

Birgit Theresa Koch

Starke Teile

„Mein Unternehmen – mein Team“ lautete der Titel eines Wochenendseminars, in dem 15 Frauen – die meisten von ihnen in Leitungspositionen – ihre Arbeitssituation aufstellten. Sie hatten sich weniger für dieses eine Seminar, sondern für einen mehrteiligen Seminarzyklus für Führungsfrauen angemeldet und waren nach meinen ersten Ausführungen über die Aufstellungsmethode eher skeptisch.

„Was ist das für ein Hokuspokus?“ fragten sie sich, wie sie im Nachhinein zugaben, insgeheim und machten den Eindruck, als wären sie in dieses Seminar irgendwie hineingerutscht. Mal schauen, ich bemerkte den Zweifel in ihren Blicken.

Am zweiten Tag – bis auf eine hartnäckige Skeptikerin hatten sich die Frauen an die Arbeit gewöhnt – stellte Uta S. ihre Arbeitssituation auf. Seit einem halben Jahr arbeitete sie in einem Projekt als Fachleiterin. Um diese Arbeit zu bekommen, war sie von ihrem gewohnten Lebensort in eine fremde Stadt gezogen. Das jüngste Kind hatte außerdem kürzlich die mütterliche Wohnung verlassen. Das Alleinsein machte ihr sehr zu schaffen. Im Arbeitskontext hatte sie Schwierigkeiten mit der Chefin, sie fühlte sich klein und schwach; sie hasste die Vorgesetzte und fürchtete gleichzeitig um ihren Arbeitsplatz. Uta S. wunderte sich über diese Gefühle und Reaktionen, die ihr Lebensgefühl so ungewohnt beeinträchtigten. Sie konnte sich selbst besser als eine starke Frau, die ihr Leben vor dem Arbeitsplatzwechsel gut im Griff gehabt hatte.

Auf die Frage, was nach einer erfolgreichen Aufstellung anders wäre und woran sie es bei sich selbst merken würde, gab sie Ruhe und Gelassenheit an. Sie begann mit der Aufstellung. Es wurde schnell deutlich, dass sich ihre Stellvertreterin im Aufstellungsbild kaum für die Arbeitssituation interessierte. Die Bewegungen ihrer Kollegen und der Chefin brachten keine Veränderung. Sie schaute nach unten wie absorbiert von etwas, das sie nicht benennen konnte. Ich stellte „Das, worauf sie schaut“ in die Richtung ihres Blickes und bat die Stellvertreterin, sich langsam anzunähern. Sie berichtete von Beklemmungen in der Brust und dass sie am liebsten nicht hinschauen mochte. Ich fragte Uta S., ob sie eine Idee, eine Assoziation habe, um was es sich hier handeln könne. Was ist oder war so beklemmend für sie oder eine andere wichtige ihr nahe stehende Person und nimmt die Luft zum Atmen?
„Ich weiß es, aber darüber möchte ich nicht sprechen“, antwortete sie plötzlich, machte eine kleine Pause und setzte dann doch fort: „Ich bin im Alter von zehn Jahren vergewaltigt worden.“ Kaum hatte sie diesen Satz ausgesprochen, brach ihre Stellvertreterin in lautes Schluchzen aus, umklammerte mit ihren Armen verzweifelt ihren Körper und rannte zur Tür hinaus.



„Ich kann es nicht mehr aushalten“, rief sie. Eine Teilnehmerin aus der Runde lief schwer um Atem ringend hinter ihr her. „Das ist hier nicht der richtige Rahmen, ich muss das abbrechen“, dachte ich nur, „ich habe nicht den Auftrag, hier ein psychisches Drama zu bearbeiten; dies ist keine Therapiegruppe.“ Ich bat die verbleibenden Stellvertreterinnen, sich hinzusetzen, und kümmerte mich um die beiden Frauen auf dem Flur. Die Stellvertreterin von Uta S. ließ sich nur mit Mühe beruhigen. Ich half ihr, das Erlebte abzustreifen.

