

Übung 4.10

4.10 Übung Beispiel Holes in Roles
2 SprecherInnen
zum Sprechen mit verteilten Rollen

TRANSGENERATIONALE BETRACHTUNGEN: HOLES IN ROLES

Wenn Sie sich oft Sorgen um Vater oder Mutter machen und Sie ihr oder ihm ein besseres Leben gewünscht hätten, geht es um Holes in Roles (Albert Pessó)

**WAS GEBEN VATER UND MUTTER
AN MICH WEITER,
WAS IN DEN VORGENERATIONEN
BLEIBEN SOLLTE?**

..., geht es um Holes in Roles (Albert Pesse). Wir können in der Phantasie dieses Loch stopfen und Sie damit aus der Parentifizierung entlassen.

Transgenerational: Holes in Roles

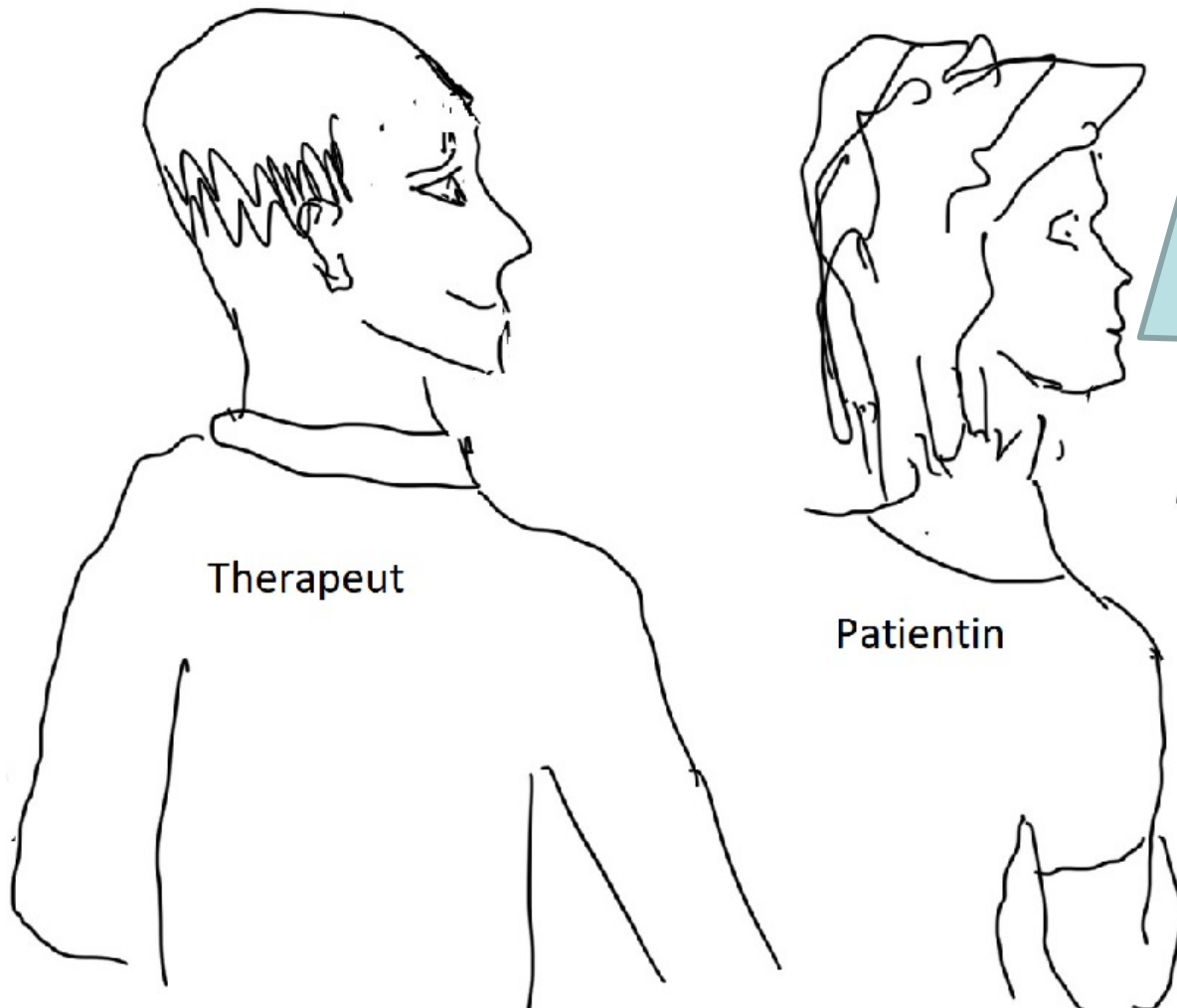
- Wenn Sie in emotionalen Kontakt mit dem **positiven Aspekt** von Vater oder Mutter kommen (dem inneren Bild von ihm/ihr)
- und erinnern, wie schwer er/sie es im Leben hatte oder hat,
- wie es ihm/ihr nicht vergönnt war, ein Mensch zu werden,
- der einen großen inneren Reichtum
- an seine/ihre Kinder weitergeben konnte und wollte

