

# Systemische Strukturaufstellungen zu psychosomatischen Erkrankungen

**Insa Sparrer**

**Strukturaufstellungen sind ein systemisches Aufstellungsverfahren zur Repräsentation und Modifikation von Struktur und Dynamik unterschiedlichster Systeme. Das Verfahren der Systemischen Strukturaufstellungen wurde im Verlauf der vergangenen zehn Jahre von Matthias Varga von Kibéd und der Autorin gemeinsam entwickelt.**

**D**er Aufstellungsprozeß erfolgt in vieler Hinsicht ähnlich wie beim Familienstellen, jedoch werden anstelle von Familienmitgliedern interne Anteile der Klientin, Personen (z. B. aus dem Arbeitsbereich), Symbole, Gegenstände, Werte usw. aufgestellt. Wir haben über fünfzig verschiedene Formen Systemischer Strukturaufstellungen und eine einheitliche Grammatik der Interventionen für diese Formen entwickelt, von denen ich hier nur einige vorstellen möchte, die sich besonders gut für psychosomatische Erkrankungen eignen.

Wie bei den Familien- und Organisationsaufstellungen geht es darum, ausgeschlossene Teile aufzuspüren und einzubeziehen, sowie Reihenfolgen, Einsatz und Leistung zu würdigen. Es lassen sich jedoch auch eine Reihe von Unterschieden zu den Familienaufstellungen finden:

1. **Ausgeschlossene müssen nicht explizit benannt werden;** es reicht aus, wenn sie aufgestellt und einbezogen werden. Sie können z. B. aufgestellt werden, als „das was fehlt“, „das worum es geht“, „das, was für ... auftaucht“ oder „das, wohin ... blickt“, um nur einige Möglichkeiten zu nennen. Es kann sein, daß sich im Verlauf der Prozeßarbeit herauskristallisiert, um wen oder was es sich handelt. Das Explizitmachen, um wen es sich handelt, ist jedoch nicht eine notwendige Voraussetzung für die Wirkung der Aufstellung.

2. Systemische Strukturaufstellungen arbeiten **gleichzeitig** auf **verschiedenen Deutungsebenen**, z. B. der Ebene der Familienmitglieder, der Ebene der Körperteile und Organe, der Ebene des beruflichen Kontextes, usw. Wir gehen dabei wie in der Erickson'schen Hypnotherapie davon aus, daß unser Unbewußtes weiß, welche Ebene die relevante für das Anliegen des Klienten ist. Wir sprechen von **Strukturebenenwechsel**, wenn die aufgestellte Strukturebene auf eine Strukturebene eines anderen Systems hinweist, etwa wenn die Stellung der Körperteile isomorph zur Stellung der Familienmitglieder ist. Ein **expliziter Strukturebenenwechsel** erfolgt, wenn Körperteile in Familienmitglieder umbenannt werden und auf der Familienebene weitergearbeitet wird. Wir sprechen von **implizitem Strukturebenenwechsel**, wenn etwa bei dem gerade genannten Beispiel auf der Körperebene weitergearbeitet und die Parallele zur Familie nicht angesprochen wird, die Umstellungen und Prozeßarbeit jedoch für beide Ebenen gelten, sodaß implizit die Familienebene immer mit angesprochen wird. Dieses **systematisch ambige Arbeiten** bewährt sich besonders gut dann, wenn es gilt, die Diskretionsbedürfnisse der Klientin zu schützen, was z. B. in Organisationen häufig erforderlich ist.
3. Systemische Strukturaufstellungen sind **lösungsorientiert**. Vor der Aufstellung wird im Gespräch erarbeitet, was das Ziel, oder genauer, woran es sich zeigen würde, daß das Problem der Klientin gelöst ist. Beim Auffinden des Lösungsbildes ist es nicht erforderlich, Gründe für die Entstehung des Problemzustands zu finden. Es kommt darauf an, Schritte in Richtung auf eine Lösung zu machen und die dabei hilfreichen Prozesse wahrzunehmen. Die Therapeuten sollten sogar naheliegende Deutungen möglichst unterlassen („Wenn Dir eine Deutung einfällt, dann nimm ein Aspirin und warte bis der Anfall vorbei ist“ sagt Steve de Shazer ). Der Klient entscheidet, was die Aufstellung für ihn heißt. Es wird darauf verteuert, daß sein Unbewußtes das für ihn Relevante erkennt und für ihn passend deutet. Gegebenenfalls erarbeiten wir, wenn die KlientInnen dies wünschen oder es uns für die Stabilität der Ergebnisse als hilfreich erscheint, Hilfestellungen zur kognitiven Deskription. Das lösungsorientierte Vorgehen im Aufstellungsprozeß wird durch die Einbettung der Systemischen Strukturaufstellungen in Vor- und Nachbesprechungen mit Formen der **lösungs-fokussierten Kurztherapie** nachhaltig unterstützt (weshalb wir diese Verbindung in unserem Ausbildungscurriculum weitergeben).

