

Erfahrungen einer Klientin:

*„Da ich in den Sechziger Jahren geboren bin, habe ich sehr unterschiedliche Einflüsse erlebt. Einerseits war dies der Zeitpunkt, in dem das Schlanksein zum Schönheitsideal erhoben wurde. Meine Mutter war extrem schlank und „Dick-Sein“ war für sie ein Gräuel. Andererseits stand ich unter dem Einfluss meiner Großmutter, einer starken Persönlichkeit, die schlanke Menschen abwertete. Für sie, die durch den Krieg und Hungerszeiten geprägt war, waren allzu schlanke Menschen „Hungerleider“. Ich selbst war weder extrem schlank, noch dick und schaue ich heute Kinderfotos an, hatte ich einfach einen „normalen“ Körper. Dennoch wurde ich einerseits zu Hause „Dicksche“ genannt, während meine Großmutter meinte: „Du bist so dünn, bei dir kann man das Vater- Unser durch die Rippen pusten“. Es war für mich äußerst schwierig festzustellen, wer nun „Recht hatte“. Diese Verunsicherung prägte mich und es war eigentlich egal, welchem „Bild“ ich entsprach oder entsprechen wollte. Das Grundgefühl, das sich mir einprägte war: **„ich stimme nicht“**. Ich verinnerlichte, dass mein Körper korrekturbedürftig ist. Ich erfuhr, dass der Körper in gute und schlechte Bereiche eingeteilt wird und meine „Problemzonen“ beschämten mich.....“*

Erfahrungen zur systematischen Körperbildarbeit:

„.....Die Bilder, die für die einzelnen Körperteile entstanden, ermöglichten mir den Zugang zu verschütteten Gefühlen. Und diese veränderten sich im Laufe des Prozesses. So wurde ein schmerzhaftes Erlebnis, das ich als „schwarzen Blitz, der sich durch den gesamten Körper zog“, einzeichnete, zur Narbe einer kraftvollen Löwin, die sich in meinem ungeliebten Bauch, meiner „Problemzone“ befand. Ich spürte die Kraft dieser Löwin und ihre Narbe wurde für mich Ausdruck ihrer Erfahrungen. Ich hätte mir meine Löwin nicht ohne diese Narbe vorstellen können.....“