Transgenerational: Holes in Roles

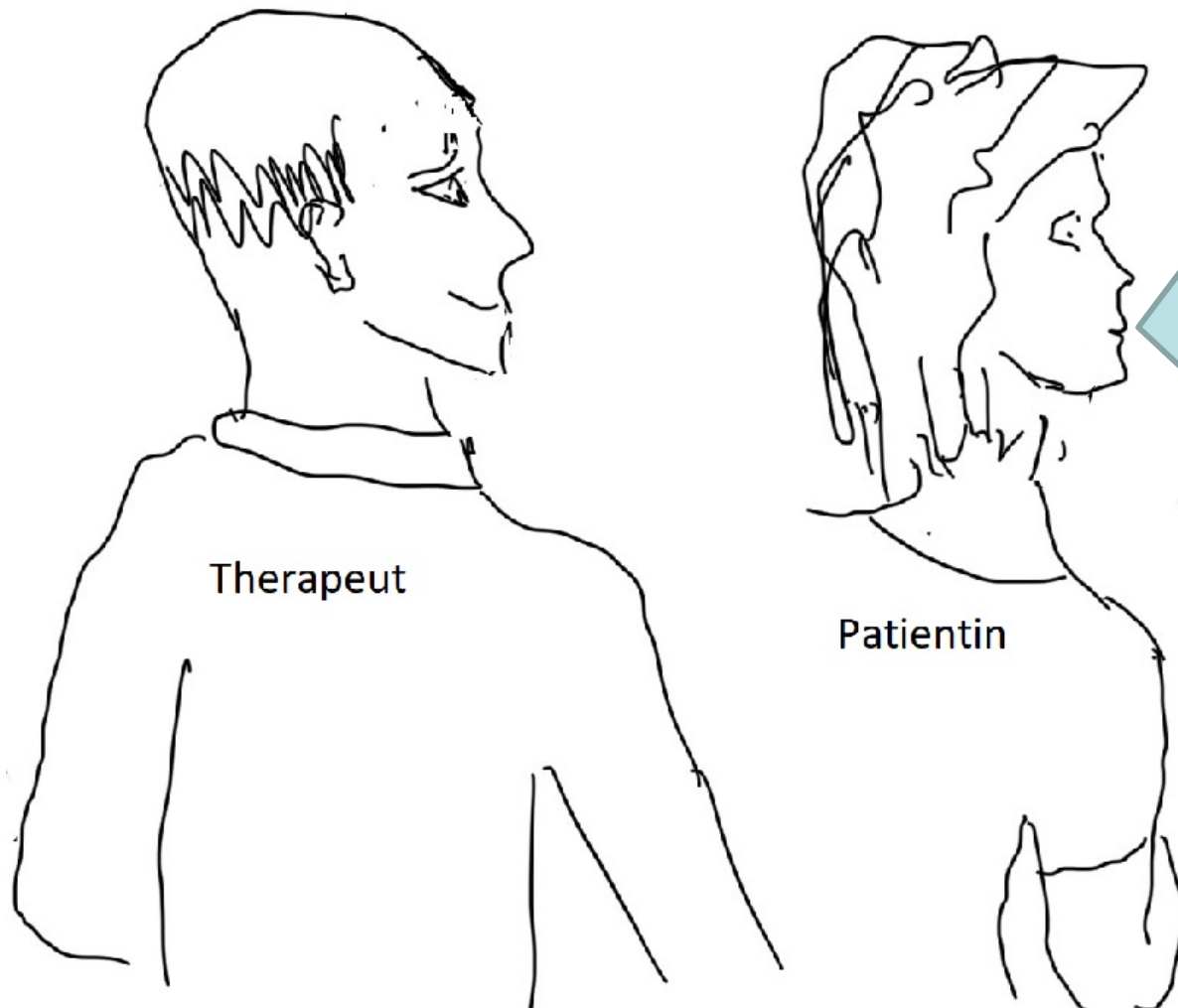
- Wenn Sie an all das denken, was ihm/ihr von Geburt an sehr geschadet hat,
- dann kann es sein, dass Mitgefühl entsteht,
- und dass Sie wünschen, dass er/sie ein anderes, besseres Leben gehabt hätte,
- in dem er/sie nicht zum Schaden seiner/ihrer Kinder
- ums eigene emotionale Leben hätte kämpfen müssen.

