



PSYCHOGENETIK
Maria Hardenberg

Psychogenetik – Wie ist das möglich?

©nach Maria Hardenberg

Eine der häufigsten Fragen, die sich Menschen bei mir in der Praxis stellen, lautet: Wie ist es möglich, dass die psychogenetische Methode das emotionale und mentale Erbgut eines Menschen sichtbar machen kann?

Die psychogenetische Methode, mit der ich arbeite, hat sich über mehr als dreißig Jahre praktischer Arbeit entwickelt. In dieser Zeit ist eine klare Struktur entstanden, die der psychogenetischen Prozessarbeit zugrunde liegt.

Der emotionale und mentale Energiekörper

Eine grundlegende Annahme meiner Arbeit ist, dass jeder Mensch neben seinem physischen Körper auch über eine emotionale und mentale Ebene der Wahrnehmung verfügt.

Diese Ebene zeigt sich auch im Alltag: Menschen können häufig die Ausstrahlung anderer intuitiv wahrnehmen, selbst wenn sie sich noch nie zuvor begegnet sind.

Oft entsteht innerhalb weniger Sekunden ein Gefühl dafür,

- ob uns jemand sympathisch ist
- ob wir uns in der Nähe einer Person wohl oder unwohl fühlen
- ob eine Begegnung Vertrauen oder Vorsicht auslöst

Diese intuitive Wahrnehmung bildet eine wichtige Grundlage für meine Arbeit.

Der Ablauf der psychogenetischen Arbeit

Um einen Einblick in die praktische Vorgehensweise zu geben, lässt sich der Prozess in mehrere Schritte unterteilen.

1. Das Vorgespräch

Zu Beginn findet ein Gespräch mit dem Klienten statt. Hier schildert er seine aktuelle Lebenssituation und das Anliegen, mit dem er kommt.

In diesem Rahmen erfolgt auch eine kurze biografische Reflexion sowie eine Betrachtung der gegenwärtigen Herausforderungen im Leben des Klienten.



2. Die Phase der Zentrierung

Im Anschluss folgt eine gemeinsame Phase der Zentrierung von etwa zwanzig Minuten. Der Klient reflektiert mit geschlossenen Augen bestimmte Zusammenhänge seines Lebens. Gleichzeitig konzentriere ich mich auf den Klienten und trete innerlich in einen Zustand der Sammlung und Offenheit.

Man könnte sagen: Meine eigene Persönlichkeit tritt dabei bewusst in den Hintergrund.

3. Die Identifikation

Das zentrale Element der psychogenetischen Arbeit ist die sogenannte „Identifikation“. Nachdem der Klient sein Einverständnis gegeben hat und mir Name sowie Geburtsdatum genannt hat, beginne ich mit der Identifikation.

Dabei trete ich in einen Zustand, den ich als „neutrales Bewusstsein“ bezeichne. In diesem Zustand versuche ich, mich auf die innere Wirklichkeit des Klienten einzustimmen. Ich nehme stellvertretend wahr, welche emotionalen und mentalen Informationen aktuell im Leben des Klienten wirken können und beginne, mögliche psychogenetische Einflüsse zu benennen.

Diese Wahrnehmungen formuliere ich in Worte und Zusammenhänge. Die Aussagen werden dokumentiert und bilden die Grundlage für die weitere Arbeit mit dem Klienten.

Die weitere Prozessarbeit

Auf Grundlage der Identifikation folgt die eigentliche psychogenetische Prozessarbeit.

Diese umfasst unter anderem:

- das Verstehen der erkannten Informationen
- die Reflexion ihrer Bedeutung für das aktuelle Leben
- das Erkennen der Wirkung dieser Muster
- sowie die anschließende Loslösung von belastenden Informationen

Dieser Schritt wird in der psychogenetischen Arbeit als „Separation“ bezeichnet.

Im Anschluss kann eine Neuorientierung entstehen – hin zu konstruktiven und selbstbestimmten Lebensentscheidungen.

