

Zur Diskussion gestellt: Verschmelzungssyndrom oder Verstrickung?

Das Verschmelzungssyndrom

Ernst Robert Langlotz

Durch das Familienstellen ist das Wissen über generationenübergreifende Verstrickungen weit verbreitet worden. Dass Kinder für die Eltern deren verstorbene Geschwister, frühere Partner, aber auch Eltern und Großeltern vertreten können, die sie selbst nie kennengelernt haben, und deren Schicksale, Erkrankungen und Gefühle übernehmen können, wird immer mehr bekannt. Durch das Aufstellen der Familie mit Stellvertretern lassen sich diese Zusammenhänge bewusst machen und lösen.

Bert Hellinger verstand dies Phänomen als Ausdruck einer generationenübergreifenden Verbundenheit aller Familienmitglieder. Indem er dafür die Begriffe „Familienseele“ und „Sippengewissen“ prägte, gab er ihm die Bedeutung einer höheren, schicksalhaften Instanz. Das Übernehmen eines fremden Schicksals versteht er dann als „Ausgleichsbewegung des Sippengewissens“, das „den Einzelnen in seinen Dienst nimmt“, und nicht als fehlende Abgrenzung.

Wird da nicht unzulässigerweise die Not der symbiotischen Verquickung als Auswirkung einer schicksalhaften Instanz gedeutet?

Welchen Stellenwert hat da das Bedürfnis des Einzelnen nach Individuation, nach Authentizität, nach Autonomie? Welche Auswirkungen auf den Therapeuten hat ein solches Bild von Schicksal?

Das Verschmelzungssyndrom

Seit zwei Jahren beschäftigt mich das häufig unterschätzte Phänomen, dass fast alle unserer Klienten mit einem oder beiden Elternteilen verschmolzen sind, das heißt sich selbst und die Welt aus der Perspektive der Eltern sehen.

Sie sind von den Eltern nicht – oder nur unvollkommen – abgegrenzt, kennen nicht den Unterschied zwischen sich und den Eltern, haben eine eigene Wahrnehmung von sich und der Wirklichkeit noch nicht entwickelt. Damit fehlt ihnen die Voraussetzung für eine autonome Orientierung. Sie sind gezwungen, sich an Fremdem zu orientieren. Sie können daher nicht in einen wirklichen Kontakt gehen, in der Nähe zum anderen sich selber spüren. Auch ihre späteren Beziehungen sind wie die zu den Eltern vom „Verschmelzungsmodus“ geprägt.

Sie konnten eine eigene autonome Wahrnehmung nicht entwickeln, da ihnen die Eltern nicht den Raum dazu geben konnten, waren diese doch selbst von den eigenen Eltern nicht abgegrenzt. So leben sie in einem Mehrgenerationen-Raum mit fehlender oder sehr brüchiger Abgrenzung zwischen den Generationen, zwischen den beteiligten Personen. Die Einzelnen identifizieren sich mit der Familie, mit dem Clan, haben eine persönliche Identität – noch – nicht gefunden.

Zurück zur „Clan-Seele“?

Diese Verhältnisse erinnern an prähistorische Zustände, in denen nur der Clan und nicht ein Einzelner überleben konnte. Daher identifizierte sich der Einzelne mit dem Clan, hatte noch keine Vorstellung von einem eigenen abgegrenzten Ich.

Bildlich gesprochen lebt ein solcher Klient mit Eltern, Großeltern, Onkeln und Tanten in einem gemeinsamen Wohnraum, entsprechend den Schlafhäusern zum Beispiel der

Einwohner von Neuguinea. Im Halbdunkel dieses Raumes gerät er an Großvaters Unterhemd, Omas Socken, den Tor-nister des in Stalingrad vermissten Onkels und trägt diese Utensilien, als wären sie seine eigenen.

Er kann sich selbst kaum spüren, „mein“ und „dein“ nicht sicher unterscheiden, kann die Eltern nicht wirklich sehen und spüren. Bisweilen hat er den Impuls, sich diesem verwirrenden Chaos zu entziehen, weit weg zu gehen – Überabgrenzung –, um endlich sich selbst zu finden und zu spüren.