BEISPIEL

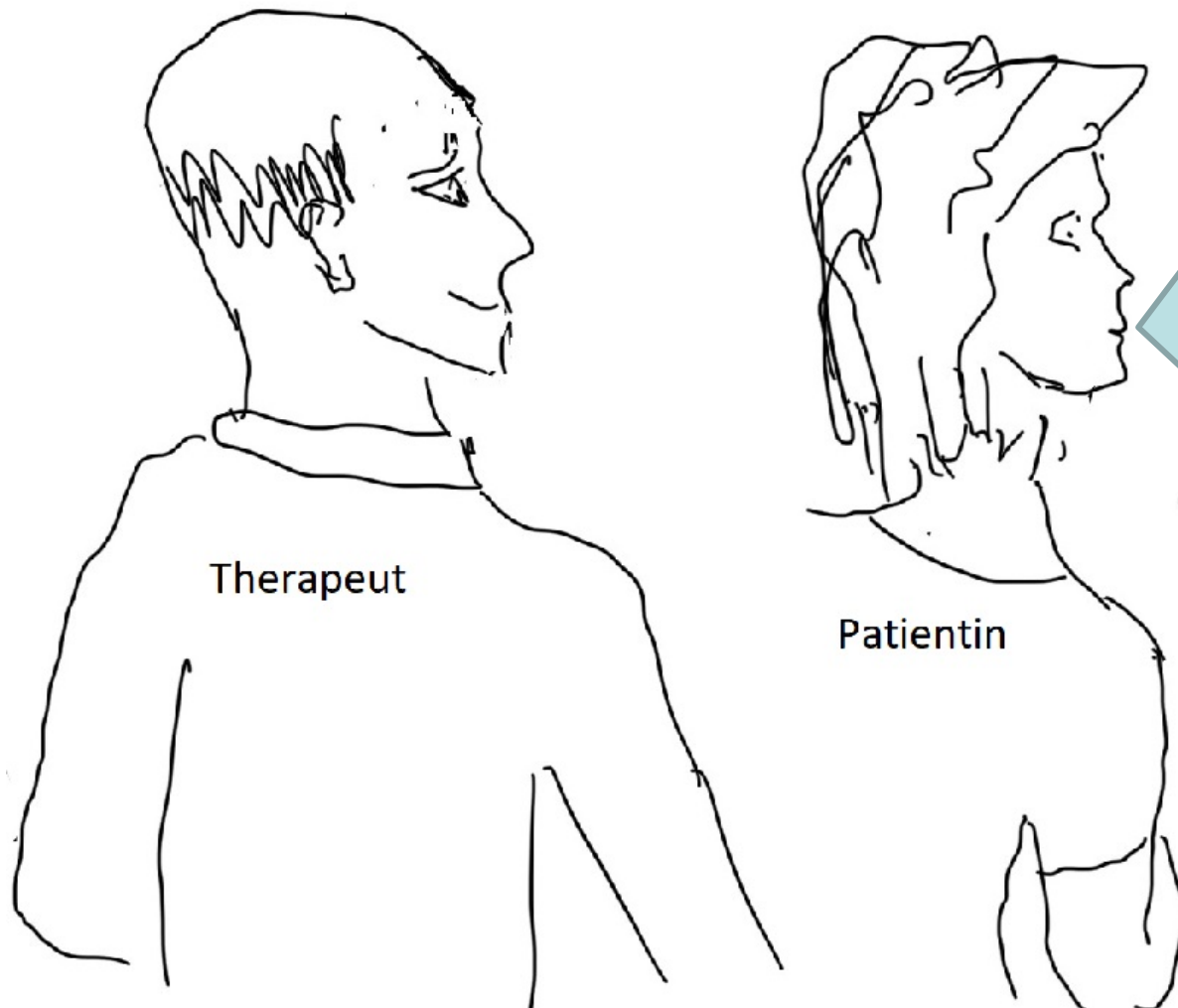
- Sie hören und sehen nun skizzenhaft ein Holes-in-Roles-Gespräch
- Folgen Sie diesem empathisch und lassen Ihr Mitgefühl entstehen
- Zuerst Mitgefühl mit der Klientin und dann Mitgefühl mit ihrer Mutter
- Bei welchem Gefühl kommen Sie selbst an?



Mein Vater weiß, was er will, verfolgt seine Ziele und erreicht sie auch. Er ist ganz zufrieden. Er hätte gern, dass meine Mutter weniger abhängig ist, mehr aus sich macht, weniger anderen dient, so dass er stolz auf sie sein kann. Er schaut auf sie herab und behandelt sie nicht gut.