Eine berechtigte Frage

Viele Menschen stellen an dieser Stelle die Frage: Wie kann es möglich sein, dass solche Informationen ohne technische Hilfsmittel wahrgenommen werden? Es ist eine berechtigte und verständliche Frage. Manche Menschen sprechen in diesem Zusammenhang von



Intuition, andere von Empathie oder einem besonders ausgeprägten Einfühlungsvermögen. Auch Begriffe wie Bauchgefühl oder „sechster Sinn“ werden manchmal verwendet.

Mögliche Erklärungsansätze

Ein möglicher wissenschaftlicher Ansatz könnte im Bereich der Spiegelneuronen liegen. Spiegelneuronen sind Nervenzellen im Gehirn, die es Menschen ermöglichen, Gefühle anderer Menschen nachzuvollziehen und emotional mitzuerleben.

Sie spielen eine zentrale Rolle für:

- Empathie
- Mitgefühl
- emotionale Resonanz

Spiegelneuronen - Sympathie- oder Empathieuronen



Über dieses System können wir beispielsweise Freude, Schmerz oder Trauer eines anderen Menschen innerlich miterleben.

Ob und in welchem Umfang dieses neuronale System auch bei der psychogenetischen Arbeit eine Rolle spielt, lässt sich derzeit nicht eindeutig beantworten. Dennoch könnte es ein möglicher Ansatz sein, bestimmte Wahrnehmungsprozesse zu erklären.

Das neutrale Bewusstsein

Eine wichtige Grundlage meiner Arbeit ist ein innerer Zustand, den ich „neutrales Bewusstsein“ nenne. Darunter verstehe ich einen Zustand der Wahrnehmung, der frei ist von Bewertung, Interpretation oder persönlichen Erwartungen.

In diesem Zustand versuche ich, Informationen aufzunehmen, ohne sie sofort einzuordnen oder zu bewerten. Es handelt sich um ein offenes, beobachtendes Bewusstsein – ein Zustand, in dem Wahrnehmungen zunächst einfach registriert werden dürfen.

Dieser Zustand ermöglicht es mir, mich vollständig auf den Klienten und seine aktuelle Situation einzustimmen.



PSYCHOGENETIK Maria Hardenberg

Die Frage nach dem Ursprung der Informationen

Eine weitere spannende Frage lautet: Wo sind diese Informationen im Menschen eigentlich gespeichert? Darauf gibt es derzeit keine abschließende wissenschaftliche Antwort.

Man könnte jedoch darüber nachdenken, ob unser Gehirn möglicherweise auch biografische und familiäre Erinnerungsstrukturen speichert, die über Generationen hinweg wirken. Ob es eines Tages wissenschaftliche Modelle geben wird, die solche Zusammenhänge erklären können, bleibt offen.

Der praktische Nutzen

Für mich persönlich steht letztlich nicht die theoretische Erklärung im Mittelpunkt, sondern der praktische Nutzen. In meiner Arbeit erlebe ich immer wieder, dass Menschen durch psychogenetische Prozessarbeit neue Einsichten über ihr Leben gewinnen und Zusammenhänge erkennen, die zuvor verborgen waren.

Diese Erkenntnisse können dazu beitragen,

- persönliche Muster zu verstehen
- belastende Wiederholungen zu durchbrechen
- und neue Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln

Mein Weg mit der Psychogenetik

Auch wenn viele Aspekte dieser Arbeit wissenschaftlich noch nicht vollständig erklärbar sind, habe ich mich bewusst dafür entschieden, diesen Weg weiterzugehen.

Die Erfahrungen aus meiner langjährigen Praxis zeigen mir, dass die psychogenetische Methode für viele Menschen einen wertvollen Beitrag leisten kann, um ihr Leben besser zu verstehen und neue Perspektiven zu entwickeln.

Deshalb setze ich meine Arbeit mit der Psychogenetik fort – mit Offenheit, Verantwortung und dem Ziel, Menschen auf ihrem individuellen Weg zu unterstützen.

Praxis für Psychogenetische Beratung und Prozessarbeit

Maria Hardenberg

Am Hahnsberg 27

53424 Oberwinter bei Bonn

Praxis-Maria-Hardenberg@t-online.de