

Imagination zum „Distanzierten Beschützermodus“

Info: Diese Imagination kann man durchführen, wenn der Patient sich gegen das Zulassen von Bildern und Gefühlen wehrt.

Start: Spüren Sie mal genau hin. Gibt es da etwas, was sich in Ihnen gegen die Bilder, gegen die Gefühle sträubt?

Wenn ja, wie fühlt sich das an? Wenn Sie sich dieses Gefühl vor Ihrem inneren Auge bildhaft vorstellen, wie sieht es aus? Ist es eher wie eine Mauer oder wie eine Nebelwand? Beschreiben Sie es mir.

Wovor schützt die Wand?

Stellen Sie sich jetzt mal die kleine ... (**Name**) vor. Wo befindet sie sich in dem Bild? Was macht sie? Stellen Sie sich jetzt vor, Sie sind die kleine Martina. Wie fühlen Sie sich?

Wo nach sehnen Sie sich?