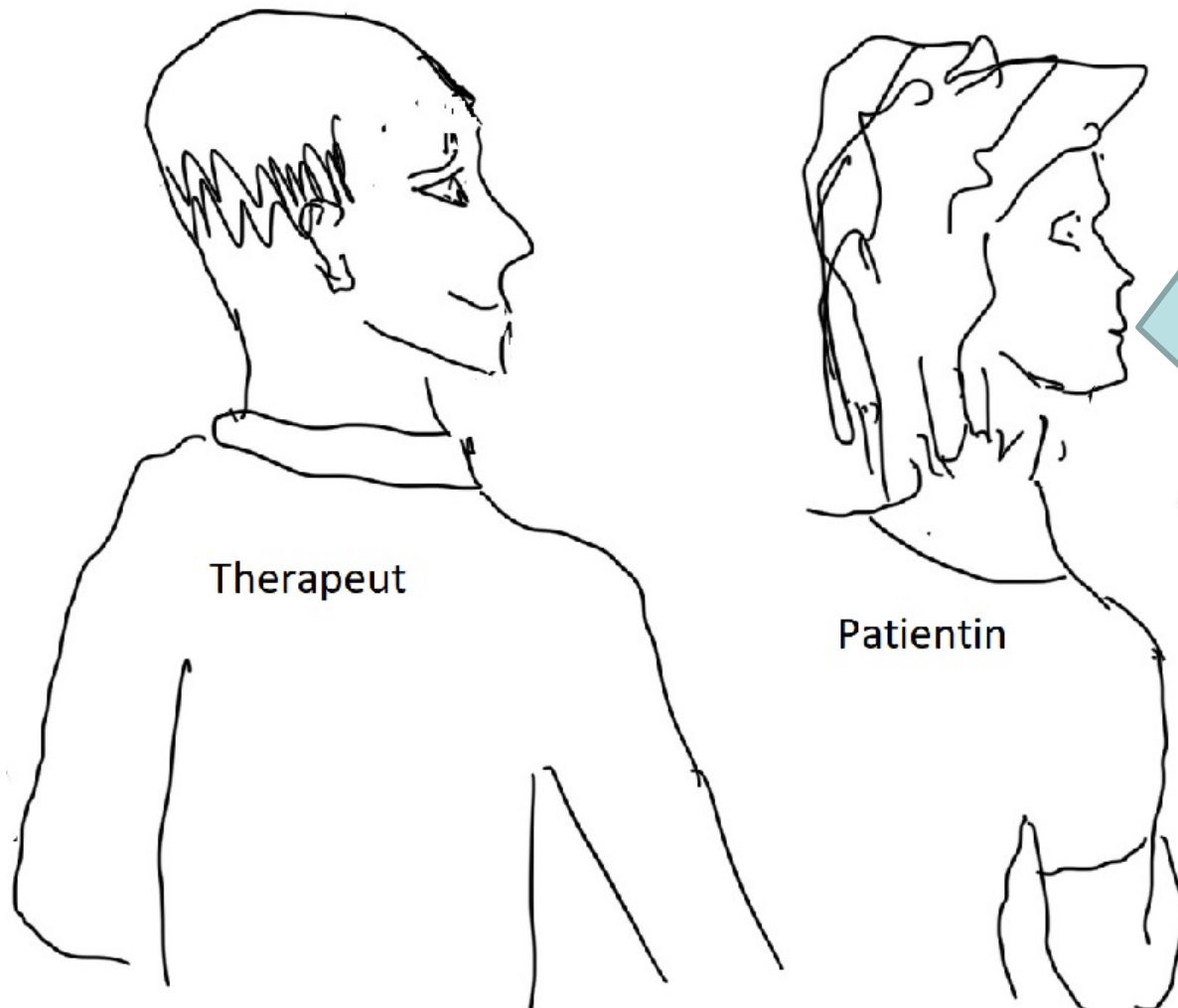
Meine Mutter tut mir oft leid. Sie hat wegen ihm ihr Kunstgeschichte-Studium abgebrochen und wurde seine Arzthelferin. Sie war musikalisch sehr begabt, machte aber auch da nichts draus. Sie traute sich nichts zu.