In der anschließenden Pause kam mir eine Idee. Uta S. hatte geäußert, dass sie kein weiteres Interesse an der Bearbeitung dieses persönlichen Themas habe. Ich mochte das Ende dieser abgebrochenen Aufstellung aber auch nicht so stehen lassen.

„Was wir gesehen haben, ist nur ein kleiner Teil von Uta, vielleicht hat die ungewohnte und in vielen Bereichen neue Lebenssituation ein altes, mit Gefühlen von extremer Hilflosigkeit und Schwäche verbundenes Erlebnis aktiviert. Ich nehme aber an, dass ein viel größerer Teil von Uta stark ist und ganz anders mit der heutigen Arbeitssituation umgehen kann. Und das stellen wir jetzt auf, wenn Uta damit einverstanden ist.“ Uta S. gab ihre Zustimmung.

Tatsächlich ergab sich mit der neuen Stellvertreterin, die mehr die starke Uta repräsentierte, ein völlig anderes Bild: Sie hatte von Anfang an eine viel sicherere und klarere Haltung gegenüber der Chefin. Als Uta selbst ins Bild gestellt wurde, spürte sie, dass sie jetzt mit einem völlig anderen Blick auf die Chefin schauen und mit ihr zusammenarbeiten konnte. Die den Prozess abschließenden Sätze der gegenseitigen Würdigung konnten die schon vorher beobachtete Handlungsänderung bei Uta S. kaum noch verstärken. Im anschließenden Gespräch empfahl ich Uta S., ab und zu mit der Kraft und Energie der starken Erwachsenen auf die kleine zehnjährige Uta in ihr zu schauen. Dann brauche dieser innere Teil nicht in anderen Situationen auf solch unbewusste Art auf sich aufmerksam zu machen. Ich bemerkte auch noch, dass ich eine Therapie nicht für zwingend erforderlich halte, trotz der Dramatik, die sich in der ersten Aufstellung gezeigt hatte. Die zweite Aufstellung habe gezeigt, dass genug Kraft und Energie da ist, um die neue Arbeitssituation erfolgreich zu meistern. Uta S. zeigte sich mit dem gesamten Prozess und diesen letzten Bemerkungen sehr zufrieden.

Wäre das Gleiche in einem normalen Aufstellungsseminar passiert, hätte ich mich von der Schwere der Reaktion der Stellvertreterin stärker beeindrucken lassen. Meine Bereitschaft, andere gesunde Teile der Frau zu sehen, wäre vielleicht eher eingeschränkt gewesen. So ließen mich die besonderen Umstände des Seminars eine kleine Entdeckung machen, die ich jetzt auch auf andere Aufstellungen und das, was sich dort zeigt, übertrage: Es ist möglicherweise immer nur ein Teil in uns, der noch unglücklich und

kräftezehrend gebunden ist. Dieser Teil zeigt sich in Abhängigkeit von dem geäußerten Anliegen. Daneben existiert aber immer auch noch ein starker und gesunder Teil, der sich nicht so deutlich zeigt, weil wir im Augenblick nicht den Fokus darauf richten. Diese Erkenntnis erleichtert mich als Therapeutin und hat auch eine beruhigende Wirkung auf die Klienten. Dann haben Sätze wie „Ich folge dir nach“ nicht mehr die Unheil verkündende Schwere, die sich auch nach einer Aufstellung manchmal kaum abschütteln lässt. Und wenn nur ein Teil zum Beispiel dem früh verstorbenen Elternteil folgen möchte, gibt es noch den anderen Teil, der leben will und alles für ein gutes Gelingen tun möchte und auch tun kann. Und diesen Teil gilt es für mich in der Aufstellungsarbeit mehr als bisher in den Blick zu nehmen und zu stärken.

Mit dieser stärker ressourcenorientierten Haltung gehe ich jetzt in meine Seminare und fühle mich tatsächlich wohler. Die Arbeit wird leichter, und das im doppelten Sinne.