4. Es gilt das Primat der Prozeßarbeit. Dies bedeutet, daß es wichtiger ist, daß ein bestimmter Prozeß erfolgt, als der Umstand, zwischen wem er erfolgt. So kann es z. B. darum gehen, daß eine Belastung oder Schuld zurückgegeben wird. Hier ist weniger relevant, ob der, an den diese Belastung zurückgegeben wird, explizit benannt werden kann oder nur als z. B. „der, um den es hier geht“ bezeichnet und aufgestellt wurde.

Häufig hofft man, daß Familienaufstellungen die körperliche Erkrankung von KlientInnen durch das Auflösen von familiären Verstrickungen verbessern. Dies geschieht allerdings keineswegs in jedem Fall. Ich habe beobachtet, daß eine Auswirkung auf die körperliche Befindlichkeit eher eintritt, wenn eine Aufstellung direkt für den Körper gemacht wird. Familienaufstellungen führen manchmal „nur“ zu Erleichterungen in den familiären Beziehungen und/oder zu einer körperlichen Entspannung, einem Befreiheitsgefühl oder vermehrter Kraft durch das Erleben am richtigen Platz zu stehen. Übertragungen auf die körperliche Ebene werden erleichtert, wenn das Anliegen der KlientInnen direkt aufgestellt wird, also bei Erkrankungen das System der Körperteile, Organe und Funktionskreise. Ansonsten wird implizit gesagt „deine Erkrankung ist ein Familienproblem und löst sich durch das Auflösen von Verstrickungen“ – und das ist eben nur manchmal ein angemessener Ansatz.

Stellt man Körperteile, Organe und Funktionskreise auf, so kann man am aufgestellten Bild oft erkennen, ob ausgeschlossene Familienmitglieder eine Rolle spielen oder die Erkrankung nur das interne System betrifft. Im letzteren Fall reicht es, eine Körperaufstellung zu machen. Hierbei werden die Körperteile, Organe und gegebenenfalls Medikamente oder andere Hilfsmittel und Einflüsse aufgestellt, die die Klientin für ihr Anliegen als relevant erachtet.

Das erste Bild zeigt den Zustand der Klientin aus ihrer Perspektive. Zum Teil können für die Repräsentanten sehr drastische Effekte, wie Herzrasen, Schwindelgefühle bis nahe zur Ohnmacht oder heftige Schmerzen auftauchen, wenn es sich um eine schwere Erkrankung handelt. In solchen Fällen ist es wichtig, den entsprechenden Repräsentanten an einen für ihn besseren Platz zu stellen oder ihn durch eine andere Person auszuwechseln. Die Symptome für die RepräsentantInnen verschwinden dann genauso schnell wie sie im ersten Aufstellungsbild aufgetaucht sind

Umstellungen helfen, den richtigen Platz im symbolischen inneren Bild für die Körperteile zu finden. Der richtige Platz ist jedoch nicht an die anatomischen Gegebenheiten gebunden, sondern wird bestimmt durch das symbolische Interaktionsnetz mit den anderen Körperteilen.

