

Franz Ruppert

Aufstellungen unter dem Vorzeichen einer mehrgenerationalen systemischen Psychotraumatologie (MSP)

Die Nachfrage nach Aufstellungen

Was veranlasst Menschen, Familienaufstellungen zu machen? Mit welchen Motiven und Anliegen kommen sie? Nach meiner Erfahrung sind dies in erster Linie Beziehungsprobleme mit Partnern, Kindern, den eigenen Eltern, manchmal auch immer wieder auftretende Konflikte mit Arbeitskollegen. Mittlerweile erhoffen sich auch Menschen mit den Symptomen psychischer „Störungen“ wie Ängsten, Depressionen, diffusen körperlichen Beschwerden oder „Psychosen“ und sogar Menschen mit Krebserkrankungen Hilfe von Familienaufstellungen. Viele Menschen haben schon an zahlreichen Stellen vergeblich versucht, Linderung oder Heilung für ihre seelischen oder körperlichen Leiden zu erhalten, und hoffen nun, in einer Aufstellung den unbewussten und verborgenen Ursachen ihrer Krankheits-symptome auf die Spur zu kommen.

Je umfangreicher, schwerwiegender und chronifizierter die Beziehungskonflikte und Symptome seelischen und körperlichen Leidens sind, mit denen Menschen in Aufstellungs-seminare kommen, desto stärker ist auch der Leiter einer Aufstellung gefordert, über ein schlüssiges Konzept zu verfügen, wie Beziehungskonflikte und Leidenssymptome zusammenhängen. Ich erachte es als sehr hilfreich, wenn man als Therapeut in der Lage ist, die Ursachen seelischer Verletzungen und Verstrickungen zu verstehen und zu wissen, wie seelische Veränderungsprozesse geschehen, um

sie durch seine Interventionen zielgerichtet therapeutisch begleiten zu können. Bei jeder Form der Therapie besteht nämlich die Gefahr, in Unkenntnis der tatsächlichen Ursachen und Verlaufsformen einer Erkrankung das Problem zu verstärken, statt es zu heilen.

Bindung und Trauma

Aus meiner nunmehr zehnjährigen Erfahrung mit der Aufstellungsmethode – die ich zu meiner großen Zufriedenheit für mich selbst angewendet habe und immer dann anwende, wenn ich ein seelisches Problem zu lösen habe – haben sich einige grundsätzliche Einsichten verdichtet:

- Nahezu alle ernsthaften und schwer lösbaren Beziehungskonflikte beruhen auf Bindungsstörungen im Verhältnis zwischen einer Mutter und ihrem Kind.
- Die meisten Bindungsstörungen haben ihren Ursprung in Traumatisierungen der Mutter.
- Über den Weg der seelischen Bindung werden Traumaerfahrungen und Reaktionen der Mütter an ihre Kinder weitergegeben.
- Menschen, die an einer schweren Bindungsstörung leiden, sind in großer Gefahr, selbst Opfer von Traumatisierungen oder selbst Täter zu werden, die andere Menschen traumatisieren (Ruppert 2001, 2002a, 2005).

Die Erfahrungen aus mehreren Tausenden von mir geleiteten Aufstellungen haben mich dazu veranlasst, mein Wissen über die Bindungsforschung und die Entwicklungen auf dem Gebiet der Psychotraumatologie zu vertiefen und dieses Wissen mit der therapeutischen Arbeit mit Aufstellungen zu verknüpfen.

Der Engländer John Bowlby (1907–1990) ist der Begründer der psychologischen Bindungsforschung (Bowlby 1973, 1995, 1998; Holmes 2002). In seinen umfangreichen eigenen Studien und in der Zusammenschau vieler Befunde aus der Entwicklungspsychologie, Ethnologie und Verhaltensforschung hat er die grundlegende Bedeutung der Mutter-Kind-Bindung für die seelische Gesundheit eines Menschen überzeugend dargelegt. Diese Studien „zeigen, dass die Entwicklung eines Kindes fast immer verzögert verläuft, wenn es die Betreuung der Mutter entbehren musste – und das sowohl physisch, intellektuell und sozial – und dass Symptome körperlicher und seelischer Krankheit auftreten können“ (Bowlby 2001, S. 17).

Bowlby hat auch erkannt, dass die Trennung eines Kindes von seiner Mutter drei grundlegende Gefühle hervorruft:

- Angst vor dem Verlassenwerden und Alleinsein,
- Protest gegen die Trennung und Wut über das Verlassenwerden,
- Resignation und Rückzug, wenn die Trennung nicht durch Protest zu verhindern ist.

