

Installieren von Ressourcen am Beispiel eines Gegenstandes

1. Ressource identifizieren (Gegenstand, welchen Klient:in bei sich hat oder auf sich trägt oder Imagination eines Gegenstandes)
2. Geschichte der Ressource erfragen (gekauft, geschenkt, spezielle Umstände). Darauf achten, dass die Ressource nur positiv besetzt ist.
3. Sinneskanal erfragen, über den die Ressource hauptsächlich nährend erlebt wird (meist visuell oder kinästhetisch)
4. Ressource im Hier und Jetzt aktualisieren, ins Erleben bringen (Felt sense) → Körperempfindungen und Emotionen erfragen
5. Ressource vertiefen mit den „Schlüsseln in die Tiefe“ (Schlüssel-Empfindungen, Schlüssel-Gesten, Schlüsselsätze, Schlüsselemotionen)
6. Reorientierung ins Hier und Jetzt
7. Einige Male pendeln zwischen 4. / 5. und 6.
8. Abschluss durch Reorientieren ins Hier und Jetzt

Kommentar: Bei instabilen Klienten kann eine starke Vertiefung der Ressource über Schlüsselemotionen und Schlüsselempfindungen dazu führen, dass der Prozess unvermittelt in eine offene Gestalt (unerledigte Geschichte, unfinished business) kippt. In dieser Übung (noch) nicht in die offene Gestalt hineingehen. Wenn eine solche auftaucht, soll sie anerkannt und sanft auf die Seite gestellt werden: «Da taucht offenbar eine unerledigte Geschichte auf. Im Moment ist noch nicht der Zeitpunkt, sich damit zu befassen. Können wir das auf die Seite stellen und später bearbeiten?»