

Grundlegende Imago Theorie für Imago Weiterbildungen

Im Kern sind wir Energie und in unserem natürlichen Zustand sind wir entspannt und voller Freude. Trennung, obwohl ein weitverbreiteter Mythos unserer Kultur, ist eine Illusion.

Die Imago Theorie stellt einen Paradigmenwechsel dar hin zu einem Ansatz, der voll und ganz auf Beziehungen aufbaut. Durch diese Brille sehen Imago TherapeutInnen Paare als Partner, die nach Verbindung streben, selbst dann, wenn es nicht so aussieht, wenn sie in unsere Praxen kommen. Beziehungsmuster bestehen aus dem Erleben von Verbindung, Bruch und Trennung, worauf Wiederaufbau und Wiederverbindung folgen.

Es sind das Erleben von Trennung und jene Verhaltensweisen, die vor dieser Trennung schützen sollen, die Paaren Probleme bereiten. Imago nennt dieses Erleben von Trennung eine Wunde oder Verwundbarkeit und dieses Erleben stellt eine Wiederholung von früheren Trennungserfahrungen mit Eltern oder anderen Betreuungspersonen dar.

Eine Wunde wird in diesem Sinne am passendsten als eine Störung des ausgeglichenen, neutralen, rhythmischen Pulsierens der Energie beschrieben und unser primäres (meist unbewusstes) Ziel ist es, die Ganzheit und Lebendigkeit unserer Kernenergie, sprich den Kern unseres Selbsts, wiederherzustellen. All unsere Verhaltensweisen sind darauf ausgerichtet (entweder bewusst und/oder unbewusst), unsere Existenz zu sichern, unsere Lebendigkeit wiederzuerlangen und unsere Lebendigkeit auszudrücken.

Dieses Ziel wird auch in unserer Partnerwahl sichtbar. Wir wählen einen Partner, der in seinen Persönlichkeitseigenschaften unseren Eltern oder anderen wichtigen Bezugspersonen in unserer Kindheit und Jugend ähnelt, wodurch wir in unserer Liebesbeziehung sowohl positive als auch negative emotionale Erfahrungen unserer Kindheit wiederholen. Wenn Partner also Emotionen dieser frühen Kindheitserfahrungen hervorrufen und auslösen, sind diese Partner auch in der Lage, sich gegenseitig zu heilen.

Der Grund dafür ist, dass Heilung in der selben emotionalen Umgebung möglich ist, in der auch die Verletzung erlebt wurde. Um Heilung zu erreichen, brauchen die Partner eine Struktur, die es ihnen ermöglicht zu wachsen, um die Bedürfnisse des anderen befriedigen zu können. Dieses Wachstum bedeutet, dass die Partner sich dehnen (inkl. der Aufforderung zur Verhaltensänderung) und in ihr verlorenes und verleugnetes Selbst hineinwachsen. Dieser Prozess ermöglicht es Partnern, lebendigere Individuen zu werden und ihren entspannten und glücklichen Grundzustand, Verbindung und persönliche Ganzheitlichkeit wiederzuerlangen.

Der Imago Dialog ist jene Imago Struktur, die dieses Wachstum erleichtern soll. Dieser Dialog ist das wichtigste Kommunikationswerkzeug, um Partner zu einer Wiederverbindung zu verhelfen. Er unterstützt Paare durch eine sichere Struktur dabei, mit vergangenen, gegenwärtigen und zukünftigen Probleme und Emotionen umzugehen. Der dialogische Prozess ermöglicht es Partnern, die Differenzierung zu vertiefen, mit dem Verständnis, dass während der andere fremd und abgetrennt wirkt, Mitgefühl für den anderen dabei hilft, die Wahrnehmung des anderen über die Welt und die Beziehung zu verstehen.

Die Imago Theorie fasst menschliche Erfahrung in vier Reisen zusammen:

1. Die kosmische Reise der pulsierenden Energie, die uns alle verbindet und als Entspannung und Freude sichtbar wird.
2. Die evolutionäre Reise, die den Fokus auf Sicherheit, Rückgewinnung unseres Sinnes der vollständigen Lebendigkeit und das Erleben, diese Lebendigkeit auszudrücken, legt
3. Die soziale Reise, um in unser verlorenes und verleugnetes Selbst zu wachsen
4. Die psychologische Reise des Erlebens, durch Beziehungen verwundet und geheilt zu werden und die Aufgabe der Differenzierung