

Was ist mein Anliegen...?

Themenaufstellung als Zugang zum eigenen Familiensystem

Die Aufstellung von abstrakten Themenelementen wie „Aggression“ oder „Zerrissenheit“ kann trotz fehlender Fakten den Zugang ermöglichen.

■ *Autorin: Bettina Hübner*

Oft kommen TeilnehmerInnen in meine Seminare, die gar nicht genau wissen, was ihr Anliegen ist. Sie haben meistens begrenzte Informationen über ihr Herkunftssystem und können im Grunde nur sagen, welches Bedürfnis, Defizit oder Verhalten sie mit sich tragen.

In solchen Fällen bietet es sich an, eine Themenaufstellung zu machen. Dies erscheint zunächst sehr abstrakt, denn wie sollte man über ein Thema bzw. eine Themenaufstellung zu einer Lösung für ein tiefes, persönliches Bedürfnis, Defizit oder Verhalten kommen?

Meiner Erfahrung nach führt das jeweilige Thema häufig ins Herkunftssystem, oft bis zu sechs oder sieben Generationen zurück. Das heißt, so weit zurück, dass keine Informationen über wichtige Ereignisse innerhalb des Systems über diesen langen Zeitraum hinweg vorhanden sind.

Welcher Art können nun diese Themen sein? Die Beschreibung oder Bezeichnung der Anliegen durch die KlientInnen ist in der Regel allgemein und abstrakt: „nicht kontrollierbare Aggressionen“, „innere Zerrissenheit“, „Beziehungsunfähigkeit bzw. der Wunsch nach Beziehung“, „ungewollte Kinderlosigkeit“, „das Gefühl, nicht geliebt zu werden“, „eine musische / künstlerische Begabung nicht beruflich leben zu können“, usw.

Vor jeder Aufstellung findet ein Vorgespräch statt. Um mit solchen Anliegen arbeiten zu können, müssen sie im Vorgespräch konkretisiert werden. Es hat sich gezeigt, dass die KlientInnen sehr genau wissen, was ihr Anliegen ist.

Oft mache ich zum Ende des Vorgesprächs, nachdem die Fakten und Lebensumstände abgeklärt sind, eine kurze Meditation mit der jeweiligen Klientin / dem jeweiligen Klienten.

Ich sage: „Setze Dich bequem in Deinen

Stuhl und lehne Dich zurück. Schließe Deine Augen und atme tief ein und aus.“ Nach wenigen Minuten frage ich dann: „Hast Du ein eindeutiges Wort oder einen eindeutigen Begriff für Dein Anliegen?“ Die Antwort kommt meistens klar und deutlich. Mit diesem Begriff arbeite ich dann.

Wie fängt man mit dieser Art der Aufstellung an? Ich arbeite minimalistisch, das heißt die Klientin / der Klient sucht eine/n StellvertreterIn für sich und eine/n StellvertreterIn für das Thema. Nach dem die Auswahl der StellvertreterInnen getroffen wurde, sage ich: „Stelle die Stellvertreter nacheinander ohne Nachzudenken einfach in den Raum.“ Wenn die Stellvertreter ihren Platz eingenommen haben, sage ich ihnen: „Fühlt euch in die Rollen ein und, wenn sich eine Bewegung zeigt, dann folgt ihr dieser.“ Ich fange also mit den Bewegungen an und arbeite dann, wenn die Bewegungen vollzogen sind bzw. stoppen, mit den Aussagen der StellvertreterInnen sowie mit der klassischen Form des Familienstellens und den „Ordnungen der Liebe“, weiter. Um den Ablauf solcher Aufstellungen zu verdeutlichen, schildere ich im Folgenden zwei Fallbeispiele.

Die „Aggression“

Die Klientin nimmt zum ersten Mal an einem Aufstellungs-Seminar teil. Beim Erzählen ist sie sehr nervös und ihre Stimme vibriert.

Vorgespräch: Sie ist vierundvierzig Jahre alt und lebt seit dreizehn Jahren in einer Beziehung. Spannungen und Kämpfe in der Beziehung sind ein andauernder Zustand. Immer wieder die Frage: Trennen oder nicht? Sie trinkt häufig Alkohol, wird dann aggressiv gegenüber der Partnerin.