Zum Wert von Körperaufstellungen seien einige Hinweise angeführt

a) Körperaufstellungen können Hinweise geben, zwischen welchen Körperteilen und Organen der Kontakt gestört ist und was wichtig ist, um einen guten Kontakt aufzubauen. In einer Aufstellung bekam z. B. die Repräsentantin für das Herz (kurz: „das Herz“, und analog für andere Teile) starkes Herzrasen und Schwindelgefühle. Sie stand am Rande des Aufstellungsbildes. Eine Umstellung – sie wurde in die Mitte der anderen Körperteile gestellt – ließ die Symptome sofort verschwinden. Erstmals gelang es an dieser Stelle für das Herz, Kontakt mit dem Magen aufzunehmen. Der Magen äußerte, daß der Kontakt zum Herzen ganz wichtig sei. Für die Klientin machte das sehr viel Sinn. Ihr fiel ein, daß sie dann kein Herzrasen bekam, wenn sie nicht schwer aß, nicht zu spät am Abend aß und nicht zu viel aß. Diese Hinweise berücksichtigte sie nach der Aufstellung und konnte das Herzrasen um etwa 70 % senken.

b) Körperaufstellungen können also Hinweise darauf geben, was für die Klientin vielleicht zu beachten ist, um gesund werden zu können. Ferner können sie auch helfen, daß das innere Körperbild sich dahingehend ändert, daß die einzelnen Körperteile im symbolischen Bild im angemessenem Abstand zueinander stehen. Als Beispiel hierfür betrachten wir eine Aufstellung zu Rückenbeschwerden. Das Anliegen dieses Klienten war es, die Rückenschmerzen, die ein Bandscheibenvorfall verursachte, zu mildern. Im ersten Aufstellungsbild fiel auf, daß der Klient nur die schmerzenden Teile aufgestellt hatte, das gesunde Pendant aber jeweils fehlte. Das Dazustellen der Repräsentantin des rechten Beines bewirkte sofort eine Erleichterung für die Repräsentantin des linken Beines. Ich ließ das rechte Bein für seinen Einsatz – es mußte die ganze Zeit die geringere Belastbarkeit des linken Beines ausgleichen – würdigen und stellte die übrigen Körperteile etwas näher zusammen. Der Klient nahm nach der Aufstellung überrascht wahr, daß sein Gang sich verändert hatte und er eine Erleichterung beim Gehen verspürte.

- c) Drittens können Körperaufstellungen helfen, den Einsatz von Medikamenten zu optimieren. Ein Klient kam zu mir, der bereits dreimal eine Thrombose im Knie hatte. Dies war insofern ungewöhnlich, als er Medikamente nahm, die eine Thrombose verhindern. Die Ärzte konnten sich die zweite und dritte Thrombose nicht erklären. In seiner Körperaufstellung sagte die Repräsentantin für das Medikament „Hier stehe ich für die Katz“. Ich veränderte den Platz des Medikaments und stellte die anderen Körperteile so, daß sie mehr Blickkontakt hatten. Die Repräsentantin für das Medikament äußerte, daß sie hier viel besser wirken kann. Gleichzeitig berichtete der Klient, daß sein linkes Knie plötzlich mehr durchblutet und ganz warm wurde. Seither (etwa zwei Jahre später) hatte er keine weitere Thrombose mehr
- d) Viertens können Körperaufstellungen die Wirkungen verschiedenster Einflüsse aufzeigen. So kann etwa durch das Dazustellen eines bestimmten Einflusses geprüft werden, wie sich dieser im inneren Bild der Klientin auf das Körpersystem auswirkt und welcher Platz für ihn am gängigsten ist. Handelt es sich um eine traumatische Situation, so kann außer der Verdeutlichung von deren Auswirkungen auch der Klientin bewußt gemacht werden, daß die traumatische Situation vorbei ist. Dies geschieht dadurch, daß die Repräsentantin für das Trauma sich am Rande des Raumes auf den Boden setzt und, für die Klientin oft überraschend, alle anderen RepräsentantInnen damit ganz einverstanden sind.

In manchen Körperaufstellungen reichen Umstellungen und Rituale zwischen den Körperteilen und Organen nicht aus. Für diesen Fall habe ich eine weitere Systemische Strukturaufstellung entwickelt, die Körper-Strukturaufstellung. Bei dieser Aufstellungsart werden außer den Körperteilen und Organen die entsprechenden ausgeschlossenen Familienmitglieder aufgestellt. Hinweise für ausgeschlossene Familienmitglieder sind z. B. ein sich über mehrere Umstellungen hinweg haltendes Gefühl, daß etwas fehlt, bzw. das Empfinden einer Lücke bei vielen RepräsentantInnen, kalte Luft am Boden oder der zielgerichtete Blick einer Repräsentantin in die Leere. Das Aufstellen der ausgeschlossenen Familienmitglieder kann explizit (mit Nennung, um wen es sich handelt geschehen) oder anonym als „das worauf ... blickt“ oder „das, was fehlt“. Entscheidend bei dieser Aufstellungsart ist, daß der Focus (Repräsentantin für die Klientin) ein Rückgaberitual oder ein je nach Verstrickungsart anderes Ritual mit

