

# Verkörperung von Grundbedürfnissen

## 1. PLATZ

- ✚ Grundkonstellation: iE und Erweiterungsfiguren
- ✚ auf Körpersignale achten – dort berühren
- ✚ ego-wrapping mit Decken oder Personen
- ✚ gesehen werden – Blickkontakt und Stimme
- ✚ Platz im Herzen, im Bewusstsein der iE
- ✚ gewünscht, angenommen, verwurzelt
- ✚ Atmung – Ausweitung, Herzschlag – Ohr am Herzen der iE
- ✚ den eigenen Platz und Raum erhalten – Decke als Platz
- ✚ iE testen und sie wegdrücken – standhalten
- ✚ Geburtsszene

## 2. NAHRUNG

- ✚ Körperbereiche, die mit Nahrung zu tun haben, berühren – auch innere Organe wie Magen, Bauch, Darm – aber auch Aufnahmeorgane wie Lunge
- ✚ vor allem Mund und Saugreflex bei Mundbewegungen – am Handballen saugen
- ✚ Liebe und Zuwendung statt Süßigkeiten
- ✚ Einverleibung (stillen) der iM – Muttermilch – Bedeutung für den Säugling und Milch als Teil der Welt
- ✚ iV Luft anhauchen
- ✚ gebende und anerkennende Blicke
- ✚ Hautfläche als Rezeptor für den inneren Wert

### 3. UNTERSTÜTZUNG

- ✚ Entdeckungsdrang des Klienten unterstützen, indem der Klient Dinge im Raum erkundet und Hindernisse überwindet. IV und Klient gehen Hand in Hand, IV folgt aber dem Klienten, lässt ihm seinen Freiraum.
- ✚ IE stehen, Klient sitzt auf dem Boden, Knie angewinkelt. Er nimmt eventuell die Hände der IE, guckt nach oben. Eventuell für Erweiterungsfiguren an den Füßen sorgen, die die Füße seitlich umfassen, auch seitliche Begrenzung für die Knie.
- ✚ IE stehen, Klient sitzt auf einem Sitzsack. Dadurch ist er höher und hat Kontakt mit dem Bauch der IE, der weich ist, weicher als die Beine. Eventuell sind die Hände der IE zusätzlich auf dem Kopf des Klienten im Sinne von segnen, oder auf den Schultern. Für Blickkontakt sorgen! Immer wieder freundlich auffordern zum Austesten.
- ✚ Klient sitzt auf dem Rücken vom IV, der Hund oder Pferd spielt, sich auch einmal aufbäumt, ohne seinen Reiter abzuwerfen. IM ist dabei. „Wenn ich IV gewesen wäre, dann hätten wir so gespielt. IM: „Und ich hätte es genossen.“
- ✚ Klient sitzt auf den Händen von IE, die zu einer Bank geformt sind. Sie gehen in die Knie, damit der Klient aufsitzen kann.
- ✚ Klient wird in der Waagrechten getragen. IE stehen am Kopfende. Klient lehnt sich mit dem Rücken zurück, IE stehen dort zu beiden Seiten, fassen sich an den Handgelenken, Schwerste Stelle ist unter dem Po. Es werden ca. 6 Erweiterungsfiguren gebraucht. Dann auf Kommando anheben und auf Kommando fallen lassen auf die ursprüngliche Höhe. 3x (Erstaunen, befriedigte Erwartung, Genuss).

#### 4. SCHUTZ – wie im Uterus – auf Indikation achten

- + Einen Schild bilden gegen etwas. Um das zu gewährleisten, kehren die IE ihren Rücken zum Klienten. Sie wehren die Gefahr von außen ab. Es geht aber auch um das Austesten der Schutzfunktion von IE.
- + Die Hände der Schutzfiguren können abwehrend ausgestreckt werden, so dass der Klient sie seitlich sehen kann.
- + Klient kann durch die Löcher gucken, oder an den Schultern anlehnen.
- + Klient kann mit Kraft gegen die Rücken drücken, ob IE standhalten.
- + Klient steht zugewandt zu den IE, deren Hände auf der Brust des Klienten liegen. Das hat auch eine bestätigende Bedeutung.
- + Brust und Bauch sind sehr verletzlich, IE können seitlich stehen.
- + Erweiterungsfiguren (auch mit Decke – in einer Höhe! – um die Gefahren von außen abzuwehren.
- + IE binden den Klienten in die Decke ein, halten sie hinten zusammen (wie ego-skin).
- + Klient hockt sich hinter die IE, guckt durch die Löcher zwischen den Beinen, *testet*, ob er sie auseinanderkriegt. Eventuell für Erweiterungsfiguren sorgen.
- + Ideale Figuren als Schutzwall

## **5. Grenzen – wie im Uterus – auf Indikation achten**

- ✚ In einer IE-Übung kann der Fokus auf Limitierung sein. Es geht darum, die Kraft des Klienten willkommen zu heißen. Sie ist nicht gefährlich. Dabei sind oft Erweiterungsfiguren nötig, was die Teamarbeit erfordert und begünstigt.
- ✚ Kontrakt zwischen Klient, Akkommodatoren und Therapeut. Stopp-Vertrag. Test mit verminderter Kraft, Absprache des Ziels. Die Sprache ist positiv. Sicherheit und Schutz werden so stimuliert. Vorsicht bei körperlichen Beeinträchtigungen!
- ✚ Wenn jemand keine Rolle haben möchte, soll er das vorher ankündigen. Der erste Schritt ist, den Plan vom Klienten zu erkunden bzw. für Ausführbarkeit seines Ziels sorgen. Was möchtest du ausprobieren (heitere, einladende Tonalität)? Wie sieht das körperlich aus? Der Kontrakt besteht darin, dass die IE mit limitierender Qualität nur das machen, was du möchtest, dass alles gut läuft, dass du zur rechten Zeit das bekommst, was du damals gebraucht hättest.
- ✚ die IE auseinanderdrücken bei mangelnder Triangulierung
- ✚ Die Kraft soll gehalten und wertgeschätzt werden
- ✚ Selbstbehauptung und Verteidigung mit Aggressionen – Validierung der Kräfte
- ✚ Klient spürt, welche Impulse kommen
- ✚ „Du könntest versuchen, uns zu verletzen, aber wir würden das nicht zulassen. Es ist ok, dass du es versuchen willst, aber wir lassen es nicht zu.“ Auch lautmäßig die passende Antwort suchen.
- ✚ Trauma – Akkommodation
- ✚ Hand an Stirn