Informationen zur Familie: Ob der Vater lebt oder nicht, ist ihr schießegal. Spannungen in der Familie. Sie hat sieben Geschwister, die teilweise zu ihr kommen

und oft Geld brauchen. Sie hat aber selbst nicht viel und fühlt sich überfordert. Im Gespräch ist sie weiterhin nervös und durcheinander. Sie springt zwischen der Herkunftsfamilie und der Gegenwartsbeziehung hin und her.

Ich sage ihr, sie solle die Augen schließen und kräftig atmen. Als sie etwas ruhiger ist, frage ich sie: „Was hat Vorrang?“ Sie sagt: „Ich weiß es nicht.“ Sagt aber sofort, dass sie zwischen Trennung und Nicht-Trennung in ihrer Beziehung ständig hin- und hergerissen ist. Sie spricht wieder von ihrer Aggression und ist dabei dem Weinen sehr nahe. Ich entscheide mich dafür, die Aggression anzuschauen. Zunächst möchte ich aber erst einmal sie anschauen. Als ich ihr diesen Vorschlag mache, ist sie einverstanden. Ich sage ihr: „Suche jemanden für Dich?“ Sie wählt eine Stellvertreterin für sich und ich erkläre ihr, dass sie sich hinter die Stellvertreterin stellen soll und sie an den Schultern fassend gesammelt in den Raum führen soll.

Sie stellt ihre Stellvertreterin in die Mitte des Raumes. Der Stellvertreterin sage ich: „Fühle Dich ein und folge langsam Deinen Bewegungen.“

Sie geht einen Schritt vor, dann noch einen Schritt, und noch einen Schritt. Sie macht einen vierten Schritt und kniet sich auf den Boden.

Ich frage nach, wie es der Stellvertreterin geht. Sie sagt: „Nicht gut. Da ist nichts, ich gehöre nicht dazu. Fühle mich leicht im Kopf. Eigentlich möchte ich raus, ganz raus.“ Ich erkläre der Klientin und der Gruppe dazu, dass dies bedeutet, das System verlassen zu wollen, letztendlich sterben zu wollen.

Ich hole zunächst die Eltern dazu, um abzutesten, in welche Richtung ich weiterarbeiten muss (mütterliche oder väterliche Linie). Dann lasse ich die Stellvertreterin der Klientin aufstehen und

stelle sie den Eltern gegenüber. Die Stellvertreterin der Klientin kniet sich wieder hin, kann die Eltern aber sehen. Der Vater geht auf sie zu, ist auch sehr zittrig in den Beinen. Die Mutter dreht sich in einer 45 Grad Drehung weg und wendet sich ab. Der Vater geht an der Stellvertreterin der Klientin rechts vorbei und dreht sich so um, dass er in ihrem Rücken steht. Die Stellvertreterin der Klientin rutscht immer noch kniend nach rechts zur Seite weg und stützt sich mit den Händen auf den Boden, dabei atmet sie schwer. Der Vater tritt einen Schritt nach links, bleibt neben ihr stehen und schaut abwechselnd nach oben und zu Boden.

Ich frage die Klientin, ob sie über Ereignisse in der Vaterlinie Informationen hat. Sie hat keine.

Ich frage die Stellvertreter, wie es ihnen geht. Den Anfang mache ich beim Vater. Er antwortet: „In der Bewegung ging es mir ganz schlecht, richtig auf der Flucht. Jetzt hier an diesem Platz kann ich Luft holen, einigermaßen ruhig stehen.“ Ich frage ihn: „Nimmst Du Deine Tochter wahr?“. Er antwortet: „Vorhin hatte ich richtig Angst vor ihr, Angst, dass ich nicht rechtzeitig ausweiche. Jetzt im Moment ist es egal, ob sie da ist.“

Ich frage die Mutter, wie es ihr geht. Sie antwortet: „Neutral, ich musste mich umdrehen. Ich habe nichts damit zu tun. Ich musste mich aber doch so wenden, dass ich das im Auge behalte.“

Ich frage die am Boden kniende Stellvertreterin der Klientin, wie es ihr geht: „Mir geht's ganz schlecht, mir ist so schwindelig. Der steht viel zu nah (zeigt auf den Vater, der ca. einen Meter links von ihr steht). Ich möchte ganz weg.“

Ich lasse den Vater einen weiteren Schritt nach links machen, um die Entfernung zu vergrößern. Für die Stellvertreterin der Klientin ändert sich nichts. Dann stelle ich einen männlichen Vertreter für die „Aggression“ dazu. Ich stelle ihn in den Rücken der Stellvertreterin der Klientin. Sofort geht es ihr besser und sie kann aufstehen. Sie lehnt sich an den männlichen Vertreter der „Aggression“ an und kann stabil stehen.