Aus den Erkenntnissen von John Bowlby folgt auch, dass die Vaterbindung für das Kind eine eigene und andere Qualität als die Mutterbindung hat: „Vom Standpunkt des kleinen Kindes betrachtet, spielt der Vater nur die zweite Geige, und seine Bedeutung vergrößert sich nur in dem Maße, als es lernt, selbstständiger zu werden.“ (a.a.O., S. 13) Je nach den Erfahrungen eines Kindes mit seiner Mutter in den ersten Lebensjahren bildet das Kind also bestimmte Grundmuster für diese Beziehung aus, die es dann im späteren Leben auf andere Menschen überträgt. Ein sicher an seine Mutter gebundenes Kind ist auch in Bezug auf andere Menschen in der Lage, tragfähige Bindungen herzustellen. Ein Kind mit einer unsicheren Mutterbindung kann auch mit anderen Menschen keine gesunden und stabilen Beziehungen eingehen. Es gerät immer wieder in Beziehungskonflikte, welche die Konflikte der frühen Mutterbindung widerspiegeln. Dieses Phänomen kann man in Aufstellungen durchgängig beobachten.

Eine massive Störung der Mutter-Kind-Bindung kann auf verschiedene Weise verursacht sein. Dramatisch ist es, wenn die Mutter bei oder kurz nach der Geburt stirbt oder wenn das Kind schon früh zur Adoption oder Pflege weggegeben wird. In solchen Fällen liegt ein Verlusttrauma für das Kind vor, das zu Hoffnungslosigkeit führt und damit die Basis bildet für die Entwicklung depressiver Erkrankungen.

Doch selbst eine körperlich anwesende Mutter kann seelisch für das Kind nicht verfügbar sein. Nach meinen Beob-

achtungen in Aufstellungen ist das meist der Fall, wenn die Mutter selbst ein Trauma erlitten hat. Warum? Die Erkenntnis, dass die Traumaerfahrung einer Mutter eine Bindungsstörung in Bezug auf ihr Kind hervorruft, ergibt sich aus der Einsicht in die Entstehung, den Verlauf und die Bewältigung von Traumatisierungen. Durch ein Trauma werden die Verarbeitungsmöglichkeiten eines Menschen für Gefühle überfordert. Er wird in einer Traumasituation (zum Beispiel einen Gewaltakt erleiden oder miterleben, wie ein Familienangehöriger plötzlich stirbt) von Gefühlen überschwemmt, vor allem von Ängsten, Wut und seelischem Schmerz. Zur Wiedererlangung der seelischen Stabilität in und nach einer traumatischen Erfahrung wird daher in einer Art Notfallmechanismus die Gefühls- und Schmerzempfindlichkeit seelisch und auch auf gehirnphysiologischer Basis betäubt. Nur durch diese Betäubung wird in vielen Fällen ein Überleben einer Traumaerfahrung überhaupt möglich. Dieser Schutzmechanismus unterbindet und verhindert aber nicht nur die Erinnerung an das vergangene Trauma, er blockiert auch den emotionalen Bezug zur Gegenwart und damit auch den emotionalen Austausch mit anderen Menschen. Dies hat besonders für die Paarbindung und vor allem für die Mutter-Kind-Bindung sehr negative Konsequenzen. Die eingefrorenen Gefühle und die Angst des traumatisierten Menschen, wieder in seine Traumagefühle hineingezogen zu werden, verhindert die seelische Bindung. Vom Erleben eines Kindes sieht dies so aus, dass die Mutter emotional abwesend und ihre Wärme und Liebe nur schwer spürbar ist. Die Seele der Mutter ist für das Kind wie eine glatte Wand, an der es seine emotionalen Tentakel nicht ansaugen kann. Darüber hinaus kann es sein, dass von Zeit zu Zeit unkontrolliert abgespaltene Gefühle aus dem mütterlichen Traumaerleben in den Beziehungsraum zwischen ihr und dem Kind einströmen. Das Kind bemerkt zum Beispiel Ängste und Hilflosigkeit, wenn es der Mutter in die Augen schaut. Oder es spürt ihre innere Anspannung, den Ekel, die sexuelle Erregung, den abgrundtiefen Hass und ähnliche Gefühle aus der ursprünglichen Traumasituation seiner Mutter, wenn es die Mutter in den Arm nimmt und seinen Körper berührt. Es kann das Echo des Traumas auch in der Stimme der Mutter wahrnehmen. Dies alles verwirrt das Kind und löst bei ihm Reaktionen aus, entweder die Mutter zu trösten oder sich vor ihr zu fürchten und sich von ihr innerlich zurückzuziehen. Das kindliche Symbiosebedürfnis und sein Wunsch nach Halt und mütterlicher Liebe bleiben damit aber ein Leben lang ungestillt. Das Trauma der Mutter kann ihr selbst im Leben zugestoßen sein als Verlust eines eigenen Kindes, als (sexuelle) Gewalterfahrung oder zum Beispiel als Miterleben von Krieg und Terror. Die Bindungsstörung zwischen Mutter und Kind kann ihre Wurzel auch darin haben, dass bereits die Beziehung der Mutter zu ihrer Mutter gestört war, weil die Großmutter unter den Folgen einer Traumatisierung zu leiden hatte. Auf diesem Wege kommt es zu einer mehrgenerationalen Blockade von Liebe, Wärme und Herzlichkeit zwi-