Individuation

Hier erscheint die unabgegrenzte generationenübergreifen-de Verbindung aller Familienmitglieder wie eine kollektive Symbiose, nicht als schicksalhafte regulierende Instanz, sondern als fehlende Abgrenzung. Das Grundbedürfnis, zur eigenen Identität zu finden, erfordert, dass der Klient sich aus dieser kollektiven Symbiose löst, selbst wenn dies von der Familie – und von ihm selbst – bisweilen als Verrat erlebt wird. Erst wenn er aus dem „Familienraum“ in einen „eigenen Raum“ umzieht, an seinen Platz, zu sich selbst kommt, kann er die Eltern als Eltern wahrnehmen, kann in Kontakt zu ihnen treten. Er ist nicht mehr in Gefahr, fremdes Schicksal, fremde Gefühle als etwas Eigenes zu übernehmen. Auseinandersetzung und Versöhnung mit den Eltern werden möglich, die Liebe, die in der Symbiose erstickte, wird spürbar und kann fließen.

Aufstellungsstile

Bei einer Aufstellertagung in Oldenburg (22.–24.09.06) hatte ich Gelegenheit, unterschiedliche Aufstellungsstile der Kollegen kennenzulernen und meine eigene „prozessorientierte“ Form zu zeigen und zur Diskussion zu stellen. Bei manchen Aufstellern, die „klassisch“ mit Lösungssätzen arbeiteten, spürte ich die Tendenz des Leiters, symbiotische Verstrickungen des Klienten mit verstorbenen Geschwistern oder anderen Familienangehörigen bewusst zu machen und zu lösen. Das wirkte befreiend auf den Klienten, unterstützte seine Selbstfindung.

Bei mäßig ausgeprägten Symbiosemustern kann offenbar eine klassische, strukturierte Familienaufstellung Abgrenzung und Identitätsfindung, Ablösung und Individuation unterstützen.

Wenn jedoch ein voll ausgeprägtes Verschmelzungssyndrom des Klienten und nicht selten bereits der Eltern vorliegt, dann hält in manchen Fällen diese Wirkung nur kurz an, wenn es überhaupt zu einer Besserung kommt.

Das prozessorientierte Familienstellen

Diese Erfahrung war für mich der Grund, archaische Abgrenzungs- und Abschiedsrituale und eine Trommel quasi als „Kotherapeuten“ in das Familienstellen mit einzu-

beziehen, die geeignet sind, die Lösung einer symbiotischen Verschmelzung auf einer tiefen unbewussten Ebene zu unterstützen. Zuvor jedoch ist nach meiner Erfahrung die sorgfältige Überprüfung und Lösung aller Identifikationen erforderlich.

Um das Bild vom Familienraum wieder aufzugreifen: Man kann die eigene Tür nicht hinter sich schließen, solange man noch einen Fuß in einem fremden Raum hat.

Wenn in dieser Weise eine klare Abgrenzung zu den Eltern – und einzelnen auf tragische Weise verstorbenen – Familienangehörigen gelingt, dann entsteht dadurch so etwas wie ein innerer Raum, wird ein Kristallisationskern für eine eigene Identität gelegt, für eine eigene authentische Wahrnehmung und Orientierung.

Dann kann sich die Autonomie des Klienten entwickeln, die Wahrnehmung seiner eigenen Gefühle und Bedürfnisse ermöglicht ihm eine autonome Orientierung. Die eigene in der Symbiose abgespaltene Aggression, die für Abgrenzungsfähigkeit und Nähe-Distanz-Regulierung in der Beziehung so entscheidend ist, kann wieder integriert werden.

Ein Selbstheilungsprozess kann in Gang kommen. Der Klient kann wachsen, sich verändern, Beziehungen eingehen, ohne sich selbst dabei zu verlieren.

Die hier beschriebene Form eines „prozessorientierten“ Familienstellens ist direktiv, der Leiter gibt Lösungssätze vor und lässt allzu ausufernde und vom Prozess ablenkende Äußerungen der Stellvertreter nicht zu, um für den Klienten zu einer Lösung zu kommen.

„Nicht direktives“ Familienstellen

Manche Aufsteller sind da offensichtlich ganz anderer Ansicht. Geduldig und einfühlsam gehen sie allen Wahrnehmungen der Stellvertreter nach, eröffnen dadurch zusätzliche „Baustellen“, fügen weitere Stellvertreter hinzu und riskieren so, dass nach zwei Stunden alle erschöpft einer Beendigung der Aufstellung zustimmen, die jedoch wenig Klärung und schon gar keine Lösung gebracht hat. Es bleibt das Gefühl, einem dunklen Schicksal hilflos ausgeliefert zu sein.