Der Klientin und der Gruppe erkläre ich, dass die vermeintliche Gefahr oder das Gefährliche in Wirklichkeit oft die fehlende Kraft im System ist, was bedeutet, dass jemand, der zum System gehört, ausge-

geschlossen wurde. Die oder der Nachfahre, der diesen Ausgeschlossenen vertritt, entwickelt, ohne es zu wollen oder kontrollieren zu können, ein ihr / ihm unerklärliches Aggressionspotential. Damit macht sie / er auf den Ausgeschlossenen aufmerksam und erst, wenn dieser gewürdigt wird und seinen ihm gemäßen Platz einnehmen kann, kann sich das Aggressionspotential auflösen.

Nun setzt sich der Vater in Bewegung, er geht langsam von links nach rechts in einem weiten Bogen um die Stellvertreterin der Klientin, die in ihrem Rücken den Vertreter der „Aggression“ stehen hat, herum und nähert sich dann langsam von der rechten Seite dem Vertreter der „Aggression“. Dieser bewegt sich nicht und schaut nur. Der Vater stellt sich vor ihn hin und senkt den Kopf. Dann kniet er sich hin, senkt den Kopf und schaut nach unten. Ich lasse ihn sich noch tiefer verbeugen (Stirn auf den Boden, ausgestreckten Armen mit Handflächen nach oben).

Die Stellvertreterin der Klientin geht zur Seite, so dass der Vertreter der „Aggression“ und der Vater einander alleine gegenüber sind. Die Mutter kommt näher und stellt sich neben die Stellvertreterin der Klientin, nimmt sie in den Arm. Die Mutter ist jetzt präsent.

Ich frage den Vertreter der „Aggression“, wie er das empfindet. Er antwortet: „Genugtuung.“ Der Vater bleibt in seiner Verbeugung am Boden. Es dauert sehr lange, bis der Vertreter der „Aggression“ sich herunterbeugt und dem Vater die Hände auf den Rücken legt.

Ich sage dem Vater, dass er tief atmen soll. Nach einiger Zeit kommt der Vater hoch, bleibt aber noch auf den Knien und verbeugt sich mehrmals vor dem Vertreter der „Aggression“. Dann steht der Vater auf und nimmt seine Frau (Mutter) und seine Tochter (Stellvertreterin der Klientin) in die Arme.

Ich stelle den Vater neben die Mutter, tausche die Stellvertreterin der Klientin mit der Klientin aus und stelle sie vor die Eltern. Die Klientin schaut wie ein Kind, dass zum ersten Mal seine Eltern hat. Sie schaut befremdet. Die Eltern nehmen sie in die Arme und sie weint sehr. Ich lasse sie tief atmen. Ich lasse den Vater und die Mutter sagen: „Ich bin jetzt für Dich da.“

Sie schaut immer noch wie ein Kind, wie

ein ungläubiges, unsicheres Kind.

Ich bringe sie zu dem Vertreter der „Aggression“ und sie fällt ihm sofort in die Arme, weint und atmet tief, hängt sich richtig rein und beim Ausatmen kann man hören, wie die Erleichterung kommt. Als sie sich ansehen, kann man die Freude in ihren Gesichtern ablesen.

Ich lasse sie zum Vertreter der „Aggression“ sagen: „Du gehörst dazu und ich auch.“

Den Vertreter der „Aggression“ lasse ich sagen: „Jetzt ist alles gut und Du bist frei. Leb' Dein Leben und werde glücklich.“

Jetzt kann sie zu den Eltern gehen und ihnen offen ins Gesicht schauen. Die Unsicherheit ist weg. Ich lasse die Klientin zu den Eltern den Satz sagen: „Ich gehöre jetzt dazu.“ Sie nicken und nehmen sie in den Arm.

Das „Schizophrene“

Für diesen Klienten ist es auch das erste Aufstellungs-Seminar. Er ist im Gespräch klar und deutlich.

