

# Familienstellen und Gegenübertragung

Die meisten von uns Familienaufstellern kennen die Szene: Bert Hellinger sitzt vor einer Aufstellung nahe beim Klienten – und beide schweigen, manchmal lange. Auch wir kennen wahrscheinlich diese Erfahrung aus der eigenen Arbeit. Was geschieht da?

Es ist ein Sichsammeln, eine Einladung an den Klienten, sich zum Wesentlichen hinzubewegen. Aber ich meine, da passiert viel mehr – bereits inhaltlich Wesentliches. Eine weitere uns aus Berts und aus der eigenen Arbeit bekannte Szene: Der Aufstellungsfluss stockt, nichts geht mehr weiter, keine der Ideen oder der Mitteilungen scheinen mehr zu passen oder weiterzuführen. Wenn wir uns dann auf dieses „Nichtwissen“ einlassen, dem zustimmen, kommt oft die entscheidende Frage oder Wahrnehmung, die vorher nicht zugänglich war. Was geschieht da?

Neben dem Respekt vor dem nicht Erklärbaren, dem Größeren, der Seele, das nicht erklärt werden darf und kann, gibt es nun aus den Forschungsbereichen Neurobiologie (Hirnforschung), Entwicklungspsychologie (Säuglingsforschung) und Bindungs-(Attachement-Psychologie) spannende Ergebnisse, auf die ich im Folgenden eingehen möchte. Diese Ergebnisse können wir nutzen für die Professionalisierung unserer praktischen Arbeit und für den Umgang mit der oft heftigen Kritik an dieser systemischen Arbeit.

## Rechtshirnige Kommunikation

Allan Schore<sup>1</sup> hat Hunderte von Forschungsergebnissen aus den oben genannten Disziplinen zusammengetragen. Üblicherweise gehen wir ja davon aus, dass unsere linke Hirnhälfte mit sprachlicher, verstehender Funktion dominant ist und die rechte Hirnhälfte im Hintergrund unsere Gefühle regelt.

Die Phänomene, die im so genannten „Feld“ bei Aufstellungen wahrnehmbar sind, werden jedoch rechtshirinig vermittelt – wir reden, deuten und erklären (= linkshirinig) ja auch nur sehr wenig, in den „Bewegungen der Seele“ fast gar nichts! Bei Familienaufstellungen steht also rechtshirnige Kommunikation im Vordergrund. Diese rechtshirnige, nicht sprachliche Vermittlung von unbewussten Erfahrungen kennen die Psychoanalytiker und Tiefenpsychologen seit langem als Gegenübertragung und unter anderem als „projektive Identifikation“.

Frau Almut Grosse-Parfuß<sup>2</sup> hat in einer der letzten Ausgaben der „Praxis der Systemaufstellung“ die Übertragungs- und Gegenübertragungsphänomene und die verschiedenen identifikatorischen und projektiven Vorgänge sehr differenziert beschrieben.

Wenn ein Trauma oder andere unerträgliche Belastungen den Bindungskontakt prägen (unterbrochene Hinbewegung), erspürt das Kind über die vorsprachliche Bindungsbeziehung zur Mutter und zum Vater (oder zu anderen Ahnen) deren Belastungen und Konfliktdynamiken wie zu sich selbst gehörig. Es nimmt diese Signale anders als verbal auf: durch Mimik, Gestik, Tonfall der Stimme, nicht bewusst kontrollierbare Gesichtsausdrucksveränderungen aller möglichen Arten, Blick, Pupillenweite, Schnelligkeit von Stimme und Bewegung. Durch diese Art von Erfahrungs- und Informationsvermittlung bleiben die Prägungen nicht bewusst benennbar und werden verinnerlicht im impliziten, emotionalen Gedächtnis (Allan Schore<sup>1</sup>).

