht „nur“ weh tun. Statt des Dialogs schlage ich dem

Klienten vor, er möge Symbole finden: Der Buhmann ist ein gut erzogener Hund, selbstsicher, kennt sich aus und weiß, wohin er gehört im Kontakt mit der Herdplatte. Der Bedürftige ist ein verwahrloster Hund ohne Kontakt, er weiß nicht, wohin er gehört. In einem nächsten Schritt schaut der Klient, was die Symbole mit ihm zu tun haben und kommt zu dem Schluss, um verwahrloste Hunde muss man sich kümmern, sonst stören sie. (Dieser Klient ist übrigens als „Kettenhund“ gekommen und hat die Therapie als „frei gehender, selbstbewusster Hund, der mit seinem Herr'l in Verbindung steht“, beendet. Dies war ihm möglich durch Erarbeiten einer neuen Sicht auf sich und die Welt, „So kann ich meine Vergangenheit ändern.“)

Eine Klientin und ihr neuer Vorgesetzter

Eine Klientin, als Kind immer brav und fügsam, hat einen neuen Vorgesetzten, der sie durch seine Eiseskälte und sein bedrückendes Schweigen verunsichert. Sie darf keinen Fehler machen, das ist ein kleiner Napoleon, der sie in seiner Sprachlosigkeit auch an Seiten ihres geliebten Vaters erinnert. In der Therapiestunde dem Vorgesetzten gegenüber sitzend, kann sie beschreiben, wie hilflos sie sich fühlt. Sie darf sich keine Blöße geben, sonst liegt sie hilflos auf dem Rücken. Als sie zum Sessel des Vorgesetzten hinschaut, bleibt der Platz trotz allen Bemühens leer. Mir fällt auf, dass sie aber die Unterlippe vorschiebt beim Hinüberschauen und die Fäuste ballt. Der Dialog findet nun zwischen ihr und ihren Fäusten statt und schließlich ist die Klientin sehr erleichtert, weil sie für sich erarbeitet: „Ich darf zornig und wütend sein. / Das heißt noch nicht streiten müssen. / Ich erlaube mir meinen Zorn. / Das ist neu für mich.“

Eine Klientin, die immer wieder das Gefühl hat „Ich genüge nicht“

... erkennt, dass sie das mit Arroganz kaschiert und auch schützt. Beides bezeichnet sie als unangenehm. Im Verlauf der Stunde sollen die Arrogante und die Ich-genügende in einem Dialog in Kontakt treten. Die Klientin kann aber keine Entscheidung treffen, wer wo sitzt, fühlt sich sogar in beiden Positionen wohl, das verwirrt. Ich fordere sie auf, wieder ihren eigenen Platz einzunehmen und von dort nachträglich zu beschreiben, was an der jeweiligen Rolle angenehm war, ungeachtet der unklaren Zuordnung: Als Arrogante hatte sie eine Mauer um sich, riskiert nichts, muss nichts tun, ist besser als die anderen, aber einsam. Die andere Rolle ist etwas Vertrautes. Sie muss auch nichts tun, weil ohnedies alles falsch ist, Kontakt ist also nicht nötig. In einem weiteren Schritt soll die Klientin nun von ihrer Position aus einen Kommentar in Richtung beider Sessel abgeben: „Ihr seid Teile von mir. Aber ihr macht's nicht alles aus. Ich bin die eine Seite und die andere und ganz was anderes auch! Es gibt ein größeres Spektrum von mir als euch beide.“ Die Klientin ist erleichtert, ich bin zufrieden.