dem Ausgeschlossenen macht. Der Focus kann bei einem Rückgaberitual z. B. zu der ausgeschlossenen Person sagen: Du hattest ein schweres Schicksal, das mich sehr anrührt. Und auch wenn ich nicht einmal weiß, wer Du bist, so nehme ich doch sehr Anteil an Dir. Du gehörst dazu und ich gebe Dir jetzt einen Platz in meinem Herzen. Diese Last habe ich lange für Dich mitgetragen und habe mich schon fast daran gewöhnt. Dein Schicksal gehört jedoch zu Dir und ich gebe es jetzt an Dich zurück und lasse es ganz bei Dir. In Zukunft würdige ich Dich auf andere Weise – selbst ohne schon zu wissen, wer Du bist – indem ich es mir gerade Dir zu Ehren leichter und besser gehen lasse.

Anschließend legt der Focus die durch einen Gegenstand symbolisierte Last vor die Füße des zuvor Ausgeschlossenen. Meist reagieren ein oder mehrere Körperteile erleichtert. Reagiert ein Körperteil besonders auf diesen Ausgeschlossenen, ist es manchmal noch erforderlich, daß dieser Körperteil ebenfalls ein solches Rückgaberitual macht wie der Focus. Erst dann verschwinden die Symptome bei den RepräsentantInnen. Manchmal handelt es sich nicht um eine Übernahme einer Belastung, sondern um eine partielle Musterrepräsentation. Wir halten diesen Terminus für adäquater als der übliche Begriff der „Identifikation“, da mehrere „Identifikationen“ vorkommen. In einem solchen Falle wird das Ritual einer Identifikationsauflösung

Insbesondere in Fällen, in denen KlientInnen mehrere lebensgefährliche Erkrankungen überlebten, kann es nötig sein, daß mehrere ausgeschlossene Familienmitglieder aufgestellt werden und von Focus und entsprechenden Körperteilen Rückgaberituale gegenüber den Ausgeschlossenen durchgeführt werden.

Die Reihenfolge der Interventionen bei Körper-Strukturaufstellungen ist folgende:

1. Aufstellung der Körperteile und Organe
2. Darzustellen eines ausgeschlossenen, eventuell unbekanntes Familienmitgliedes (gegebenenfalls zuvor Prüfung mit der kataleptischen Hand)
3. Beobachtung, welches Körperteil besonders reagiert
4. räumliche Trennung von Körperteilen und Familienmitgliedern (Externalisierung von Introjekten)
5. Rückgaberitual vom Focus (oder andere Rituale)
6. gegebenenfalls Rückgaberitual zwischen entsprechendem Körperteil und Familienmitglied

7. wenn sich noch nicht alle aufgestellten Teile wohlfühlen, erneutes Durchlaufen von 2 bis 7.

Die Wirkungen von Körper-Strukturaufstellungen sind oft kräftig. Sie können im Anschluß zur Aufstellung sehr schnell zu Erleichterungen führen, es kann eine kurze Heilungskrise eintreten, ähnlich wie bei homöopathischen Mittelgaben, und es können kurzfristige psychische Auswirkungen auftreten, die Verlustgefühle oder Leeregefühle (auch das Weggeben von einer Last kann als Verlust empfunden werden) beinhalten. Daher ist es ratsam, nach einer Körper-Strukturaufstellung den angestoßenen Prozeß noch eine Weile zu begleiten

Eine weitere Form Systemischer Strukturaufstellungen zu psychosomatischen Erkrankungen stellen die **gemischt-symbolischen Aufstellungen** dar. Hier werden Körperteile, Familienmitglieder und zum Thema relevante andere Teile aufgestellt. Der Ablauf einer solchen Aufstellung hat keine so leicht kodierbare Schrittfolge; er ergibt sich aus der Wirkung der gesetzten Interventionen.