Vorgespräch: Er ist zwanzig Jahre alt und lebt alleine. Er sagt er habe das Problem, sich schon viele Freundschaften kaputt gemacht zu haben. Menschen, die ihm vertrauen, Liebe und Freundschaft geben, habe er hintergangen. Dies stelle er aber erst im Nachhinein fest, wenn es schon passiert sei und es geschehe ohne Absicht. Auch Liebe und Freundschaft zu erwidern, falle ihm schwer. Das möchte er ändern. Er habe nur noch einen guten Freund (dieser ist beim Seminar dabei). Er möchte auch für jemanden da sein können.

Informationen zur Familie: Er sagt, seine Eltern seien schräg. Mutter war mit ihm beim Psychologen. Der Psychologe habe der Mutter erklärt, welche Fehler sie mache. Die Mutter habe sich dagegen gesträubt. (Ich erkläre ihm, dass das systemisch gesehen das gute Recht der Mutter ist, da sie ihm das Leben geschenkt hat.) Seine Großmutter mütterlicherseits war in der Psychiatrie wegen Suizidgefahr. Heute geht es der Großmutter gut. Er selbst hat Diabetes.

Ich frage ihn, ob er sein Problem in einem Wort benennen kann und er antwortet: „Ja, schizophren.“ Ich frage ihn weiter, ob die Schizophrenie weiblich oder männlich ist und er sagt: „Weiblich.“

Ich bitte ihn, eine weibliche Stellvertreterin für die „Schizophrenie“ auszuwählen

und einen Stellvertreter für sich. Ich erkläre ihm kurz noch mal den Vorgang des Aufstellens und er stellt auf.

Die Stellvertreter stehen zunächst Rücken an Rücken. Die Stellvertreterin der „Schizophrenie“ fängt an, sich zu bewegen, erst langsam, dann schneller geht sie in kreisenden Bewegungen im Raum umher. Der Stellvertreter des Klienten versteckt sich hinter einer Säule des Seminarraumes. Er ist ganz dahinter verschwunden. Für einen kurzen Moment ist es für alle im Seminarraum belustigend, denn der Stellvertreter des Klienten ist sozusagen verschwunden. Ich sage dem Klienten: „Das ist Dein Problem. Du willst da nicht hinsehen.“ Die Stellvertreterin der „Schizophrenie“ bleibt weiter unruhig. Ich frage sie, was in ihr vorgeht. Sie sagt: „Ich fühle eine große Unruhe. Ich schwitze, bin unruhig. Er war am Anfang viel zu nah. Ich habe versucht, einen Abstand zu bekommen, als ich im Kreis gelaufen bin, aber die Unruhe bleibt.“

Ich gehe zum Stellvertreter des Klienten, der auf der anderen Seite des Raumes hinter der Säule steht. Als er mich sieht, schüttelt er den Kopf, hebt die Arme und zuckt mit den Schultern. Er sagt: „Ich habe ganz nasse Hände. Ich habe ihre Unruhe gespürt und ich wollte einfach nur weg. Es war ein bißchen bedrohlich, ja, und hier fühle ich mich eigentlich sicher, habe eine starke Wand dazwischen. Ich würde gerne die Schizophrenie anschauen, vielleicht so um die Ecke, was die so macht, aber es geht einfach nicht. Ich kann auch nicht sagen, ob es Angst ist, aber ich will einfach nicht. Ich fühle mich hier auch nicht wohl, aber es ist auszuhalten.“

Ich frage die Stellvertreterin der „Schizophrenie“, was bei ihr passiert, wenn sie das hört. Sie antwortet: „Ja, das zieht mich hin. Ich habe schon versucht, zu schauen, aber er ist zu weit hinter der Mauer. Ja, als ich das hörte, wollte ich hin.“

Ich frage den Stellvertreter des Klienten, was bei ihm passiert, wenn er sie hört. Er sagt: „Also, wenn sie jetzt hier rechts herum kommen würde, würde ich nach links abtauchen.“ (Allgemeines Gelächter im Seminarraum)

Ich hole den Stellvertreter des Klienten hinter der Säule hervor und stelle ihm eine „männliche Kraft“ in den Rücken, mit deren Hilfe er hinschauen kann. Die Stellvertreterin der „Schizophrenie“ steht ihm

in ca. vier Metern Abstand gegenüber.

