



VERZWEIFELT

Seit zehn Jahren schläft das Kind im Elternbett. Zeit für eine Veränderung!

VON GABRIELE LÖNNE

Wir stehen an der Glasfront des Besprechungsraums im 7. Stock eines Hotels und schauen auf die Stadt unter uns. Eigentlich sind wir fertig. Mein Klient litt unter Phantomschmerzen nach einem Herzinfarkt, die sich zunehmend zu Panikattacken entwickelten. Wir konnten sie in anderthalb Stunden erfolgreich mit EMDR bearbeiten. Der Klient wirkt jetzt sehr erleichtert und entspannt.

Gerade möchte ich mich verabschieden, als ich in seiner Mimik plötzlich große Besorgnis entdeckte.

Coach: „Herr Schulz, kann ich noch etwas für Sie tun?“

Er zuckt mit den Schultern und schüttelt den Kopf. Er wirkt zunehmend gestresst.

Coach: „An was haben Sie denn gerade gedacht?“

Klient, *mit gepresster Stimme*: „An unsere Tochter, und wie sie zwischen uns steht und überhaupt ...!“

Coach: „Am besten wir setzen uns wieder, und Sie erzählen mir in Ruhe, worum es geht!“

Der Klient nickt und wir setzen uns wieder in die Ecke mit den bequemen Sesseln. Der Klient sitzt nach vorn geneigt und knetet seine Hände. Er fühlt sich sichtlich unwohl.

Coach: „Herr Schulz, jetzt haben wir schon so viel bearbeitet, dann schaffen wir auch noch den Rest!“

Klient *schüttelt wieder den Kopf*:

„Wir haben alles versucht, aber uns kann keiner helfen! Unsere Ehe ist schon lange keine mehr, und was noch mit unserer Tochter werden soll, weiß ich auch nicht!“

Coach: „Was ist denn passiert?“

Klient, *fast ungehalten*: „Nichts ist ‚passiert‘! Das ist ja gerade das Problem! Im Prinzip ringen wir seit zehn Jahren um eine Lösung, und es passiert einfach nichts!“

Coach: „Um was geht es denn? Erzählen Sie mir doch mal, was Sie zehn Jahre lang gequält hat! Vielleicht finden wir einen Weg, das zu bearbeiten!“

Klient: „Frau Lönne, das können Sie sich wahrscheinlich gar nicht vorstellen, aber unsere Tochter kommt seit zehn Jahren – seit ihrer Geburt – in unser Bett! Jede Nacht! Wir haben alles versucht, das abzustellen – mit Liebe, mit Strenge, mit Tipps vom Kinderarzt, von Erziehern, von Freunden. Nichts hat geholfen. Sie kommt einfach jede Nacht in unser Bett und schläft zwischen uns! Es ist schrecklich!“

Coach: „Was ist der Grund dafür?“

Das Thema ist der Sturz vom Pferd – alles andere wird sich zeigen!

Klient, verzweifelt: „Keiner weiß es. Sie selbst auch nicht. Sie geht abends, wenn sie müde wird, in ihr Bett und verspricht, die ganze Nacht dort zu bleiben. Und kommt dann jede Nacht gegen ein, zwei Uhr, steigt bei ihrer Mutter ins Bett und schläft weiter!“

Coach: „Uff, das hört sich beeindruckend an. Wissen Sie was? Vielleicht haben wir eine Chance, an die Wurzel des Übels heranzukommen. Dazu müssten Sie allerdings noch einmal einen Termin vereinbaren und ihre Tochter mitbringen.“

Klient *schüttelt wieder den Kopf*: „Nein, wir könnten das sogar an diesem Wochenende klären. Meine Tochter und meine Frau begleiten mich. Zurzeit sind noch Herbstferien.“

Und er schaut mich geradezu flehentlich an: „Wenn Sie heute Nachmittag Zeit hätten ...?“

Coach: „Das ginge tatsächlich. Ich werde meinen Aufenthalt hier um eine Nacht verlängern. Sagen Sie, gibt es etwas, das Ihre Tochter im Augenblick besonders beschäftigt, berührt, beeinträchtigt?“

Klient *nickt*: „Ja, sie ist von ihrem geliebten Pferd gefallen und hat jetzt Angst vorm Reiten!“

Coach: „Na, das passt ja perfekt! Liebe Grüße an Ihre Frau und an die Tochter! Wir können uns um 16 Uhr hier wieder treffen. Achtung: Ganz wichtig, das Thema für Ihre Tochter ist der Sturz vom Pferd! Alles andere wird sich zeigen!“

Klient: „Super, Frau Lönne! Wir werden da sein!“

Die Tür geht um Punkt vier auf und Amelie, die Tochter, kommt mit ihren Eltern in den Besprechungsraum. In der Zwischenzeit habe ich mit dem Vater telefoniert, um ihm von meiner Idee zu erzählen und seine Zustimmung einzuholen.