Eine weitere Aufstellungsart, die geeignet ist für psychosomatische Themen, ist die **Aufstellung des ausgeblendeten Themas**. Hier wird der Focus aufgestellt, das Symptom und „das worum es hierbei geht“. Bei dieser Aufstellungsart kommt man sehr schnell zum Kern des Problems. Es geht darum, den richtigen Prozeß zu finden, der hilft, daß sich alle drei Teile wohlfühlen, (ausführlicher in: Varga, Sparrer, 1999).

Eine weitere noch in der Erprobungsphase befindliche, aber offenbar oft sehr schnell wirkende Systemische Strukturaufstellung ist noch die **Aufstellung der Funktionskreise nach der TCM**. Hier werden die fünf Meridiane aufgestellt. Wir haben diese Aufstellungsform des öfteren in Gegenwart von Akupunkturärzten durchgeführt. Sie wußten danach, wo die Nadeln zu setzen sind und berichteten, daß die Prozesse während der Aufstellung genau den Prozessen bei der Akupunktur entsprächen. Am Ende einer solchen Aufstellung konnte fast immer eine Füllung der zuvor leeren Meridiane mit Hilfe von Zungen- und Pulsdiagnose (jeweils von drei Ärzten) festgestellt werden. Das interessante bei diesen Aufstellungen war, daß die körperlichen Veränderungen durch die Aufstellung eintraten und keine Nadeln gesetzt zu werden brauchten.

Die **Erweiterung des systemischen Aufstellungsverfahrens auf den Bereich psychosomatischer Zusammenhänge** zeigt eine erstaun-

liche Verkehrung des Abstrakten und Konkreten: Hier sind Familienaufstellungen als System von Beziehungsstrukturen vertraut und werden daher als „konkret“ empfunden. Körperaufstellungen und Körper-Strukturaufstellungen weisen eine verblüffend größere Vielfalt von Stellungsbildern mit höchst unübersichtlichen Grundmustern auf. Sie sind in diesem Sinne abstrakt, da eine unmittelbare Deutung der relevanten Beziehungsstrukturen viel schwerer ist. Sie erfordern daher vom Leiter höhere Erfahrung und ein betonter systemisch-syntaktischeres Vorgehen. Hier sind auch Kenntnisse der Methoden und Haltungen der konstruktivistisch-systemischen Therapieformen sehr hilfreich. Abstrakt heißt hier jedoch keineswegs, daß die Körperaufstellungen etc. weniger emotional oder sinneswahrnehmungsbezogen wären, ganz im Gegenteil. Für die überraschende Vertauschung des Konkreten und Abstrakten ist unseres Erachtens vielleicht der Umstand verantwortlich, daß für systemische Aufstellungen Beziehungsstrukturen von Systemelementen das „konkret“ gegebene Material darstellen. So gesehen sind Familienaufstellungen nahe am „Konkreten“, während die Konstruktion des Körpers als System im Netz der Beziehungsstrukturen eine Konstruktion hoher Abstraktion bildet.

Auch entwicklungspsychologisch gesehen, nimmt das Kleinkind mit seinen Körperteilen Beziehungen früher auf, als das Erleben der Körperteile als eigen einsetzt. Vielleicht spiegeln die Gesetzmäßigkeiten der Grammatik der Systemischen Strukturaufstellungen diesen Umstand wider.

---

#### Literaturliste:

- Sparrer, Insa & Varga v. Kibéd, Matthias: Körperliche Selbstwahrnehmung in systemischen Strukturaufstellungen beim Übergang zu systemischen Strukturaufstellungen; in *Hypnose und Kognition*, April 1997
- Sparrer, Insa & Varga v. Kibéd, Matthias: Körpererfahrungen in systemische Strukturaufstellungen; in Milz, Helmut & Varga v. Kibéd, Matthias: *Körpererfahrungen – Anregungen zur Selbstheilung*, Zürich (Walter) 1998
- Sparrer, Insa: Heilsame Rituale und systemische Resonanz. In: *Bilder, Symbole, Rituale, Scheiblich Wolfgang* (Hersg.), Verlag Freiburg im Breisgau (Lambertus) 1999
- Varga v. Kibéd, Matthias & Sparrer, Insa: *Ganz im Gegenteil – Tetralemmaarbeit und andere Grundformen der Systemischen Strukturaufstellungen – für Querdenker und solche, die es werden wollen*, Heidelberg (Carl Auer- Systeme) 1999
- Weber Gunthard (Hersg.): *Praxis des Familienstellens*, Heidelberg (Carl Auer-Systeme) 1998