schen Müttern und Kindern und einer transgenerationalen Weitergabe nicht aufgelöster Traumagefühle, die sich über den Haut-, Augen und Ohrenkontakt zwischen Mutter und Kind weiter „vererben“. Dieser Zusammenhang zwischen dem mütterlichen Trauma und den Bindungsstörungen wird auch von der Bindungsforschung immer deutlicher wahrgenommen (Brisch und Hellbrügge 2003).

Die schlimmste Form der Traumatisierung ist das, was ich als „Bindungstrauma“ bezeichne. Ihre eigenen Gewalt- und Missbrauchserfahrungen und/oder die Ablehnung durch ihre eigene Mutter überlagern bei einer Mutter ihre mütterlichen Urinstinkte und führen dazu, dass sie wiederum ihr eigenes Kind nicht annehmen kann, es ablehnt und emotional und körperlich misshandelt. Kinder aus solchen Mutter-Kind-Verhältnissen entwickeln meist schwere Persönlichkeitsstörungen.

Eine weitere Steigerung, sichere Mutter-Kind-Bindungen zu untergraben, findet dann statt, wenn ein Kind absichtlich vernachlässigt wird, sodass es stirbt, oder gar absichtlich getötet und ermordet wird. Dies ist in der Praxis zum Beispiel der Fall, wenn ein Kind, das aus einer Vergewaltigung entstanden ist, oder ein behindertes Kind beiseite geschafft werden. In solchen Fällen wird ein gesamtes familiäres Bindungssystem auf Generationen hinaus schwer traumatisiert. Ich spreche daher von einem Bindungssystemtrauma. Nach meinen Erfahrungen liegen der Schizophrenie und den verschiedenen Formen von Psychosen in der Regel solche Ereignisse in einem familiären Bindungssystem zugrunde (Ruppert 2002b).

In Tabelle 1 habe ich in einer Übersicht zusammengefasst, welche Arten der Traumatisierung in der ersten und zweiten Generation zu welcher Art von seelischer Erkrankung führen können.

Die klassische Familienaufstellung

Die klassische Familienaufstellung, wie sie von Bert Hellinger in der Zeit zwischen 1980 und 1995 entwickelt wurde, verwendet weder das Bindungs- noch das Traumakonzept. Sie geht von so genannten „Ordnungen der Liebe“ aus, die durch bestimmte Vorkommnisse in Unordnung geraten (Hellinger 1994). Darunter zählt Hellinger in erster Linie das Nichtannehmen des Geschenks des Lebens der Kinder von ihren Eltern. Er rechnet dazu auch die Beobachtung, dass manche Familienmitglieder im Familiengedächtnis vergessen („ausgeklammert“) werden, zum Beispiel früh verstorbene Kinder oder Menschen, die sich selbst getötet haben (Weber 1995).

Hellinger leitete daraus ab, in einer Familienaufstellung vor allem jene Familienmitglieder wieder ins Spiel zu bringen, deren Existenz verdrängt wurde. Er konnte so die Erfahrung machen, dass es bestimmte Grundstrukturen in einer Familie gibt, die von allen Beteiligten als komplett und für das seelische Befinden heilsam erlebt werden, weil in ihnen

jeder den Platz einnehmen kann, der ihm zusteht beziehungsweise ihm auch von den anderen Familienmitgliedern fraglos zugestanden wird. In diesen „geordneten“ Strukturen fließt auch ein Strom positiver Gefühle von gegenseitiger Liebe und Achtung, der dem Einzelnen Kraft für sein eigenes Leben und damit auch für die Ablösung von seiner Herkunftsfamilie zukommen lässt.

Aufstellungen als Bewegungen der Seele

Betrachtet man dieses klassische Familienaufstellungskonzept etwas genauer, so kann man feststellen, dass auch hier implizit damit gearbeitet wird, dass die Beziehungsstörungen von Familienmitgliedern auf traumatischen Ereignissen in einem Familiensystem beruhen. Nach etwas anderem als nach Traumata fragt Hellinger die Klienten, wenn er sie nur nach „Ereignissen“ fragt und keine psychologischen Deutungen und Bewertungen hören will? „Ereignisse“ sind für ihn der frühe Tod von Familienangehörigen, die Weggabe eines Kindes zur Adoption, der Selbstmord eines Familienmitglieds und anderes mehr. All dies sind Vorkommnisse, welche für die Eltern oder Großeltern eines Klienten traumatisch sind oder waren.