Ich erkläre allen in der Gruppe: „Es gibt hier nur einen Weg. Das, was hier ausgeschlossen ist, muss integriert werden. Wir schauen jetzt, ob das so geht.“ Zum Stellvertreter des Klienten sage ich: „Wenn es nicht geht, meldest Du Dich.“

Sie stehen einander gegenüber, der Stellvertreter des Klienten reibt sich fortwährend die Hände und tänzelt mit seinen Beinen hin und her. Auch die Stellvertreterin der „Schizophrenie“ macht diese Bewegungen mit den Beinen.

Dann sagt der Stellvertreter des Klienten: „Ich könnt' jetzt hier, glaub' ich, noch zwei Stunden so stehen bleiben. Nervosität.“

Ich frage nach, was es genau ist. Er antwortet: „Es ist keine Anspannung, ich kann einfach nicht still bleiben.“

Bei der Stellvertreterin der „Schizophrenie“ ist es genauso, sie zappelt mit den Beinen hin und her. Sie sagt auch, das es ihr genauso gehe. Es ändert sich nichts.

Ich stelle zwei Frauen als „gesunde Anteile“ in die Aufstellung hinter die Stellvertreterin der „Schizophrenie“, es ändert sich nichts. Daraufhin stelle ich eine Stellvertreterin auf für das, „was hinter der Schizophrenie“ steht. Ich stelle sie so, dass alle sie sehen können. Der Stellvertreter des Klienten und die „männliche Kraft“ ziehen sich ca. zwei bis drei Meter zurück.

Ich erkläre kurz, was es über Schizophrenie an Erkenntnissen gibt in der systemischen Aufstellungsarbeit, nämlich dass es sich hier in der Regel um mindestens zwei ambivalente Anteile handelt, die einander ausschließen, z. B. eine klassische Opfer-Täter-Verstrickung. Zwischen diesen Anteilen bewegt sich der Verstrickte fortwährend hin und her und das äußert sich im alltäglichen Verhalten, wobei es ist nicht zwangsläufig so ist, dass eine Erkrankung vorliegt, die psychiatrisch behandelt werden muss.

Die Stellvertreterin der „Schizophrenie“ äußert, dass sie zu der Stellvertreterin für das, „was hinter der Schizophrenie“ steht, hin möchte. Sie stehen sich gegenüber, einer der „gesunden Anteile“ geht hinterher und steht der Stellvertreterin der „Schizophrenie“ an der rechten Seite im Rücken. Das, „was hinter der Schizophrenie“ steht, kniet sich hin und senkt den Kopf. Nachdem die Stellvertreterin für das, „was hinter der Schizophrenie“

steht, diese Verbeugung vollzogen hat, kommt der Stellvertreter des Klienten dazu, wobei er von der „männlichen Kraft“ leicht hingeschoben wird. Er schaut auf das Geschehen und kann sofort auf die Stellvertreterin der „Schizophrenie“ zugehen. Er umarmt sie, weint und holt dabei tief Luft.

Ich hole den Klienten herein und entlasse den Stellvertreter des Klienten aus seiner Rolle. Der Klient steht der Stellvertreterin der „Schizophrenie“ gegenüber. Er schaut lange, dann geht er auf sie zu und umarmt sie. Ich lasse ihn sagen: „Du gehörst jetzt zu mir“. Die Stellvertreterin der „Schizophrenie“ lasse ich sagen: „Ich bin für Dich da mit all meiner Kraft.“ Ich frage den Klienten, wie das für ihn ist und er sagt: „Schön.“, und „Danke.“

Das Thema als Alternative

In beiden Fällen handelt es sich um Themaufstellungen, die durch die Beschreibung von Verhaltensweisen der KlientInnen definierbar wurden. Auch, wenn hier scheinbar abstrakt gearbeitet wird, führt ein klar definiertes Thema bei genauerer Betrachtung meistens ins eigene Familiensystem.

Besonders, wenn wenige oder gar keine Informationen oder Anhaltspunkte des eigenen System einen Hinweis auf das jeweilige Problem geben, bieten Themaufstellungen meiner Erfahrung nach eine gute Möglichkeit, mit Anliegen zu arbeiten.

© 2004 by Bettina Hübner

Info:

Dipl. Päd. Bettina Hübner, Institut BHS
Ickerswarderstr. 117, 40589 Düsseldorf

Email: info@familienstellen-duesseldorf.de,
web: www.familienstellen-duesseldorf.de