

## Nachgeprüft

Rudolf Mraz

### Ergebnisse einer 10-Jahres-Katamnese aus über 850 Aufstellungen

Die in dieser Untersuchung bearbeiteten Daten stammen aus zwei Quellen:

- aus einer Fragebogenaktion im Herbst 2004
- aus Seminarnotizen von 1993 bis 2004

Der Anlass, diese Untersuchung durchzuführen, waren verschiedene Fragen, die uns immer bewegten. So unter anderem:

- Werden die in den Aufstellungen sichtbar gewordenen Lösungen in praktische Veränderungen des Lebens umgesetzt?
- Gibt es Klientengruppen, für die Familienaufstellungen hilfreicher beziehungsweise weniger hilfreich sind?
- Haben die Vielaufteller überhaupt einen Nutzen von den Aufstellungen?
- Wie werten die Klienten die Erfahrungen, die sie in von uns angeleiteten Aufstellungen gemacht haben, im Vergleich zu anderen Aufstellern?
- Haben die Aufstellungen auch eine somatische Wirkung bei körperlichen Erkrankungen?

Das heißt, die Fragestellungen sind subjektiv. Aber sie kommen ganz aus der Praxis und beschäftigen sich genau mit den Fragen, die AufstellerInnen so kommen, wenn sie ihre Arbeit und die beobachteten Prozesse auch mal zu hinterfragen beginnen.

Auch die Antworten auf die Fragen, die wir den Klienten gestellt hatten, beruhen auf deren subjektiven Einschätzungen. Eine Objektivierung erfahren die Ergebnisse aber durch den Vergleich verschiedener Gruppierungen, die wir aus der Gesamtgruppe bilden konnten.

Von den ungefähr 2000 aufgestellten Personen konnten für die Aussendung im Jahre 2004 noch etwa 740 Personen postalisch erreicht werden. Die Rücklaufquote betrug nur etwa 20 %.

Eine Erklärung für die geringe Rücklaufquote wäre, dass auch Seminarteilnehmer angeschrieben wurden, deren letzte Aufstellung bis zu 10 Jahre zurücklag. So betrug denn die Rücklaufquote für das letzte erfasste Jahr, das Jahr 2004, dann tatsächlich 52 %.

Die Responder waren bezüglich 12 untersuchter Items aus den Seminarnotizen mit der Grundgesamtheit homogen verteilt, sodass wir davon ausgehen, dass mit den Respondern in einem hohen Maße valide Aussagen bezüglich 2000 Aufstellungen gemacht werden können.

Trotz dieser Einführung ist uns klar, dass die vorliegende Arbeit nicht die Qualität einer katamnesticen Untersuchung hat, die akademischen Kriterien genügen würde. Dennoch dürften die Ergebnisse so aussagekräftig sein, dass sie Material für begründete Hypothesen abgeben, die (im akademischen Sinne) mit „höherwertigen“ Methoden bearbeitet werden können.

**Die Gesamtuntersuchung ist zu beziehen als PDF-Datei auf CD bei [www.foerder-kreis.de](http://www.foerder-kreis.de) unter shop/Bücher/Mraz für 12,00 Euro + 3,00 Euro Versand. Die Untersuchung ist auf 160 Druckseiten mit 140 Grafiken durchgeführt.**

Die Durcharbeitung der gesamten Untersuchung empfiehlt sich und vermag AufstellerInnen, die in einem Seminarsetting arbeiten, ein Gefühl vermitteln, mit welchen Menschen in welcher sozialen Zusammensetzung sie überhaupt arbeiten, mit welcher Häufigkeit sie mit psychischen Vordiagnosen und therapeutischen Vorbehandlungen zu rechnen haben und welche sozialen Faktoren sie als belastend erleben. Alle diese Faktoren wurden untersucht mit ihren Auswirkungen auf das Prozesserleben und ihren Auswirkungen auf emotionale, kognitive und soziale Veränderungen. Obwohl wir uns als erfahrene Aufsteller einschätzen, hatten wir nach der Sichtung der Ergebnisse so manchen Aha-Effekt, und gelegentlich waren wir auch peinlich berührt über die Ahnungslosigkeit bezüglich der differenzierten Wirkungen unserer Arbeit.

### Untersuchte Zusammenhänge

Die Daten konnten mit folgenden sozialen Faktoren in Beziehung gebracht werden:

- Geschlecht und Alter
- Partnerschaft ja/nein; geschieden, verstorben
- Kinder ja/nein und Anzahl
- Elternteile noch lebend ja/nein
- Bildungsabschluss
- Selbsteinschätzung des sozialen Status
- Selbsteinschätzung der allgemeinen Lebensbefindlichkeit
- Verschiedene psychische Vordiagnosen
- Psychotherapeutische Vorbehandlung stationär/ambulant
- Wie viele Aufstellungen bisher Herkunftsfamilie/Gegenwartsfamilie
- Zeitpunkt der letzten Aufstellung
- Aufstellung bei anderen Aufstellern

Die oben genannten Fragen konnten in Beziehung gesetzt werden zu den Antworten aus 5 Fragengruppen:

1. Gruppe: Kognitive und emotionale Effekte
  - Wie waren die Erfahrungen für dich insgesamt?

- Haben sich deine Sichtweisen bezüglich des Lebens im Allgemeinen verändert?
- Wie hat sich die konkrete Fähigkeit, dein Leben zu gestalten, infolge der Aufstellungen verändert?
- Wie lange hielten die emotionalen Veränderungen an?
- Wenn Veränderungen durch Familienaufstellungen eingetreten sind, halten sie in der Gegenwart noch an?