Auch in seinem Konzept der „unterbrochenen Hinbewegung“ reflektiert Hellinger auf eine Bindungsstörung im Verhältnis von Mutter und Kind, ohne explizit Bezug auf den Begriff der Bindung und die von Bowlby beschriebenen Stadien einer Bindungsstörung zu nehmen.

Je mehr Hellinger von der hoch strukturierten und sehr schematischen Form der klassischen Familienaufstellung abrückte und den Stellvertretern in einer Aufstellung die Möglichkeit bot, ihren Gefühlen freien Ausdruck zu geben und ihren Bewegungsimpulsen zu folgen – er nannte es „Bewegungen der Seele“ –, desto stärker kamen in den Aufstellungen die emotionalen Prozesse zum Ausdruck, welche das Bindungsgeschehen begleiten und steuern (Hellinger 2001). Ebenso wurde sichtbar, dass es im Bindungsraum einer Familie Gefühle gibt, die aus Traumaaufstellungen resultieren: panische Ängste, tiefster Schmerz, emotionale Blockaden und Bewegungsunfähigkeit.

Aufstellungen als Verknüpfung von Bindungs- und Traumatherapie

Die Arbeit mit den „Bewegungen der Seele“ hat mir den Zugang zum besseren Verständnis von Traumatisierungen verschafft. Durch das Studium der traumaspezifischen Literatur (unter anderem Levine 1998; Fischer und Riedesser 1999; van der Kolk 2000; Herman 2003; Huber 2003 a und b; Putnam 2003; Reddemann 2004) konnte ich in den Aufstellungen deutlicher erkennen, wenn die Stellvertreter traumaspezifische Symptome und Reaktionen widerspiegeln. Daraus entwickelten sich in meiner Arbeit neue Formen der Intervention, u. a. die Methode, an bestimmten

Folgen des Traumas	... für die betroffene Mutter und ihr Verhältnis zum Kind	... für Kinder in der folgenden Generation	... für Kinder in der übernächsten Generation
bei Existenztraumata	Abgespaltene Todesangst, Überbesorgtheit, Unruhe, Zukunftsangst	Latente Ängstlichkeit, unvermittelt auftretende Panikattacken und Angsterkrankungen	Leichte Formen der Hyperaktivität
bei Verlusttraumata	Abgespaltener Verlustschmerz, Niedergeschlagenheit, Energielosigkeit, geringe seelische Belastbarkeit durch Probleme der Kinder	Latente Depressivität, unvermittelt auftretende schwere Depressionen, Medikamentenabhängigkeit, erhöhte Suizidneigung	Depressivität, latente Suizidneigung
bei Bindungstraumata ohne selbst erlebte andere Formen der Traumatisierung	Innere Leere, Bindungsunfähigkeit, äußerliches Versorgen der Kinder	Narzisstische Persönlichkeitsstörung, histrionische und andere Persönlichkeitsstörungen	Leichtere Formen von Persönlichkeitsstörungen
bei Bindungstraumata mit sexuellen Missbrauchserfahrungen	Borderline-Persönlichkeitsstörung, Ablehnung der Kinder, Wegsehen bei Missbrauch	Borderline-Persönlichkeitsstörung, schwere Drogensucht	Schwere Formen der Hyperaktivität, Borderline-Persönlichkeitsstörung, Bulimie, Waschzwang
bei Bindungstraumata mit Gewalterfahrungen	Abgespaltene Angst, Wut- und Schmerzgefühle, vielfältige körperliche Krankheitssymptome, Gewalt gegen eigene Kinder	Antisoziale Persönlichkeitsstörung	Antisoziale Persönlichkeitsstörung
bei Bindungssystemtraumata mit Kindern aus Inzestbeziehungen	Abgespaltene Verwirrung, emotionsloses Funktionieren	Verleugnung der Realität, latente Schizophrenie	Manie, schizoaffektive Psychosen
bei Bindungssystemtraumata mit getöteten Kindern	Tod aller Bindungsgefühle, Flucht in eine Scheinwelt	Innere Leere, Identitätsverwirrung, latente Schizophrenie	Manifeste Schizophrenie, paranoid-halluzinatorische Psychosen, Magersucht, krankhaftes

Tabelle 1: Traumafolgen für die betroffenen Mütter und ihre Kinder und deren Kinder in Abhängigkeit von der Art des Traumas

Punkten einer Aufstellung Stellvertreter ins Spiel zu bringen, welche Ressourcen für die traumatisierten Personen in einem Familiensystem darstellen. Deutlich zeigt sich in dieser Arbeit, dass die selbst erlebten Traumata der Patientinnen und Patienten (zum Beispiel sexueller Missbrauch) viel besser bewältigt werden können, wenn die gestörten Bindungsprozesse in deren Seele geheilt werden.

