

Leitfaden zum Bearbeiten von Übertragung

Indikation: In der therapeutischen Beziehung wird eine negative Übertragung vermutet.

Klient:in schildert eigene Körperempfindungen, Emotionen und Kognitionen im Kontakt zu Therapeut:in. Falls die Person diesbezüglich Hemmungen hat, kann man ihr ein leeres Kissen gegenübersetzen, welches symbolisch für Therapeut:in steht. Therapeut:in kann dadurch selbst neben die Person sitzen und sie darin unterstützen, ihr Erleben dem imaginierten Therapeuten / der imaginierten Therapeutin auf dem Kissen mitzuteilen und zuzumuten.

Therapeut:in sitzt auf das der Person gegenüberliegende Kissen, anerkennt den eigenen Anteil und übernimmt Verantwortung dafür.

Danach legt er:sie ein weiteres Kissen hin und fragt, wer sonst noch auf diesem Platz sitzen könnte oder wem gegenüber die Person sich ähnlich gefühlt habe. Therapeut:in erfragt das gefühlte Alter im Kontakt mit dieser Person, allenfalls erinnerte Situationen und die Erlebensdimensionen. Ab dieser Sequenz sitzt Th nicht mehr der Person direkt gegenüber, sondern wie üblich beim Gestaltdialog daneben, um den verbalen und emotionalen Ausdruck im Kontakt mit der Person aus der Herkunftsgeschichte zu unterstützen.

Therapeut:in unterstützt Klient:in, die wahrgenommenen Gefühle, Gedanken und Impulse dieser Person gegenüber auszudrücken.

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