

Die „doppelte Präsenz“ ist ein Konzept der Biosynthese, das durch eine bestimmte Technik umgesetzt oder geübt wird. „Präsenz“ bedeutet, mit meiner gesamten Aufmerksamkeit und Energie auf den Klienten zentriert, also bei ihm präsent zu sein, um ihn und seine inneren Regungen zu erfassen und guten Kontakt zu ihm zu haben. – Die „doppelte Präsenz“ beinhaltet, dass ich parallel als Therapeut auch mich selber wahr nehme. Zuerst übe ich, mit meiner Aufmerksamkeit zwischen dem Patienten und mir selbst hin und her zu pendeln, also zu „pulsieren“. Das führt mit der Zeit im Optimum dazu, dass ich beides integriere, also nahezu gleichzeitig kann.

Auch mich selber als Therapeut im Therapieprozess wahr zu nehmen ist wichtig, um bspw. Phänomene der Übertragung und Gegenübertragung wahr zu nehmen. Es ist auch wichtig, meinen eigenen energetischen Zustand wahr zu nehmen, um mich nicht in symbiotischen Zuständen energetisch zu erschöpfen. So kann ich das Gleichgewicht zwischen intensiver Präsenz oder Einfühlung und ausreichender Abgrenzung halten.