Coach: „Hallo Amelie, hallo Frau Schulz! Immer hinein in die gute Stube. Hier gibt es spannende Geschichten zu erleben!“

Die Eltern lächeln mich an und setzen sich. Amelie bleibt stehen und schaut sich noch etwas scheu um.

Coach: „Schau mal, Amelie! Ich habe dir etwas aus Ostfriesland mitgebracht.“

Amelie tritt neugierig näher. Auf dem Tisch liegen frisch ausgedruckte Bilder von einem großen Reiterhof in Ostfriesland.

Sie betrachtet die Bilder und fängt an zu lächeln.

Coach: „Ich habe gehört, dass du Pferde gut leiden magst und auch gern reitest?“

Amelie nickt, jetzt aber mit versteinerterem Gesicht.

Coach: „Und irgendwie war da was mit einem Pferd? Richtig? Was ist passiert?“

Amelie *schluckt und kämpft mit den Tränen*: „Ich bin heruntergefallen und hab mir wehgetan!“

Coach: „Oh, das tut mir sehr leid! Aber weißt du was? Wir können das doofe Gefühl, das du deswegen hast, wegmachen. Was meinst du?“

Amelie schielt mit nassen Augen zu mir hin und nickt!

Coach: „Soll'n wir das jetzt sofort machen?“

Amelie nickt.

Coach: „Wir zwei ganz allein? Ohne Mama und Papa?“

Amelie nickt wieder.

Coach: „Bringst du Mama und Papa eben noch zur Tür?“

Amelie nickt ein drittes Mal und begleitet die Eltern bis zur Tür, die sich mit einem leisen Klick hinter ihnen schließt. Sie kommt zurück und bleibt vor mir stehen.

Coach: „Am besten, du setzt dich hier zu mir und erzählst mir erst mal etwas von deinem Pferd!“

Amelie fängt an zu erzählen und wird immer zutraulicher. Dann kann sie auch ohne Tränen von dem Sturz be-

richten und von ihrer neu aufgetretenen Angst vor dem Reiten.

In der Folge bearbeiten wir die Angst mit wingwave®. Amelie hat richtig Vergnügen am Testen, vor allen Dingen an der Aussage „Die Spinne macht Muuh“ (damit teste ich bei Kindern gern die Reaktion auf kognitiven Stress). Wir ermitteln die Emotionen Schrecken, Scham, Schuld und Angst, die der Unfall ausgelöst hat und bearbeiten sie mit EMDR.

Nun sitzt Amelie ganz entspannt neben mir und lässt ihre Beine vom Sessel herunterbaumeln.

Coach: „Gibt es etwas, was du dir unheimlich gerne wünschst? Was du sooo gerne machen würdest? Was du noch nie gemacht hast?“

Amelie überlegt: „Eis essen! Nein, das machen wir ja schon! In Urlaub fahren? Nein, das sind wir ja jetzt! Hmm?“

Coach: „Achtung! Trara! Ich hab eine Idee!“

Amelie *springt auf*: „Was denn?“

Coach: „Schau mal, gefallen dir die Bilder hier auf dem Tisch?“

Amelie lehnt sich auf den Tisch, schiebt die Pferdebilder hin und her und nickt.

Coach: „Wie wär das, wenn du mal Urlaub mit Pferden machen könntest? Auf einem richtigen Reiterhof, nur für Kinder, nur mit geliebten Pferden?“

Amelie erstarrt und bekommt große Augen.

Und sie fängt an, mit dem Kopf zu nicken.

Coach: „Wow, das wäre doch toll! Kannst du dir das vorstellen?“

Und sie nickt wieder und strahlt übers ganze Gesicht.

Coach: „Das ist ein gutes Gefühl?“

Amelie nickt begeistert.

Coach: „Dann schau auf meine Hand und folge ihr gaaanz laaangsam mit

„Da fehlt doch noch dein Bett? Du brauchst doch auch ein Bett zum Schlafen?“

den Augen und denk an dieses wunderbare Gefüühhl!“

Amelie wirkt ganz versunken in ihr gutes Gefühl!

Coach: „Na, hat dir das gefallen?“

Amelie „wacht auf“ und nickt heftig mit dem Kopf!