Es sind vor allem die nicht aushaltbaren, nicht verarbeiteten und deshalb nicht bewusst gewordenen Erfahrungen, die unser Erleben mit uns selbst und mit anderen, unser Handeln und sogar unsere Wahrnehmung bestimmen. Sie sind präverbal, also gar noch nicht verbal benennbar, und prägen uns, ohne dass wir es „wissen“. Wir können auch nicht darüber reden oder sie reflektieren, und doch bestimmen sie unser Gefühls- und Beziehungsleben.

Im Familienstellen können die Klienten nun diese Erfahrungen „rechtshirinig“ kommunizieren: Therapeut und Stellvertreter spüren deren nicht gewusste, aber immer unbewusst vorhandene Informationen als Körper-, Beziehungs- und Gefühlswahrnehmung und teilen sie mit.

## Spiegeln

Dieser Vorgang, in dem sich der Klient also zunächst erstmal gespiegelt sieht und endlich das Unbenennbare benannt wird, ist bereits heilsam! Da es sich aber oft um unerträgliche Gefühle handelt, und die Stellvertreter dies auch ausdrücken, sieht der Klient sich auch gewürdigt in seiner Wahrheit: „Es ist nicht auszuhalten!“

Aber nicht ganz: Die Stellvertreter zeigen auch, dass man als Erwachsener jetzt schon aushalten kann, was für das Kind nicht möglich war.

Eine Klientin hat ihre Aufstellungserfahrung beim Gespiegelt Werden auf ihrer Website (<http://www.missbraucht-privat.de>) beschrieben:

Ich zitiere: „Während die beiden Stellvertreter über ihre Gefühle berichteten und ich erstmalig ‚sehen‘ konnte, wie viel Angst dieses Kind jahrelang hatte, wie es zitterte und am ganzen Leib fror, wie alleine es sich fühlte, wie hilflos, wie erstarrt, war ich total entsetzt. Ich wäre am liebsten in diese Aufstellung hineingegangen, um dieses kleine, zarte Wesen in den Arm zu nehmen, da die Mutter, ebenso erstarrt, dazu nicht in der Lage war. Ich spürte die Wut auf die Mutter

in mir. Doch ich erlebte erstmalig neben diesem Schmerz etwas völlig Neues – eine tiefe Liebe und unbeschreiblichen Respekt vor diesem Kind, welches diese Gewalt überlebt hat!!!

Das Wort, ‚Überlebende‘ zu sein, hat jetzt, nach der Aufstellung, eine völlig neue Bedeutung für mich. Ich bin nicht mehr das Opfer!!! Ich kann die Kraft des kleinen Mädchens fühlen und bin sehr stolz darauf. Ich bin stolz auf mich!!! Ich bin okay!!! Ich habe das Gefühl, erst nun geboren zu sein.“

Die Klientin ist für das Spiegeln der Körper- und Gefühlswahrnehmungen offen, nicht aber für (zu frühe) erklärende und Verstandesmitteilungen. Die Kommunikation muss also auch von Stellvertreter/Therapeut zu Klientin rechtshirnig laufen! So genannte Spiegel-Neurone, die zwei italienische Forscher aus Parma, Vittorio Gallese und Giacomo Rizzolatti<sup>3</sup>, entdeckten, könnten bei diesen Vorgängen eine Rolle spielen: Diese Neuronen im Gehirn (Nervenzellen, die wir alle besitzen) haben die Fähigkeit, das vom Gegenüber Gespürte wie als das Eigene wahrzunehmen: eine Beschreibung von Einfühlung und Empathie.

### **Selbstorganisation**

Als Stellvertreter und vor allem als Aufstellungsleiter müssen nun wir das Gespürte, Erlebte lange genug (aus)halten, „containen“. Stellvertreter müssen die emotionale Aufregung und Erschütterung so lange aushalten, bis durch das Spiegeln beim Klienten ein innerer Prozess in Gang kommen kann. Nach einem „Aha-Erlebnis“ braucht das Hirn circa 20 bis 30 Minuten, bis neue neuronale, synaptische Verbindungen zu wachsen beginnen<sup>4</sup>, – und so lange, bis im Stellvertreter und Aufstellungsleiter eine Lösungsfindung beginnen kann.