Dahinter steht möglicherweise die Auffassung, für den Klienten gäbe es erst dann eine Lösung, wenn alle Vergesenen und Ausgeklammerten gesehen und gewürdigt und alle Geheimnisse geklärt worden sind, um das „Sippengewissen“ zu besänftigen.

Womöglich nährt diese Vorstellung aber nur seine oder des Therapeuten Größenfantasie. Und womöglich werden ohne Not die schweren Schicksale der Familie herbeigerufen, schlafende Hunde geweckt, anstatt ihnen ihre Ruhe zu lassen.

Es mag sein, dass diese Vorgehensweise durch die Vorstellung von Familienseele und Familiengewissen als regulierende Instanz verursacht ist. Deshalb möchte ich vorschlagen, diese Vorstellungen kritisch zu diskutieren.

Für mich ist es sehr fraglich, ob eine solche Aufstellungspraxis dem Klienten nützt, ja mehr noch, ob dadurch nicht der Fokus weg vom Klienten und seinem Ablösungsprozess und hin auf die undurchsichtigen Schicksale seiner Herkunftsfamilie gelenkt wird. Die Energie geht dann nicht zum Klienten, sondern verliert sich in einer dunklen Vergangenheit.

Heilsam scheint mir da Abgrenzung: gegenüber den Familienschicksalen, aber auch gegenüber den vom Prozess ablenkenden Äußerungen einzelner hochsensitiver Stellvertreter.

Der Leiter einer Familienaufstellung sollte daher, meiner Meinung nach, direktiv, aber nicht autoritär sein.



Dr. med. Ernst R. Langlotz (65), seit 30 Jahren Psychiater in eigener Praxis. Geprägt durch Begegnungen mit Karlfried Dürckheim und Arnold Mindell, angezogen und abgestoßen durch Bert Hellinger, seit zwölf Jahren Familienaufstellen. Eine Krise in Beziehung und Gesundheit ließ mich ein eigenes, längst gelöst geglaubtes Symbiosethema wiederentdecken. Zur gleichen Zeit wurde mir klar, welche entscheidende Rolle das Familienstellen für das Bewusstmachen und Lösen der Symbiosmuster spielen kann.

Darf Kritik sein?

In manchen Aufstellerkreisen besteht – manchmal unter Berufung auf Bert Hellinger – eine fast religiöse Überzeugung, jede Aufstellung sei richtig und müsse so sein. Diese Auffassung verhindert Selbstkritik und kritische Diskussion. Als Menschen können wir irren, besonders dann, wenn wir selbst uns schon fast als heilig oder erleuchtet fühlen.

In einem Aufstellungsseminar kann die Gruppe durch ihre Beiträge die Wahrnehmung des Leiters erweitern, ihn unterstützen, eigene „Fehler“ zu korrigieren, wenn er die eigene Wahrnehmung der Teilnehmer achtet. Der „Fehler“ wird dann als Quelle für kreative Gruppenprozesse geradezu wertvoll. So bekommt eine Gruppe eine andere Qualität, nicht nur die Teilnehmer, auch der Leiter kann wachsen. Eine solche Kritik sollte auch unter Aufstellerkollegen möglich sein.

Natürlich hat jeder Aufsteller seine eigene Wahrnehmung, sein eigenes Temperament, eigene Erfahrungen und findet zu seinem persönlichen Aufstellungsstil. Das muss geachtet werden.

Dennoch möchte ich uns zu gegenseitiger Kritik und Selbstkritik ermutigen, zur Diskussion über die wichtigen Fragen:

- Was wirkt eigentlich beim Familienstellen?
- Welche Vorstellungen, welche Vorgehensweisen sind hilfreich?
- Dürfen wir, und wenn ja wie, die Wirkung unserer Vorgehensweise überprüfen?

Ich möchte folgende Thesen zur Diskussion stellen:

- Die entscheidende Ursache für psychische Erkrankungen ist eine Störung der Identität, der Autonomie und die damit notwendigerweise verbundene Tendenz zu symbiotischer Verschmelzung.
- Das Familienstellen ist dann hervorragend geeignet, eine solche Autonomie- und Identitätsstörung bewusst zu machen und Individuation zu unterstützen, wenn es auf die Wahrnehmung und Lösung von symbiotischen Verschmelzungen fokussiert, wenn Abschied, Abgrenzung und Ablösung und somit Individuation unterstützt werden.