Coach: „Magst du noch etwas mit mir malen? Ich habe hier den Grundriss von deinem neuen Zimmer. Dein Papa hat mir erzählt, ihr zieht demnächst um?“

Amelie: „Ja, Papa hat ein neues Haus gekauft. Mit einem großen Garten und vielen Blumen!“

Coach: „Weißt du was? Ich habe eine Idee. Du zeichnest jetzt einfach schon mal deine Möbel in den Plan. Dann wissen die Erwachsenen, wo sie sie hinstellen sollen, wenn ihr umzieht!“

Amelie *nickt, nimmt einen Stift, beugt sich über den Plan, fängt an zu zeichnen und erklärt dabei*: „Das ist mein Schreibtisch. Der soll ans Fenster. Und das Regal steht an der Wand. Und meine Puppenecke soll dahin. Ach so, der Schrank mit den Anzieh-sachen kann an die andere Wand. Der Drehstuhl soll vor den Schreibtisch, und da kommt meine Spielecke hin.“ Dann ruft sie stolz: „Fertig!“

Coach: „Das sieht gut aus, aber irgendetwas fehlt noch?“

Amelie *schüttelt den Kopf*: „Alles da!“

Coach: „Da fehlt doch noch dein Bett? Du brauchst doch auch ein Bett zum Schlafen?“

Amelie erstarrt. Dann schüttelt sie langsam den Kopf. Sie sieht jetzt traurig aus.

Coach: „Amelie, darf ich, wie eben auch, etwas testen? Und du hilfst mir dabei? Und wenn wir etwas finden,

machen wir das weg. Wie eben auch! Okay?“

Amelie schaut mich mit großen Augen an. Ich sehe die Andeutung eines Nickens. Dann ermitteln wir, was mit dem Phänomen „Bett“ los ist und stoßen auf Spiegelneuronen im Zusammenhang mit der Geburt. Wir bearbeiten *Angst vor Verlust, Schock, Entsetzen, Verantwortung, Verzweiflung, Hilflosigkeit, Ausgeliefertsein*. Amelie liegt danach im Sessel und wirkt müde.

Coach: „Jetzt bist du bestimmt müde.“

Amelie nickt.

Coach: „Magst du deine Zeichnung jetzt mitnehmen? Du kannst sie auch zu Hause weitermalen.“

Amelie setzt sich wieder auf, schaut auf die Zeichnung, nimmt den Stift und malt ein großes Rechteck mitten ins Zimmer. Sie legt den Stift weg und fängt an, das Blatt zusammenzufalten.

Coach: „Ist sie jetzt fertig?“

Amelie nickt, steht auf, nimmt das gefaltete Blatt und fragt: „Wo ist Mama?“

Ich stehe sofort auf und gehe mit Amelie in die Lobby, wo die Eltern auf uns warten. Amelie stürmt auf ihre Mutter zu und nimmt sie fest in den Arm. Klientin: „Na, geht es dir gut, Amelie? Alles in Ordnung? Ich habe dich so lieb!“

Amelie nickt.

Klientin: „Und morgen fahren wir zum Reiterhof! Du bleibst ein paar Tage bei den Pferden und Papa und ich machen einen Ausflug auf die Insel. Was meinst du?“

Amelie fängt wieder an zu strahlen und hört gar nicht mehr auf, mit dem Kopf zu nicken.

Nachspann:

Ich habe noch an demselben Tag auch mit Frau Schulz gearbeitet und im Zusammenhang mit Amelies Geburt die gleichen Emotionen ermittelt wie bei ihrer Tochter – vor allen Dingen *Angst vor Verlust*. Sie berichtete von einer sehr schweren gefährlichen Geburt mit Reanimation des Babys und langer Liegezeit für Mutter und Kind auf der Intensivstation.

Drei Wochen später ruft mich ein überglücklicher Vater an und berichtet mir, dass Amelie jetzt tatsächlich allein in ihrem Zimmer schläft. Sie mussten nur seltsamerweise das Bett mitten ins Zimmer rücken und haben zusätzlich noch ein kleines Nachtlcht an der Tür installiert.

Wunderbar für die ganze Familie, wenn Kinder unternehmungslustig werden!



<https://www.youtube.com/watch?v=aunMtmgqa-o>



© Photo- und Bilderwerk

Gabriele Lönne

Senior Consultant BGM,
Master Coach SHB,
HP (Psychotherapie),
Trainerin, Autorin:

„Intrinsische Resilienz – Die

emotionale Firewall des Unterbewusstseins“ (bookboon); „ENDLICH FREI von Angst, Panik, Depressionen ...!“ (über Amazon erhältlich).

www.loenne.info