Ein Fallbeispiel

Da die Aufstellungsprozesse in Gruppen sehr komplex und daher schwer darstellbar sind, füge ich hier ein Beispiel einer Einzelarbeit mit einem Klienten ein. Auch in der Einzelarbeit lege ich die von mir entwickelte Theorie der mehrgenerationalen systemischen Psychotraumatologie (MSP) zugrunde. Statt Stellvertreter auszuwählen, wie in einem Gruppensetting, wählt der Patient Kissen verschiedener Größe, Farbe und Form aus und legt ein Aufstellungsbild auf dem Boden aus. Er tritt dann selbst hinter die einzelnen Kissen und spürt nach, was er dort empfindet. Der Wechsel zwischen den verschiedenen Gefühlszuständen an den verschiedenen Positionen ist für mich als Therapeut, der den Prozess von außen beobachtet und lenkt, oft sehr beeindruckend.

Fallbeispiel:

Dass, was verbindet, trennt zugleich

Roman (28 Jahre) ist schon seit sechs Jahren in psychoanalytischer Behandlung. Sie hat ihm gut getan und hat ihn vieles über sich klar werden lassen. Dennoch gerät er in seinen Beziehungen immer wieder in eine chaotische Situation. Vor einigen Tagen hat ihn seine geschiedene Frau, mit der er seit einigen Monaten wieder eine intime Beziehung begonnen hatte, mit einem Arbeitskollegen betrogen. Er bat mich um eine Einzelsitzung. Seinen Schilderungen des Konflikts mit seiner Exfrau und jetzigen Partnerin war zu entnehmen, dass diese Frau deutliche Anzeichen einer Persönlichkeitsstörung aufweist. Roman hat sich diese Partnerin nicht zufällig gewählt. Er war in seiner Kindheit mit seiner Mutter auf eine unheilvolle Weise verstrickt und ist es mit seinem kindlichen Seelenanteil noch immer, auch wenn sein Erwachsenenanteil immer mehr auf Abstand gehen kann. Seine Mutter weist offenbar eine narzisstische Persönlichkeitsstruktur auf und überfordert Roman seelisch vollkommen. Er kann ihr nichts recht machen. Sie klammert an ihm wie ein Kind an seiner Mutter. Sie macht ihn dafür verantwortlich, ob es ihr gut geht oder ob sie krank ist. Wenn Roman auf ihre Wünsche eingeht, fordert sie immer mehr. Sie ist eifersüchtig auf ihn, wenn sie meint, Romans Vater kümmere sich mehr um ihn als um sie. Sie fordert Romans Vater auf, sich für sie zu entscheiden und gegen den Sohn Partei zu ergreifen. Romans Vater ist in diese Spaltungsdynamik seiner Frau hilflos verstrickt und schlägt

sich in den meisten Fällen auf die Seite seiner Frau. Hinterher entschuldigt er sich bei Roman, wenn er ihn zu Unrecht bestraft hat. Immer wieder spaltete die Mutter mit ihren unkontrollierten Gefühlsausbrüchen und Stimmungsschwankungen diese kleine Familie. Es kann auf diese Weise zwischen den drei beteiligten Personen keinen Frieden und keine Harmonie geben.

Mit seiner Freundin wiederholt sich für Roman im Prinzip seine Ohnmacht, die Beziehung zu einer Frau zu gestalten. Er darf in Zeiten, in denen es ihr schlecht geht, ihren Seelenröster spielen, und sie lässt dann seine Nähe zu. Geht es ihr besser, wird sie kalt und abweisend. Sie hält ihn dann auf Abstand und meint, durch sein Einfühlungsvermögen würde er sie nur klein und abhängig halten. Obwohl Roman dieses Wechselspiel aufgrund seiner bisherigen Therapien durchschaut, kann er sich aus dem krank machenden Verstrickungsmuster nicht lösen. Er ist selbst in sich gespalten, in einen Erwachsenenanteil, der inzwischen im Prinzip mit seinem Leben dank seiner jahrelangen Therapien gut zurechtkommt, und in einen Kleinkindanteil, der von großen Verlassenheitsängsten gepeinigt ist. Dieser Anteil ist es, der Roman immer wieder in überfordernde Beziehungen verstrickt und ihn auch davon abhält, aussichtslose Beziehungen trotz der seelischen Verletzungen, die ihm dabei zugefügt werden, zu beenden. Dieser Anteil hofft, dass das Unmögliche vielleicht eines Tages doch noch passiert – eine dauerhafte und sichere Bindung zur Mutter.