Therapeut

Patientin

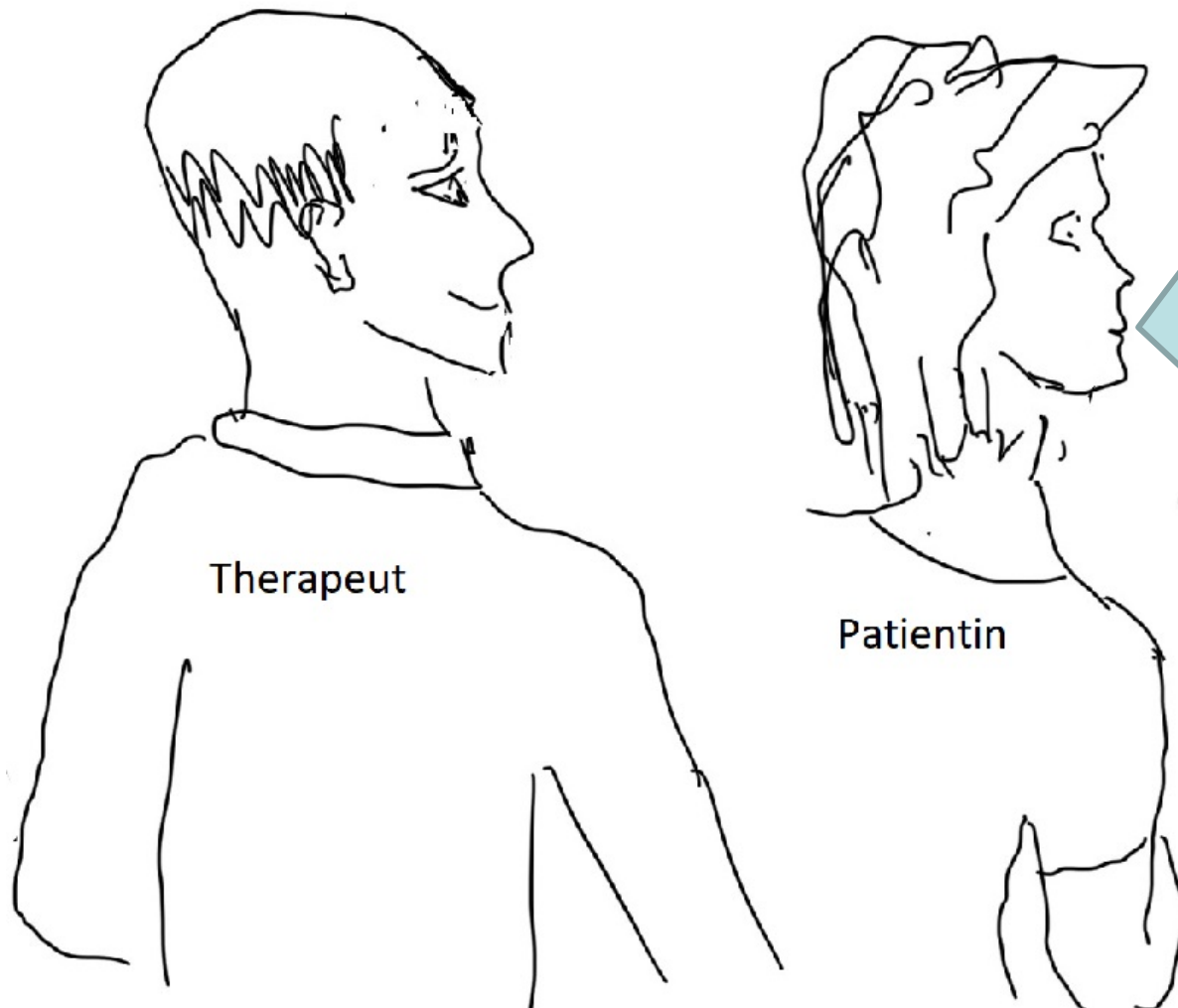
Ihre Eltern förderten meine Mutter in keiner Weise. Macht sie das Abitur, ist es ok, macht sie es nicht, ist es auch ok. Dann heiratet sie eben einen Doktor. **Ihrer Mutter** konnte sie es nie recht machen, immer kritisierte diese an ihr herum.



Therapeut

Patientin

Ihr Vater hat sie bald
abgeschrieben – mit
der lässt sich kein
Staat machen. Er
interessierte sich nicht
für sie und schenkte
ihr auch nie ein Ohr,
wenn sie es mit ihrer
Mutter so schwer
hatte.



Therapeut

Patientin

Da tut sie mir so leid.
Es tut mir richtig weh,
wenn ich mir
vergegenwärtige, wie
schlimm ihre Kindheit
war. Wie gnadenlos
ihre Mutter war und
sie klein machte und
wie sie für ihren Vater
Luft war. **Ich hätte ihr
so sehr ein besseres
Leben gewünscht!**

In der Biographie Ihrer Mutter ist ein Loch der Bedürfnisbefriedigung. Das können wir in der Phantasie stopfen und in einer künstlichen Biographie heilen, indem wir einen **Möglichkeitsraum** aufspannen. Ein Raum, in dem es möglich würde, Eltern zu haben, die Ihre Mutter gebraucht hätte.



Ich lade Sie ein, **einen Film** zu drehen, der Ihrer Mutter die Kindheit und die Eltern beschert, die sie gebraucht hätte





Wie wäre die Mutter, die sie gebraucht hätte – ihre ideale Mutter – gewesen?



Ihre ideale Mutter wäre nicht streng gewesen und hätte sie nicht kritisiert.

Sie hätte meine Mutter so geliebt wie sie ist. Und sie wäre glücklich gewesen, sie als Kind zu haben. Sie hätte ihre Begabungen gefördert und sie selbst entscheiden lassen, welchen Weg sie gehen will.“

ideale Eltern



Mutter als Kind





Wie wäre der **Vater** gewesen, den Ihre Mutter gebraucht hätte?



Patientin: Ihr idealer Vater hätte

meine Mutter nicht ignoriert.

Er hätte keine Überfliegerin als Tochter gebraucht.

Er hätte sich für sie interessiert.