Wie geschieht das?

Es mutet immer wieder wie ein Wunder an, wie die Seele einen Lösungsweg findet. Wenn wir spüren und dabeibleiben (containen), beginnt eine erstaunliche Selbstorganisationsfähigkeit zu wirken. Wenn es dem Therapeuten gelingt, den Raum für das Spüren der Verstrickung angemessen lange zu halten, kann sich die Öffnung für die Selbstorganisation entwickeln. Dies gibt dem Klienten eine (wenigstens zum Teil) verarbeitete und verstandene, bewusster gewordene Erfahrung wieder, mit der er oder sie alleine weiterarbeiten kann.

Aber es gibt ihm auch Vertrauen in diese Selbstorganisation, die wirken kann, wenn ein offener, wertungsfreier, gehaltenen Raum zur Verfügung gestellt wird. Die Erfahrung im phänomenologischen Arbeiten zeigt, dass diese Wirkung der Selbstorganisation bisher unorganisierter (unverarbeiteter) Erfahrungen, Erinnerungen oder Verstrickungen nur in so einem offenen Raum der Präsenz und des Getragenseins stattfinden kann.

Hunter Beaumont, dem ich sehr viel verdanke, bietet in seiner phänomenologischen Selbstforschungsarbeit viel Gelegenheit, diese Qualität zu erforschen und zu finden. Die Arbeit so anzubieten, erfordert vom Aufsteller eine gründliche Qualifizierung: eine langjährige Übung in Präsenz, ein Sichauskennen in diesem wertungsfreien, offenen und getragenen Raum und die Fähigkeit, dies nicht nur für sich selbst, sondern auch für die Teilnehmer in heftigen Gefühlserfahrungen anbieten zu können.

### **Abwehr**

Als Aufsteller werden wir öfter mit der „Abwehr“ des Klienten konfrontiert sein. Abwehr heißt hier, dass der Klient einen Schritt in der Aufstellung zu vermeiden oder zu verhindern sucht, den er als gefährlich oder bedrohlich für sich einschätzt. Eine im emotionalen Gedächtnis gespeicherte, früher tatsächlich bedrohliche Erfahrung wird getriggert. Dazu reicht eine nur vage ähnliche Situation – und Aufstellungen bieten dazu ja reichlich Gelegenheit. Der Klient wähnt sich sozusagen wieder in der alten (kindlichen) traumatisierenden Situation. Und das geschieht in Sekundenbruchteilen: Die Neuropsychologen haben festgestellt, dass die Nervenleitungsgeschwindigkeit dieser Gedächtnis-Hirnstrukturen etwas schneller als die unsere s bewussten Denkens ist! Bevor man sich also bewusst ist, überwältigt einen schon zum Beispiel eine alte Angst. Und Schweben ist blitzschnell angesagt, geschieht automatisch. Traumatisierte oder systemisch stark belastete Klienten, und mit solchen haben wir oft zu tun, haben aber gerade eine besonders leicht triggerbare und überschießende Abwehrbereitschaft. Wir müssen damit also geradezu rechnen!<sup>5</sup> Wenn sich der Klient also „wehrt“, zum Beispiel versucht, bei Gefahr in Windeseile die Kontrolle über das Geschehen zu gewinnen, so dürfen wir das nicht als bewussten Versuch, uns zu kontrollieren oder zu manipulieren, auffassen. Wir könnten es als einen „Not Rettungsversuch“ auffassen, um wieder eine gewisse Kontrolle über die gefährliche Situation zu gewinnen. Wir sollten also die Aufstellung dann nicht mit einer entsprechenden Beschuldigung abbrechen.