Roman wollte in dieser Sitzung verstehen lernen, warum er so in dieser Beziehung gefangen ist und wie es ihm möglich wird, sich daraus zu lösen. Ich bat ihn zunächst, zwei Kissen zu nehmen, die seinen Erwachsenenanteil und seinen Kindanteil repräsentieren. Als Roman sich hinter den

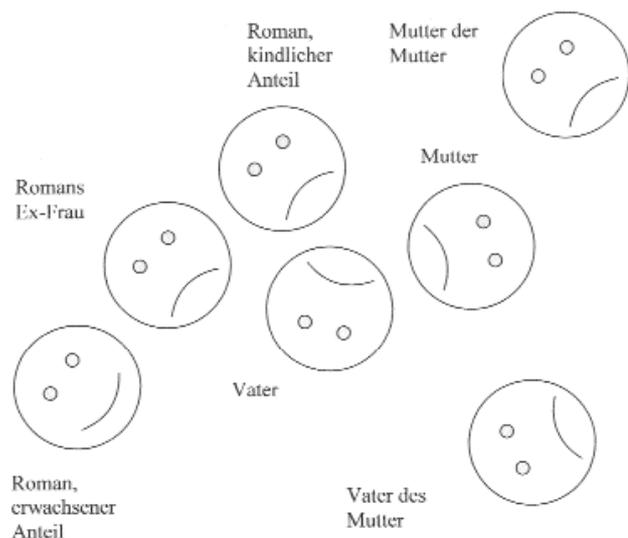


Abbildung 5: Romans Spaltung in einen erwachsenen und einen kindlichen Anteil und seine Verstrickung in seine Herkunftsfamilie und mit seiner Exfrau werden sichtbar.

Erwachsenenanteil stellte, fühlte er sich stark und unabhängig, stand er hinter dem Kindanteil, fiel seine ganze Energie in sich zusammen und er fühlte sich klein, weinerlich, hilflos und ohnmächtig. Ich bat ihn darauf, seine Mutter, seinen Vater und seine Freundin durch Kissen zu repräsentieren. Später legte er auch noch die Eltern der Mutter dazu. Von der Mutter weiß er, dass ihr Vater starb, als sie 14 Jahre alt war, und dass die Mutter der Mutter eine sehr kühle Frau war und vermutlich zwei Fehlgeburten oder Abtreibungen vor der Geburt seiner Mutter hatte.

Aus dem aufgelegten Bild wurde Romans Verstrickung mit seinen Eltern deutlich sichtbar und dass auch diese keine sichere Bindung zu ihren Eltern haben. Es zeigt sich deutlich, dass seine Exfrau seine Persönlichkeitsspaltung verstärkt, statt sie zu heilen. Roman nahm sich Zeit, sich dieses verstrickte Bindungssystem und die daraus resultierenden seelischen Spaltungen ausführlich zu vergegenwärtigen. Nach einer Weile schlug ich ihm vor, ein Kissen dazuzulegen, welches die Realität des Wunsches repräsentierte, dass ein Kind zu seiner Mutter eine sichere Bindung haben möchte und braucht. Er legte dieses Kissen in die Mitte der schon daliegenden Kissen. Er wurde plötzlich sehr traurig. Schritt um Schritt schob er alle anderen Kissen im Kreis um dieses Kissen herum. „Die wollen alle zu dieser Lagerfeuer und sich wärmen.“

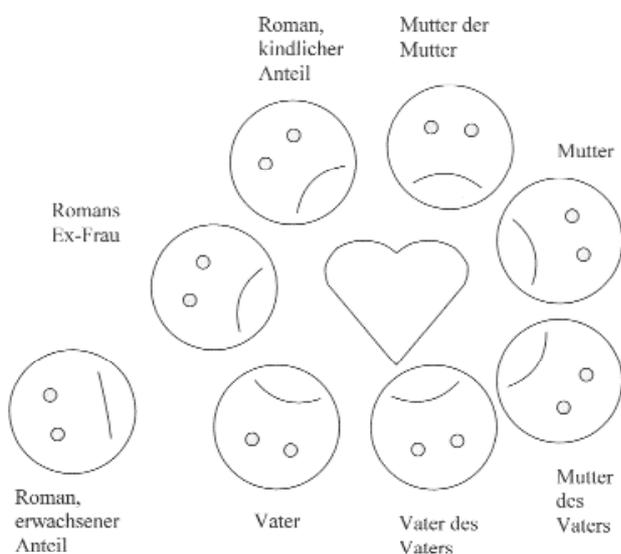


Abbildung 6: Der Kern der Spaltung und der Verstrickung: die Realität des Bedürfnisses eines jeden Beteiligten, als Kind eine liebevolle Bindung an die eigene Mutter und Halt zu haben.

