

# Eine Kopie der Großmutter

## Meine Chefin stärkt mir nicht den Rücken

Von Anita Stogel

Vor mir sitzt Nicole. Ich betrachte immer wieder die kraftvollen und ebenmäßigen Gesichtszüge meiner Klientin. Ihre blauen Augen strahlen voll Wärme und Energie. Nur wenn ich tiefer blicke, entdecke ich Trauer.

Als Bereichsleiterin eines internationalen Unternehmens in Namibia trägt sie große Verantwortung. „Anita, ich habe einen Abteilungsleiter in meinem Team, John, über den ich mich immer wieder ärgere. Ich werde richtig wütend. Und das will ich nicht.“ Ich begleite Nicole seit drei Jahren und schon immer war sie kritisch mit sich und selbstreflektiert und mit einem ausgeprägten Drang, ihre Persönlichkeit und ihr Verhalten immer weiter zu verfeinern.

„Er hält sich nicht an Abmachungen, ist nicht fassbar und handelt nicht verantwortlich.“ Nicoles Sprache ist gewählt und kontrolliert. Gleichwohl merke ich eine leichte Rötung an ihrem Hals. „John hat ein gutes Standing bei der Geschäftsführerin. Wann immer ich das unprofessionelle Verhalten Johns zur Sprache bringe, vermeidet meine Chefin das Thema und sagt, das sei doch alles nicht so schlimm, ich solle mich nicht so haben. Das macht mich dann noch wütender.“ Ich lasse die Energie der Worte auf mich wirken.

Wütend sein kann nur wer sich hilflos fühlt. Wut und das Gefühl der Hilflosigkeit gehören zusammen. Hilflos aber ist nur ein Kind - ein Erwachsener ist nie hilflos und hat immer Handlungsoptionen. Wenn eine 45-jährige Frau in ein Kindergefühl sinkt, dann hat das nicht mit ihrer gegenwärtigen Arbeitssituation zu tun. Die gegenwärtige Situation ist nur der Auslöser, nicht der Grund. Und oft begegnen wir Menschen, die genau die Wunde aufplatzen lassen, die seit der Kindheit nicht gut verheilt ist. Es können selbst erfahrene Wunden sein oder alte Wunden des eigenen Systems. Ein System ist eine Familie, eine Firma, ein Team, ein Sportverein etc. Es gibt gesunde Systeme, mit wenig oder nur leichte Verletzungen und solche Systeme, die schwere Verletzungen erlitten haben. Jedes Mitglied eines Systems kann das zu spüren bekommen, ohne überhaupt um diese Ursachen zu wissen. Oft bringen erst intensive Nachforschungen über die Ahnenreihe und deren Biographie die Wahrheit ans Licht. Aber manchmal haben wir Glück und wir finden den Ursprung der belastenden Situationen. Dann darf die Heilung beginnen und die Belastung hat ein Ende. Ich warte. Wir sind von einem Feld der Energie und des Vertrauens umgeben. Es ist wichtig, diesen Raum zu schaffen und zu halten. Dieser Raum ermöglicht der Wahrheit sich zu zeigen und zu wirken. „Woher kennst du das Gefühl?“ „So wurde ich von meiner Stiefmutter

behandelt. Meine Eltern ließen sich scheiden, als ich sieben Jahre war und ab da war meine Stiefmutter Angela mein weiblicher Bezugspunkt.“ Ich spüre, dass da ein Schmerz über eine verlorene Kindheit ist, aber es ist mehr ein Hauch als ein Erdbeben. Es ist eine bereits vielfach erzählte Version des eigenen Lebens. Die schwierige Kindheit scheint gut verarbeitet worden zu sein. Ich schaue Nicole fest in die Augen und halte weiterhin den Raum. Nach einer Pause sage ich langsam und mit weicher Stimme „Wem erging es ebenso in deiner Familie?“ Das ist ein entscheidender Moment für mich als Coach: Ich konzentriere mich vollkommen auf meine Klientin. Nein, nicht auf meine Klientin - vielmehr auf ihr höheres Selbst, das eine Botschaft für uns bereithält. Innerhalb einer Sekunde bekommt Nicole feuchte Augen und sagt „Meiner Oma Annie erging es genauso, nur schlimmer.“ Und dann dürfen endlich die Tränen fließen. Es sind die Tränen der Großmutter, die als Kind in Patchworkfamilien hin und her geschubst wurde und von allen wie eine Dienstmagd behandelt wurde. Keiner hatte hinter ihr gestanden. Keiner hatte sie ernst genommen. Es hieß nur immer: „Hab' dich nicht so.“ Meine Klientin spürt den Schmerz der Großmutter und erkennt, dass es die Gefühle der Großmutter sind, die sie in gewissen Situationen selbst empfindet. Diese Gefühle überwältigen sie auch in den Gesprächen mit ihrer Chefin.

Wir vereinbaren, dass Nicole ein Ritual zu Ehren der Großmutter durchführen wird, um ihre Ahnin zu würdigen. Während ich mit Nicole ein gefühlsvolles, würdiges Ritual entwerfe, das sie im anstehenden Urlaub vollziehen wird, kommt mehr und mehr Freude und Leichtigkeit in Nicoles Antlitz. Auch wird sie das Grab der Oma ab jetzt mit einer noch größeren Achtung und Liebe pflegen.

Ich bin hoffnungsvoll, dass sich das Thema „Meine Chefin stärkt mir nicht den Rücken“ damit innerhalb weniger Wochen auflösen wird. Es war nur ein Fingerzeig hin auf das ungesehene Schicksal der Großmutter.

### ■ Aufruf und Infos zur Autorin

Liebe Leserinnen und Leser: Kennen Sie das Gefühl, nicht Sie selbst zu sein? Neben sich zu stehen? Eine andere zu sein? Teilen Sie gerne Ihre Erfahrungen. Und Schreiben Sie uns Ihre Anregungen für weitere Themen in dieser Rubrik. E-Mail: [forum@waelischmiller-druck.de](mailto:forum@waelischmiller-druck.de).

Anita Maria Stogel ist Inhaberin der Business Coaching Academy in Dingolfing. Die erfolgreiche Coachin und ihr Team helfen, Leben und Arbeit leichter zu gestalten. Seminare, Coaching, Beratung: [www.business-coaching-academy.de](http://www.business-coaching-academy.de).