### **Ein Beispiel aus meiner Arbeit**

Ein Klient weigert sich an einer Stelle der Aufstellung heftig dagegen, dass der Stellvertreter des Vaters weiter eine Rolle spielen sollte, mit der Begründung, „es ginge nur um die Mutter“. Ich führte die Aufstellung ein Stück weiter: Es kam heraus, dass die Söldnertätigkeit des Vaters einen massiven und wesentlichen Einfluss auf den Klienten und seine Verstrickung hatte. Der Klient lehnte alles Weitere ab und wertete die Aufstellung als „falsch“ ab. Ich konnte die Ein-

schätzung des Klienten annehmen und verstehen – die Bedrohung durch den Tabubruch, über die Söldnertätigkeit zu sprechen, war zu spüren! Ich lud ihn aber ein, einfach weiter zu beobachten, wie die übrige Aufstellung noch wirkt.

Drei Wochen später konnte er in seiner Einzeltherapie bei einem Kollegen beginnen, die Erschütterung durch die Aufstellung zuzulassen.

Diese alten Prägungen im emotionalen Gedächtnis des Klienten lassen ihn natürlich zunächst mal den Therapeuten als Bedroher und sich als Opfer erleben.

Auch wir Therapeuten haben natürlich Reaktionsmuster, die uns blitzschnell reagieren (das heißt uns davor schützen) lassen. Zum Beispiel bei eigenen alten Mustern oder bei Manipulationsversuchen oder wenn wir „ungerechterweise“ als Bedroher hingestellt werden, wo wir es doch so gut meinen.

Ein Innehalten an solchen Stellen aber erfordert von uns Aufstellern eine gut geschulte Reflexionsfähigkeit, durch Aufstellungen der eigenen Familie, um nicht blind zu „reagieren“ auf solch subtile, unbewusste Manöver des Klienten. Vor allem aber können wir uns dann wieder erinnern an die jetzige Realität: Der Klient möchte ja genau diese alten Erfahrungen/Verstrickungen überprüfen und verarbeiten lernen. Er muss sie dazu oft erst emotional wieder erleben. Dann können wir vielleicht öfter diese innere Bewegung zu einer Öffnung, eines Gehaltenseins finden. Wir erreichen damit genau diese verletzten, sich bedroht fühlenden Anteile des Klienten. Erst dann kann er sich an dieser Stelle vielleicht für eine Verarbeitung, für eine neue Erfahrung öffnen.

## Schamabwehr

Eine besondere Form der Abwehr eines der unangenehmsten Gefühle, die wir kennen, die Abwehr der Scham, taucht bei Aufstellungen oft im Kontext von Kriegseignissen, speziell beim Thema Nazivergangenheit auf. Über „Schamabwehr“ hat die Freiburger Forschungsgruppe „Erinnern und Lernen – Aufarbeitung der NS-Vergangenheit“ mit den Autoren Stephan Marks und Heidi Mönnich-Marks interessante Forschungsergebnisse erarbeitet, die für uns Aufsteller sehr unterstützend sind<sup>6</sup>.

Der Forschungsbericht zeigt, wie bei der Arbeit mit der NS-Vergangenheit, NS-Tätern und ihren Nachkommen, die Scham und Schuld nicht beim Täter, sondern beim Therapeuten auftreten können: als Gegenübertragungsreaktion. Was ist damit gemeint?

Die therapeutisch geschulten Mitarbeiter dieser Studie interviewten Nazitäter über deren Motivation, bei der NS-Bewegung aktiv mitzumachen. Die interviewten Täter verharmlosten, bagatellisierten oder idealisierten (klassische Abwehrmechanismen) meist ihre Ansichten und Taten und

reagierten oft verächtlich. Sie spürten die Scham über ihre Täterschaft nicht. Rein inhaltlich betrachtet wirkten die erarbeiteten Interviewtexte relativ banal.