Nur das Kissen, das seinen Erwachsenenanteil repräsentierte, ließ er außerhalb dieses Kreises liegen. Roman betrachtete dann die Situation von dieser Position aus als jemand, der Abschied nimmt. Trauer stieg jetzt immer mehr in ihm hoch. Er spürte jetzt, dass es für alle Beteiligten nicht möglich war, wirklich zusammenzukommen, „obwohl ja keiner für sich

ein schlechter Mensch ist“. Ich schlug ihm vor, den Satz zu sagen: „Unser unerfülltes Bedürfnis ist das, was uns verbindet und zugleich trennt.“ Ausformuliert heißt dieser Satz: „Unser unerfülltes Bedürfnis, das wir einen warmen Bezug zu unserer Mutter haben möchten und brauchen, ist das, was uns in Wirklichkeit verbindet – und uns trennt, weil wir das, was wir als Kind von unserer Mutter brauchen, bei den falschen Personen gesucht haben.“ Die Sitzung konnte damit beendet werden.

Roman schrieb folgenden Kommentar eine Woche nach der Einzelsitzung mit ihm:

In der Aufstellung wollte ich herausfinden, wieso es einen Teil in mir gab, der die Hoffnung über alles stellte und eine Trennung von meiner Partnerin überhaupt nicht zulassen konnte, obwohl ich wusste und merkte, wie unglücklich ich war. Ich wusste ja, dass es keine Aussicht auf Besserung gab, dass sie mich wieder in den Wahnsinn treiben würde und ich nur noch erfolglos damit beschäftigt war, sie zu erreichen, und meine Bedürfnisse dabei völlig ignorierte. Dieser Teil war so viel stärker als jede Vernunft und jedes andere Gefühl, stärker als jedes Leiden. Es war teilweise nicht aushaltbar, wenn ich versuchte, mich dagegenzustellen. Ich bekam Panik, wie ein kleines Kind, das alleine gelassen wurde.

In der Aufstellung stellte sich für mich heraus, dass es ein Kind in mir gab, das nach 28 Jahren immer noch nach seelischem Halt und Sicherheit sucht, den es in seiner Kindheit nie bekam. Der Teil klammerte sich so sehr an die Beziehung und die minimale Aussicht, dass es doch noch gut werden könnte und ich endlich wahrgenommen werde und dadurch den Halt bekomme, der mir so fehlt, dass alles andere scheinbar nichts zählte. Es stellte sich aber heraus, und das war mir eigentlich bekannt, dass meiner Exfrau der Halt genauso fehlte, scheinbar noch mehr als mir, wenn man ihre vielen Beziehungen in den vergangenen Jahren betrachtet. Anfangs lief es gut, weil wir beide offen über unsere Bedürfnisse sprachen, das reichte mir schon als Halt. Als sie dann wieder zumachte, gab es Chaos, weil sie sich fortwährend als stark und unabhängig hinstellte und mir meine Sensibilität vorwarf, jedoch gleichzeitig noch genauso bedürftig blieb und diese Sensibilität brauchte. Je mehr ich versuchte, mich auf sie einzustellen, desto chaotischer wurde ich selbst. Der Grund, wieso ich überhaupt versuchte, mich auf sie einzustellen, lag in dem hilflosen Anteil, der wohl alles täte, damit es endlich gut wird. Das wurde in der Aufstellung ganz klar und half mir im Nachhinein, die Dinge anders zu sehen.

Es stellte sich im Laufe der Zeit nun eine Gelassenheit ein. Sie wuchs, je mehr ich es schaffte zu akzeptieren, dass es diesen Teil einfach gibt. Dadurch verschwand auch langsam der Druck, jemanden zu finden, der mir genau das gibt, was ich zu brauchen glaubte. Ich brauche niemanden mehr zu suchen und alles für den zu tun, nur damit mir jemand diesen Halt gibt. Dadurch werde ich dann tatsächlich haltlos.

Zukünftige Entwicklungen

Eine Methode ist meines Erachtens nur so gut wie die Theorie, auf der sie basiert. Daher hat für mich die Diskussion der Theorie Priorität vor einer Diskussion über methodische Vorgehensweisen. Mit der mehrgenerationalen systemischen Psychotraumatologie habe ich für mich einen Theorierahmen geschaffen, auf dem ich mein psychotherapeutisches Vorgehen aufbaue. Die Aufstellungsmethode, die ich dabei häufig verwende, hat dennoch ihre Eigenheiten, die gesondert betrachtet werden müssen. Es stellt sich wie bei jeder anderen Methode auch die Frage, wie objektiv, zuverlässig und valide die Aufstellungsmethode ist. Ich habe daher in München ein Forschungsteam gegründet, das sich derzeit mit drei Fragen empirisch befasst:

- Was nimmt ein Patient speziell aus einer Aufstellung für sich als therapeutischen Effekt mit?
- Wie können Stellvertreter unterscheiden, ob sie eigenen Gefühlen folgen oder den Gefühlen aus der Rolle?
- Wie gehen Patienten damit um, wenn sich in einer Aufstellung zeigt, dass es möglicherweise familiäre Geheimnisse gibt?