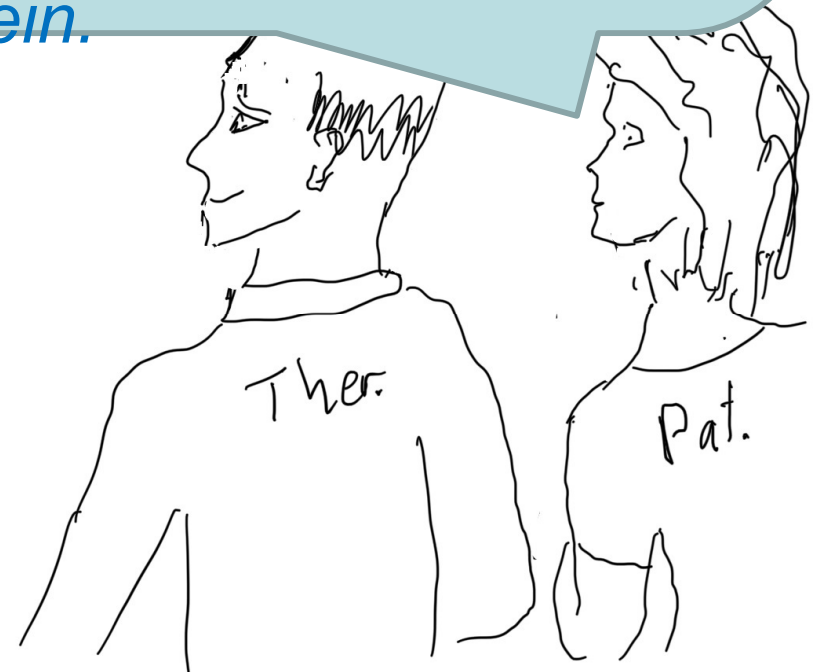
Hätte wissen wollen, was sie denkt und fühlt.

Und hätte meiner Mutter das Gefühl gegeben, ein wertvoller und fähiger Mensch zu sein.

ideale Eltern



Mutter als Kind





Ich leihe den idealen Eltern meine Stimme: Die ideale Mutter Ihrer Mutter könnte sagen:

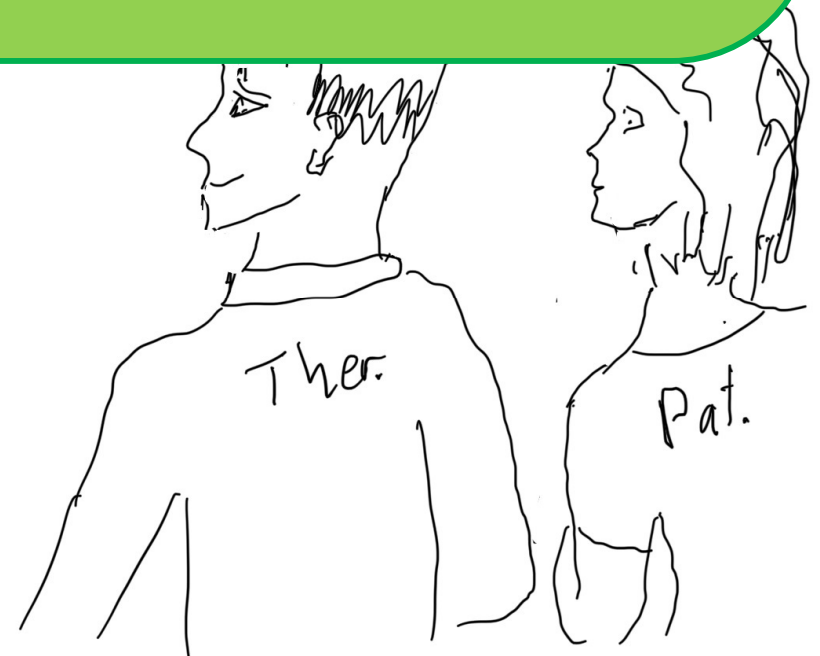


ideale
Eltern



Mutter als Kind

Therapeut für die ideale Mutter: „Du musst nicht meine perfekte Tochter werden, die alles genau so macht, wie ich es für richtig halte. Ich liebe Dich über alles. Genauso wie Du bist. Ich sehe, wie gern Du malst und wie Dir das Musizieren Freude macht. Da freue ich mich mit Dir.
Wenn Du mal Hilfe brauchst, helfe ich Dir gern.“





Ich leihe den idealen Eltern meine Stimme: Der ideale Vater Ihrer Mutter könnte sagen:





Therapeut für den idealen Vater:
Ich freue mich immer, wenn ich Dich sehe. Ich bin so glücklich, Dich als meine Tochter zu haben. Erzähle mir, was Du gemacht hast, was Du erlebt hast. Du bist mir ganz wichtig.“