Die Interviewer jedoch erlebten bei sich eine intensive Scham, ein Sich-beschämt-Fühlen über das Gespräch mit den Tätern – sie fühlten sich teilweise wie selber schuldig. Die persönlich erlebte Scham ging so weit, dass sie kaum untereinander darüber reden konnten, demotiviert und ablehnend wurden und so das Projekt fast aufgegeben wurde.

Erst eine gemeinsame Team-Supervision zeigte, dass die von den Nazitätern verharmloste, verdrängte („abgewehrte“) Scham und Schuld (als Gegenübertragungsreaktion) bei den Interviewern auftrat, und zwar heftig! Auch wir kennen diese Reaktion, wenn wir vor Aufstellungen nach der NS-/Kriegszeit fragen, wie sehr die härtesten Fakten als zum Beispiel „Das war halt die Zeit damals“ bagatellisierend abgetan werden, oder die Beteiligten verächtlich angeschaut werden. Nachdem ich meine Aufmerksamkeit diesbezüglich geschult habe, konnte ich entsprechende Phänomene differenzierter wahrnehmen: Stellvertreter oder ich als Aufsteller erlebten die Scham oder die Schamabwehr (zum Beispiel Verachtung) plötzlich heftig. Bezogen auf die Dynamik war dann immer eine abgewehrte Scham eruierbar – und dies half entscheidend für die Findung der Verstrickung und der Lösung.

Wenn so heftige und verleugnete Emotionen aus unserer Nazivergangenheit in Familienaufstellungen regelmäßig ans Licht kommen, ist eine Abwehr auch durch die Gesellschaft nicht vermeidbar. Wir müssen damit rechnen, dass unsere Arbeit auch deswegen heftig bekämpft wird, und deshalb besonders professionell arbeiten.

Es wird deutlicher, wie unabdingbar eine regelmäßige Supervision für Aufsteller ist. Eine professionelle Haltung werden wir nur so erreichen.

## Zugehörigkeit

Eine neurobiologische Untersuchung möchte ich noch gern erwähnen, weil sie eine besondere Relevanz für uns Aufsteller hat. Sie untersucht Aspekte der Zugehörigkeit zu einem System, und die spielt in der Aufstellungsarbeit ja eine große Rolle. Wir alle kennen die massiven Folgen, die es für den Einzelnen und das System hat, wenn die Zugehörigkeit verletzt wird, wenn zum Beispiel jemand ausgegrenzt wird.

N. Eisenberger und M. Lieberman von der University of California, L. A.<sup>7</sup>, ließen Versuchspersonen an einem Computerballspiel mit virtuellen Mitspielern teilnehmen. Sie nahmen dabei Messungen des Gehirns bei den Probanden vor, so genannte fMRI-Untersuchungen („functional magnetic resonance imaging“). Dabei wird die Aktivität einzel-

ner Hirnbereiche abgebildet. Wenn die Probanden – vor-  
geblich wegen eines Softwaredefekts – von den virtuellen  
Spielpartnern von der Teilnahme am Spiel ausgeschlossen  
wurden, so reagierte das Gehirn nicht anders als beim Mit-  
spielendürfen. Wurden sie jedoch ohne Erklärung einfach  
nicht mehr angespielt, fühlten sie sich ungerechterweise  
ausgeschlossen und reagierten gekränkt und verletzt. Im  
Hirnbild reagierten die zuständigen emotionalen Zentren  
mit vermehrter Aktivität. Aber erstaunlicherweise reagier-  
ten auch die Hirnareale, die für die Wahrnehmung des  
physischen Schmerzes zuständig sind!  
Ausgeschlossen werden tut also nachweislich weh – wie  
sehr wohl aber erst, wenn es sich um reale nahe Verwandte  
handelt, die uns ausschließen!