Ein Klient, der eine amtliche Frist in Erledigung einer persönlichen Angelegenheit versäumt hat

... erlebt plötzlich wieder starke Angstzustände wie früher. Sein neues Selbst- und Weltbild gerät dadurch ins Schwanken. Die Abwehr, diesen Ängstlichen leibhaftig in einem Dialog zu erleben, ist überaus groß. Es reicht vorerst, dass der Klient von seiner Seite her beschreibt, wie dieser Ängstliche zusammengekrümmt dasteht. Als der Klient in dessen Richtung sagt,

er würde ihn am liebsten wegschicken und nichts mit ihm zu tun haben, krümmt sich sein Vis-à-vis noch mehr, was den Klienten, als er dies wahrnimmt und beschreibt, sagen lässt: „Eigentlich schicke ich keine Menschen weg.“ Auf das hinauf beschreibt er, wie sich sein Gegenüber deutlich aufrichtet. In der Reflexion ist es dem Klienten dann möglich zu erkennen, dass sein neues Selbstbild noch sehr schwach ist, er noch Zeit braucht, aber prinzipiell wird es einmal möglich sein, sich mit dieser Angst zu konfrontieren.

Schlussbemerkungen

Die eben beschriebenen Beispiele mögen anschaulich gemacht haben, welche fruchtbaren Arbeitsmöglichkeiten in einer Therapiestunde entstehen können, wenn man sich unter Umständen auch traut, einen Dialog Dialog sein zu lassen, weil man erkennt, dass etwas anderes dringlicher ist. Auch der Therapeut kann darauf vertrauen, dass seine eigenen schöpferischen Kräfte genauso wie die des Klienten zum Tragen kommen, vorausgesetzt, er macht sich die Arbeit, denn das ist es schon und vom Himmel fallen sie nicht, die schöpferischen Kräfte,

erst dann, wenn man das Nötige dazu getan hat.

Wenn aber Dialog, dann richtig! Und ich habe die Erfahrung gemacht, dass auch Klienten ganz genau spüren, was es damit auf sich hat. Eine Klientin, trotz allem Bammel davor und immer wieder Mühsal damit habend, traf folgende Feststellung, nachdem sie sich gegen einen Dialog ausgesprochen und formuliert hatte, was sie von der anderen Seite zu hören bekommen könnte, und ich wissen wollte, worin der Unterschied bestehe, das alles nochmals auf dem Sessel sitzend zu sagen: „Na ja, aber dann ist es im Ernst.“ !!! Recht hat sie.

Ich arbeite gerne mit dem leeren Stuhl, weil das dem Klienten die Möglichkeit bietet, sich in seinem Erleben unmittelbar zu erfahren und ihm z.B. auch die Chance eröffnet, seine Sichtweise einem anderen Menschen gegenüber zu verändern, wenn er sich als jener im Dialog erlebt. Allerdings halte ich es mit C.G. Jung, der sinngemäß meint, es sei gut, wenn der Therapeut viel weiß, sich viel überlegt, aber bereit ist, alles sofort zu vergessen und angemessen zu reagieren, wenn die Situation es erfordert

(vgl. Jung 1982, 56). Jung bezieht sich hier zwar auf die Arbeit mit Träumen, ich denke jedoch, diese Haltung gilt gleichermaßen für alle Bereiche des therapeutischen Tuns.

Ganz zum Schluss: Wem die Einleitung schon seltsam vorgekommen ist, der bekommt jetzt auch seltsame abschließende Worte: Eine Fliege hat Facettenaugen, ein Chamäleon kann mit seinen Augen unabhängig voneinander in unterschiedliche Richtungen schauen, eine Biene schaut der anderen beim Schwänzeltanz zu und weiß dann, wohin zu fliegen ist. Es gibt sicher noch andere Beispiele aus dem Tierreich, wie das, was einem in der Welt begegnet, wahrgenommen werden kann über das hinaus, wozu das menschliche Auge fähig ist, und ich finde, als Therapeut ist es immer wieder auch angebracht, „anders zu schauen“. Dazu braucht es aber eben wache Sinne und alle möglichen Antennen auf Empfang geschaltet.

Aber dann, nichts wie los!

Literatur

Jung, Carl Gustav (1982): *Der Mensch und seine Symbole*. Olten und Freiburg im Breisgau: Walter Verlag.