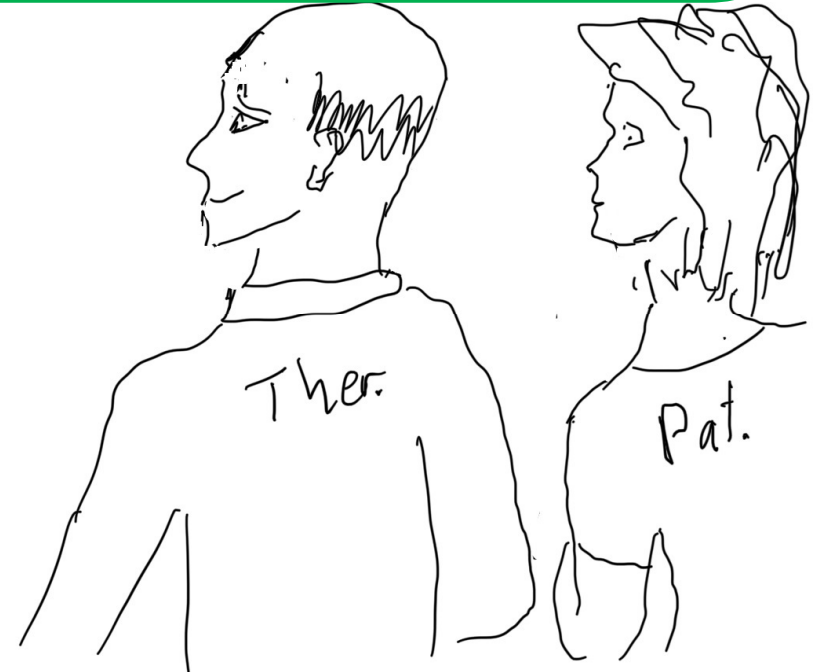


Ich leihe den idealen Eltern meine Stimme: Beide sprechen nun zu Ihnen, der Betrachterin dieses Films:





Therapeut für die idealen Eltern:
„Wir hätten Deiner Mutter alles gegeben, was sie braucht, um ihre Begabungen zu entfalten und glückliche Beziehungen haben. Es wäre nie DEINE Aufgabe gewesen, Dir um Deine Mutter Sorgen zu machen!“

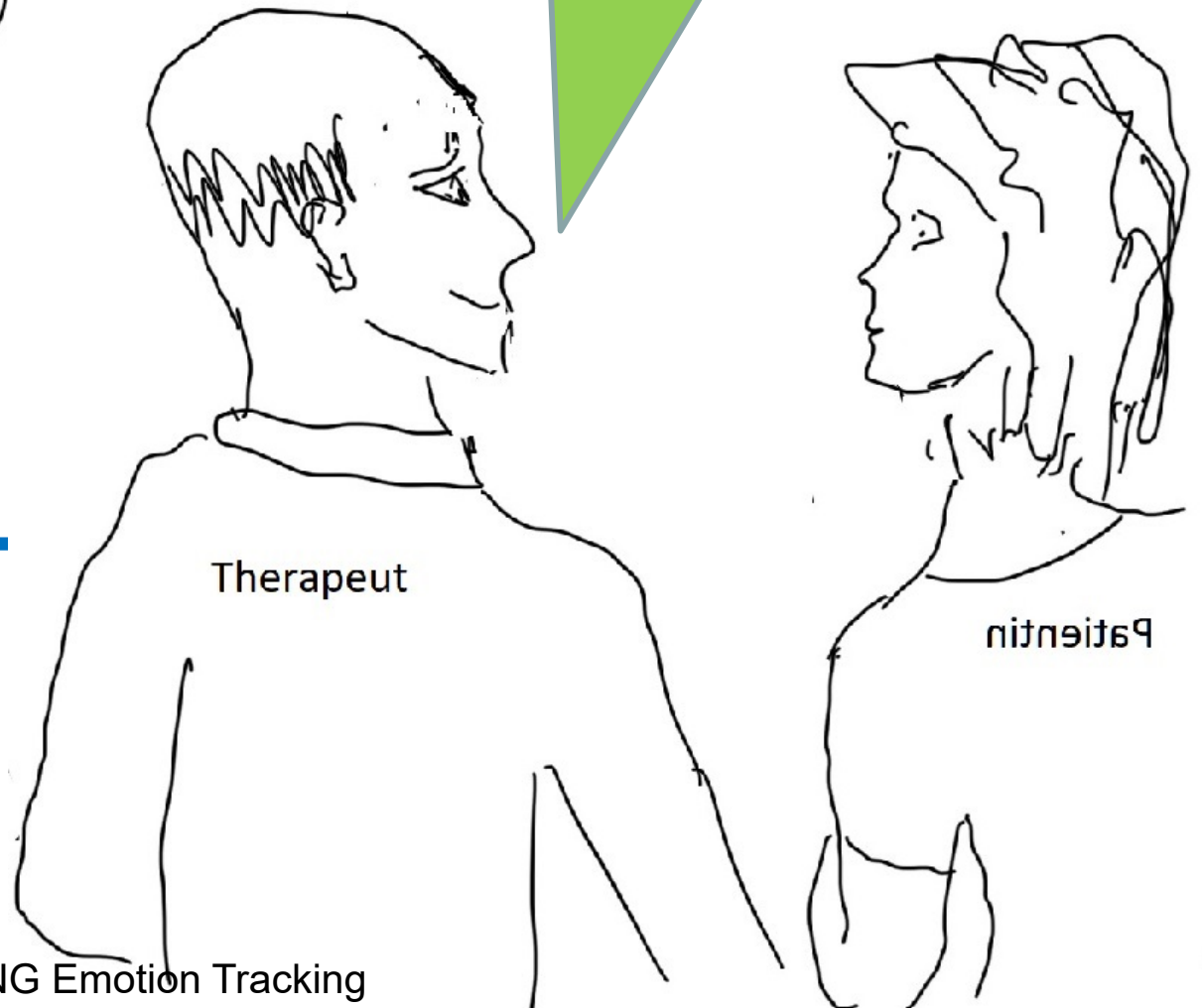


ideale
Eltern



Mutter als Kind

Ich sehe wie
berührt Sie sind
und sich erleichtert
fühlen.