### Rechtes Hirn zu rechtem Hirn

Das Familienstellen ist also ein Vorgehen, das auch durch  
Erkenntnisse der neueren neurobiologischen und entwick-  
lungspsychologischen Erkenntnisse unterstützt wird.  
Der Neurobiologe Roth fand: „Das bewusste Ich ist nicht in  
der Lage, über Einsicht seines emotionalen Verhaltens oder  
durch Willensentschluss Strukturen zu verändern – dies kann  
nur über die bewegende emotionale Interaktion geschehen  
... nur durch das Reden kann psychische Bereitschaft nicht  
geändert werden.“<sup>8</sup>

Und das genau leitet uns auch beim Familienstellen.  
Wir kommunizieren also nicht „top → down“, also vom  
bewussten sprechenden (linkshirnigen) Verstand aus. Die in  
rechtshirnigen Strukturen eingprägten Verstrickungen oder  
Traumatisierungen (im emotionalen Gedächtnis) erreichen  
oder verändern wir nicht durch Erklären und Deuten<sup>9</sup>.  
Es gelingt aber, wenn die Stellvertreter dem Klienten auf  
emotional nachvollziehbare Weise die Prägungen spiegeln.  
Das dann folgende Sprechen dient dann dem Verstehen,  
dem Einordnen und Wiedererinnern. Das Verständnis, das  
sich dann daraus entwickelt, stammt nicht aus einem Kon-  
zept, sondern bildet erlebte Wirklichkeit ab.

Die Fähigkeit des Gehirns und der Seele (ohne dass wir sie  
definieren könnten oder dürften), sich selbst zu organisieren  
in einem heilsamen, stimmigen Sinne, bedarf eines offenen,  
nicht wertenden Raumes: durch die Präsenz des Aufstellers.

Eine gute Meditationspraxis ist hilfreich. Hier treffen sich die  
Neurobiologie und die spirituellen Traditionen. Eine Studie  
von Hirnforschern, die mit dem Dalai-Lama zusammenar-  
beiten, lieferte spannende Ergebnisse<sup>10</sup>.

Für mich ist das Wachsen des Vertrauens in diese Selbst-  
organisationsfähigkeit im offenen Raum (meines und das  
der Teilnehmer) eines der größten Geschenke aus der Auf-  
stellungsarbeit.

- <sup>1</sup> Allan Schore: *Affect Regulation and the repair of the self*,  
New York 2003
- <sup>2</sup> Almuth Grosse-Parfuß: Familienstellen und Psychoanalyse, in *Praxis  
der Systemaufstellung* 2/2003
- <sup>3</sup> Vittorio Gallese und Giacomo Rizzolatti von der Universität Parma,  
in „New Scientist“, Jan. 2001
- <sup>4</sup> Fangauf, Ulrike: Zukunft der Psychotherapie, Dtsch. Ärzteblatt PP 2  
Dez. 2003, S. 563
- <sup>5</sup> Grawe, Klaus: „Von der Verhaltenstherapie zur Neuropsychotherapie“,  
Bern (aus der Homepage des bvvp)
- <sup>6</sup> Stephan Marks und Heidi Mönnich-Marks:  
[www.geschichte-erinnerung.de](http://www.geschichte-erinnerung.de)
- <sup>7</sup> N. Eisenberger und M. Lieberman: News Release der University of  
California, L. A., 10.10.2003
- <sup>8</sup> Gerhard Roth: „Fühlen, Denken, Handeln“, 2001
- <sup>9</sup> Allan Schore: „Bindung, Rechstshirn und Lebensbewältigung“ (aus  
dem ZIST-Programm 2004)
- <sup>10</sup> Richard Davidson über Effekte der Meditation auf die Hirnaktivität,  
in *New Scientist* 178, 2003, S. 44

#### Literaturempfehlung:

Joachim Bauer: *Das Gedächtnis des Körpers*, Frankfurt, 2002  
(ein Hirnforschungsbuch auch für Laien auf Deutsch)