

Boeff

Neue Counseltechniken  
von Harvey Jackins, 1997  
übersetzt von Andrea Boettcher

### Das Realitätsabkommen

Dieses Vorgehen funktioniert sehr gut. Viele Leute können, wenn sie erst einmal damit angefangen haben, noch lange nach den Sitzungen weiter entlasten, während sie mit anderen Dingen beschäftigt sind.

Die Counselerin sagt etwa Folgendes:

„Für diese Arbeit ist es notwendig, dass wir beide, du und ich, darin übereinstimmen, dass die tatsächliche Realität über das Universum vollkommen anders ist als die Pseudorealität, die uns als Ersatz für die Realität angeboten wird. Bist du damit einverstanden?“ Die Counselerin wartet geduldig, während die Klientin die Frage bedenkt, und wenn es Fragen gibt, beantwortet sie diese. Wenn die Klientin zugestimmt hat, sagt die Counselerin: „Es ist auch notwendig, wenn wir darin übereinstimmen, dass der Teil der Realität, der aus dir besteht, völlig eigenständig und von der Pseudorealität, die die Kultur der unterdrückerischen Gesellschaft, die Unterdrückungen, die Muster und die Fehlinformationen, die uns als Beschreibung deiner Person angeboten wurden, verschieden ist; dass die tatsächliche Realität über dich vollständig von dieser Pseudorealität verschieden ist. Stimmen wir darin überein?“ Wenn die Klientin das in ihrem Verstand geklärt hat und zustimmt, sagt die Counselerin: „Ich werde dir nun einige Fragen stellen. Ich brauche deine Zustimmung, dass du nur von der Realität her antwortest und der Pseudorealität in deiner Antwort keinen Platz einräumst. Bist du damit einverstanden?“

Wenn die Klientin zustimmt, stellt die Counselerin der Klientin, entspannt aber mit klarer Aufmerksamkeit für die Klientin, eine Folge von grundsätzlichen Fragen über sich. Eine gute Anfrage ist: „Wie gut bist du?“ Die Counselerin wartet die Antwort der Klientin ab, lässt jegliche Entlastung geschehen, und falls die Klientin irgendwelche Zurückhaltung ausdrückt wie beispielsweise „ich bin größtenteils gut“ oder „ich bin oft gut“, dann erinnert die Counselerin die Klientin daran, dass ihre Antwort die tatsächliche Realität widerspiegeln sollte, und bittet wenn nötig die Klientin: „Kannst du sagen, dass du vollkommen gut bist?“ Wenn die Klientin sich an die Abmachung hält, werden oft Tage über Tage der Entlastung hervorgehoben, sogar, wenn sie nicht mehr bei der Counselerin ist oder ihren gewohnten Beschäftigungen nachgeht.

Fragen, die sich als nützlich herausgestellt haben: „Wie unschuldig bist du?“ „Wie rein bist du?“ „Wie kompetent bist du?“ „Wie intelligent bist du?“ „Wie mächtig bist du?“ usw. Die Counseler können sich viele gute Fragen über die Realität der Klienten ausdenken.

Nocheinmal: Diese Vorgehensweise pflegt einen tiefen und anhaltenden Effekt auf das Wiederauftauchen der Klienten zu haben.