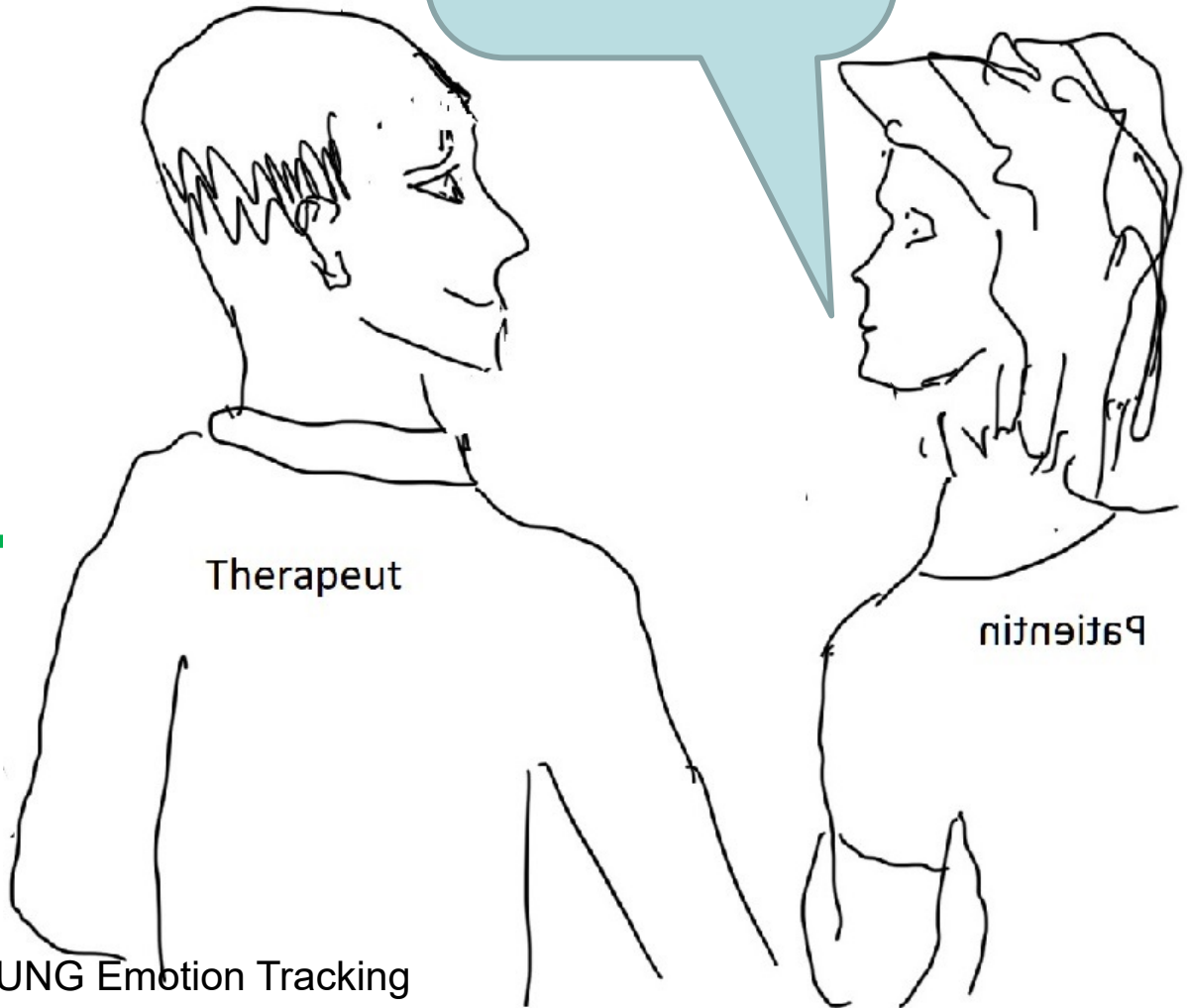


Therapeut

Patientin



Ja das ist ein ganz warmes Gefühl. Ich bin dankbar dafür.



WAS WOLLEN SIE ZU DIESEM BEISPIEL FRAGEN ODER SAGEN?

Die Fragen, die offen bleiben, können Sie mir schreiben:
Ich schreibe Ihnen eine kurze Antwort:

Prof.Sulz@EUPEHS.org