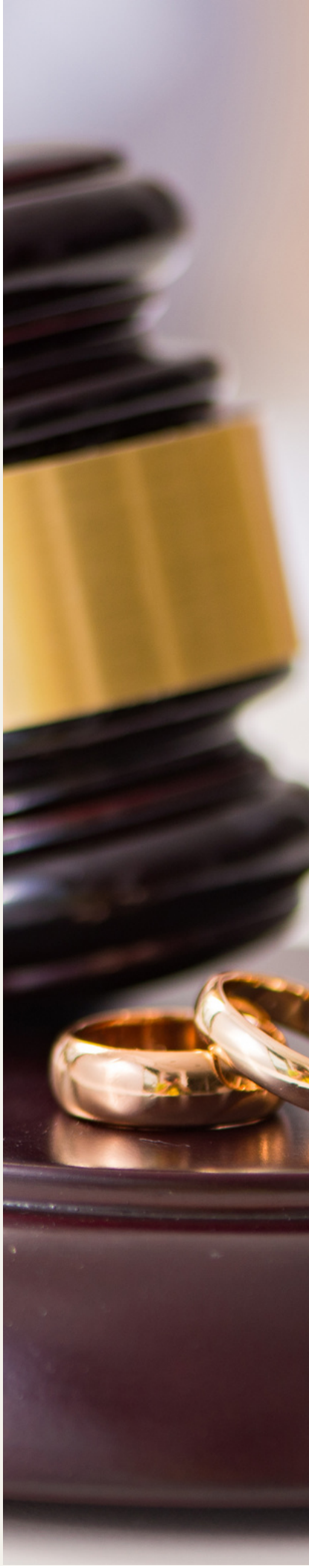
MENTORING
ERFAHRUNGSBERICHT

5 X VIA ZOMM



"**Ich hatte das Glück**, Beatrix im Rahmen ihrer Ausbildung kennen zu lernen. Beatrix hört sehr genau zu, fasst das Gespräch am Ende zusammen, setzt es in einen hermetischen Kontext und lenkt den Blick auf anzustrebende Verhaltensweisen.

Unsere Gespräche bewegten sich überwiegend im Kontext meiner gegenwärtigen Lebenssituation: Trennung nach 33-jähriger Partnerschaft und Ehe. Ich liebte meine Frau sehr, jedoch ist ein weiteres Zusammenleben nicht möglich aufgrund der Beschränkungen, die sie mir in krankhafter Weise im gesamten Umfeld auferlegt, ihrer übersteigerten Dominanz, der Unfähigkeit zu rationalen Gesprächen, welche unmittelbar in Emotionalität übergehen, sowie dem Unvermögen zur Einsicht, dass ihr Zustand krankhaft ist und sie Hilfe benötigt. Die nunmehr zwei Jahre andauernde Trennung ist für mich ein schwieriger Prozess und mit Trauer um meine Frau verbunden, da ich ihren Zusatnd als krankhaft betrachte.

Ich lebte mit einem Gefühl von Schuld, durch welche ich mir selbst Beschränkungen auferlegte. Ursächlich dafür war die innerlich nicht vollzogene Trennung von meiner Frau. Die Möglichkeit, die ein selbstbestimmtes Leben bietet, nutzte ich dadurch nur eingeschränkt.

Im Gespräch mit Beatrix wurden für mich all diese Dinge klar, rückten an die Oberfläche des Bewusstseins und wurden dadurch erst rational zugänglich.

Das Gefühl von Schuld konnte ich durch rationale Verantwortung ersetzen, was tatsächlich sehr befreiend ist und in Handlung umgesetzt werden kann. Die Frage was fühle ich wurde aufgeworfen, wo liegen meine Grenzen, habe ich welche? Habe ich meine Grenzen formuliert, werden sie respektiert, besteht ein Gleichgewicht? Die Frage, darf ich auch mal wütend sein, etwas was ich mir selbst versage und in Trauer ableite.

Weitgehend half mir Beatrix dabei herauszufinden, worin ich mich eigentlich beschränkt fühle, was würde ich machen, wenn ich keine Beschränkungen fühlen würde?

In diesem Zusammenhang ermunterte sie mich soziale Kontakte zu pflegen, alte Freundschaften wieder aufzunehmen, mit Neugierde, Achtsamkeit und einem positiven Gefühl meinem neuen Leben entgegen zu gehen. Dafür spreche ich Beatrix meinen grossen Dank aus.

Beatrix ist sehr authentisch, man fühlt deutlich, dass sie das was sie vermittelt, selbst lebt."

Norbert, Nördliches Emsland

ReflexionsForum
für Neuzeitliches Denken