Der Aufstellungsmethode wird derzeit in akademischen Kreisen mit hohem Misstrauen begegnet. Es liegen leider auch nur wenige empirische Untersuchungen zur Aufstellungsmethode selbst vor (Schlötter 2005). Möglicherweise kann sich das ändern, wenn der Zusammenhang zwischen der Existenz der sogenannten Spiegelneurone und dem Phänomen der repräsentierenden Wahrnehmung besser verstanden wird (Rizzolatti 2002; Bauer 2005). Für mich stellt die Entdeckung der Spiegelneurone eine mögliche Grundlage für das Verständnis des Aufstellungsphänomens dar. Eine Zusammenarbeit zwischen Gehirnforschern und Aufstellern könnte hier sehr interessante und aufschlussreiche Ergebnisse bringen.

- Bauer, J. (2005). Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone. Hamburg: Hoffmann und Campe.
- Bowlby, J. (1973). Attachment and Loss, Vol. II. Separation: Anxiety and Anger. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1995). Elternbindung und Persönlichkeitsentwicklung. Heidelberg: Dexter Verlag. Englische Version: A Secure Base. London: Routledge.
- Bowlby, J. (1998). Attachment and Loss, Vol. III. Loss: Sadness and Depression. London: Pimlico, Random House.
- Bowlby, J. (2001). Frühe Bindung und kindliche Entwicklung. München: Ernst Reinhardt Verlag. Englische Version: Child Care and Growth of Love. Penguin Books.
- Brisch, K. H. und Hellbrügge, T. (Hrsg.). Bindung und Trauma. Risiken und Schutzfaktoren für die Entwicklung von Kindern. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.
- Fischer, G. und Riedesser, P. (1998). Lehrbuch der Psychotraumatologie. München: Reinhardt Verlag.
- Hellinger, B. (1994). Ordnungen der Liebe. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag. Englische Version: Love's own Truth. Heidelberg: Carl-Auer International.
- Hellinger, B. (2001). Liebe am Abgrund. Ein Kurs für Psychose-Patienten. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Herman, J. (2003). Die Narben der Gewalt. Paderborn: Junfermann. Englische Version: Trauma and Recovery. Philadelphia: Basic Books.
- Holmes, J. (2002). John Bowlby und die Bindungstheorie. München: Ernst Reinhardt Verlag. Englische Version: John Bowlby & Attachment Theory. New York: Routledge.
- Huber, M. (2003a). Trauma und die Folgen. Trauma und Traumabehandlung, Teil 1. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Huber, M. (2003b). Wege der Traumabehandlung. Trauma und Traumabehandlung, Teil 2. Paderborn: Junfermann Verlag.
- Levine, P. A. (1998). Trauma-Heilung. Das Erwachen des Tigers. Essen: Synthesis Verlag. Englische Version: Waking the Tiger; Healing Trauma. California: North Atlantic Books.
- Putnam, F. W. (2003). DIS. Behandlung und Diagnose der Dissoziativen Identitätsstörung. Paderborn: Junfermann Verlag. Englische Version: Diagnosis and Treatment of Multiple Personality Disorder. The Guilford Press.
- Reddemann, L. (2004). Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Rizzolatti, G., Fadiga, L., Fogassi, L. und Gallese, V. (2002). From mirros neurones to imitation: facts and speculations. In: A. Meltzoff and W. Prinz (eds.), The Imitative Mind. Cambridge: University Press.
- Ruppert, F. (2001). Berufliche Beziehungswelten. Das Aufstellen von Arbeitsbeziehungen in Theorie und Praxis. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Ruppert, F. (2002a). Verwirrte Seelen. Der verborgene Sinn von Psychosen. Grundzüge einer systemischen Psychotraumatologie. München: Kösel Verlag.
- Ruppert, F. (2002b). Psychosis & Schizophrenia: Disturbed Bonding in Family Systems. Systemic Solutions Bulletin, 3, 12–19.
- Ruppert, F. (2005). Trauma, Bindung und Familienstellen. Seelische Verletzungen verstehen und heilen. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Schlötter, P. (2005). Vertraute Sprache und ihre Entdeckung. Systemaufstellungen sind kein Zufallsprodukt – der empirische Nachweis. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag. Psychiatric Ass. Journal, 12, 121–123.
- Van der Kolk, B., McFarlane, A. C. & Weisaeth, L. (Hg.) (2000). Traumatic Stress. Paderborn: Junfermann Verlag. Englische Version: Traumatic Stress. The Effects of Overwhelming Experience on Mind, Body and Society. New York: The Guilford Press.
- Weber, G. (Hrsg.) (1995). Zweierlei Glück. Die systemische Psychotherapie Bert Hellingers. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag. Englische Version: Loves Hidden Symmetry. Heidelberg: Carl-Auer International.