

Leitfaden zum Bearbeiten von Übertragung

Der Klient schildert seine Körperempfindungen, Emotionen und Kognitionen im Kontakt zum Therapeuten. Falls er diesbezüglich Hemmungen hat, kann der Therapeut ihm ein leeres Kissen gegenübersetzen, welches den Therapeuten darstellt. Der Therapeut selbst kann dann neben den Klienten sitzen und ihn darin unterstützen, sein Erleben dem imaginierten Therapeuten auf dem Kissen mitzuteilen und zuzumuten.

Der Therapeut anerkennt seinen eigenen Anteil und übernimmt Verantwortung dafür. Danach setzt er ein anderes Kissen an seinen Platz und fragt, wer sonst noch auf diesem Platz sitzen könnte oder wem gegenüber der Klient sich ähnlich gefühlt habe. Er erfragt das gefühlte Alter im Kontakt mit dieser Person, allenfalls erinnerte Situationen und die Erlebensdimensionen.

Der Therapeut unterstützt den Klienten, die wahrgenommenen Gefühle, Gedanken und Impulse dieser Person gegenüber auszudrücken. Dies geschieht entweder in der Imagination oder szenisch mit dem Kissen.

Wenn die alte Geschichte aufgearbeitet ist, exploriert der Therapeut, wie sich der Klient jetzt im Kontakt mit ihm fühlt.