2. Gruppe: Effekte in den sozialen Beziehungen

- Wie hat sich infolge der Aufstellungen deine Beziehung zu deiner Partnerin/zu deinem Partner verändert?
- Wie haben sich infolge der Aufstellungen deine Beziehungen zu deinen Kindern verändert?
- Wie hat sich im Zusammenhang mit deinen Aufstellungen deine Beziehung zu den noch lebenden Elternteilen verändert?
- Wie hat sich im Zusammenhang mit deinen Aufstellungen deine Sicht auf die verstorbenen Elternteile verändert?
- Wie haben sich im Zusammenhang mit deinen Aufstellungen Deine Beziehungen am Arbeitsplatz verändert?

3. Gruppe: Einschätzung des Prozesserlebens

- Wurde mit den Familienaufstellungen dein jeweiliges Anliegen auch tatsächlich aufgegriffen?
- Wie fühltest du dich nach den Aufstellungen?
- Wie war es, die Aufstellungen der anderen Teilnehmer mitzuerleben?
- Wie wertest du im Nachhinein die Belastung für dich als Stellvertreter?
- Wie war es für dich, Rituale in den eigenen Aufstellungen durchzuführen (zum Beispiel Sätze sagen oder Verneinungen)?

4. Gruppe: Die Zustimmung zu Grundannahmen

- Hat sich im Zusammenhang mit deinen Aufstellungen im Verhalten von deinen Kindern etwas von selbst verändert?
- Hat sich im Zusammenhang mit deinen Aufstellungen im Verhalten von deinen Geschwistern von selbst etwas verändert?
- Hast du im Nachhinein die Einschätzung, dass sich bei deinen Aufstellungen dein Familiensystem tatsächlich abgebildet hat?
- Haben sich bisher unbekannte Fakten und Zusammenhänge bei der Nachprüfung bestätigt?
- Wie hast du die „Ursachen“ und die Lösungsdynamik erlebt?

5. Gruppe:

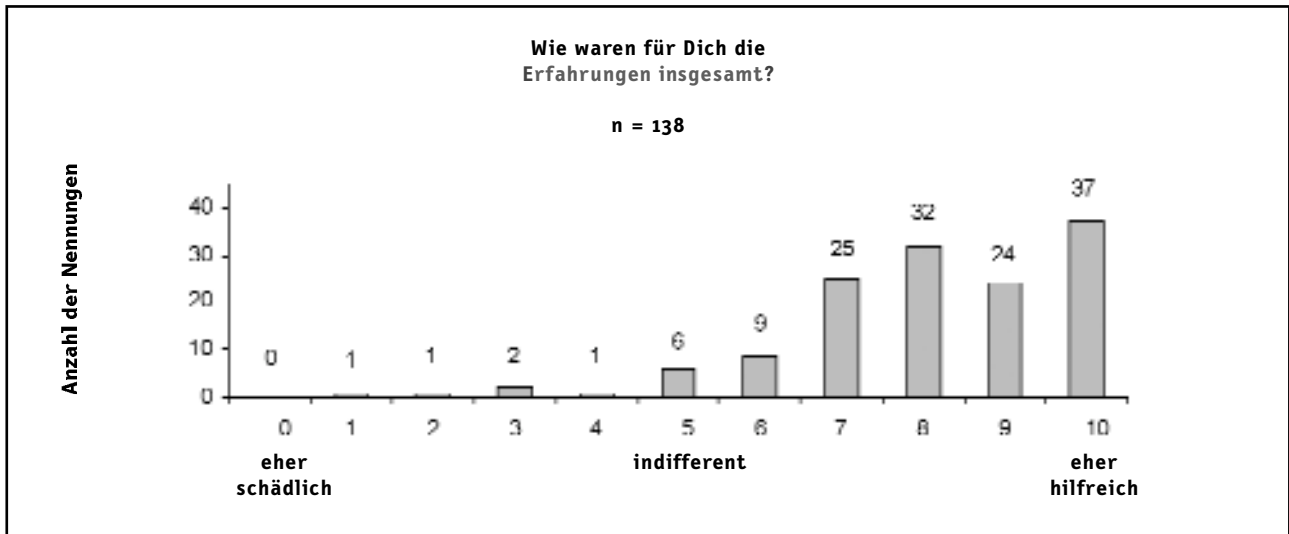
- Wenn du wegen einer körperlichen Erkrankung gekommen bist, was hat sich durch die Aufstellungen für dich verändert?

→

## Die Zusammenfassung der Ergebnisse:

Abbildung 1

### 1. Allgemeine Ergebnisse

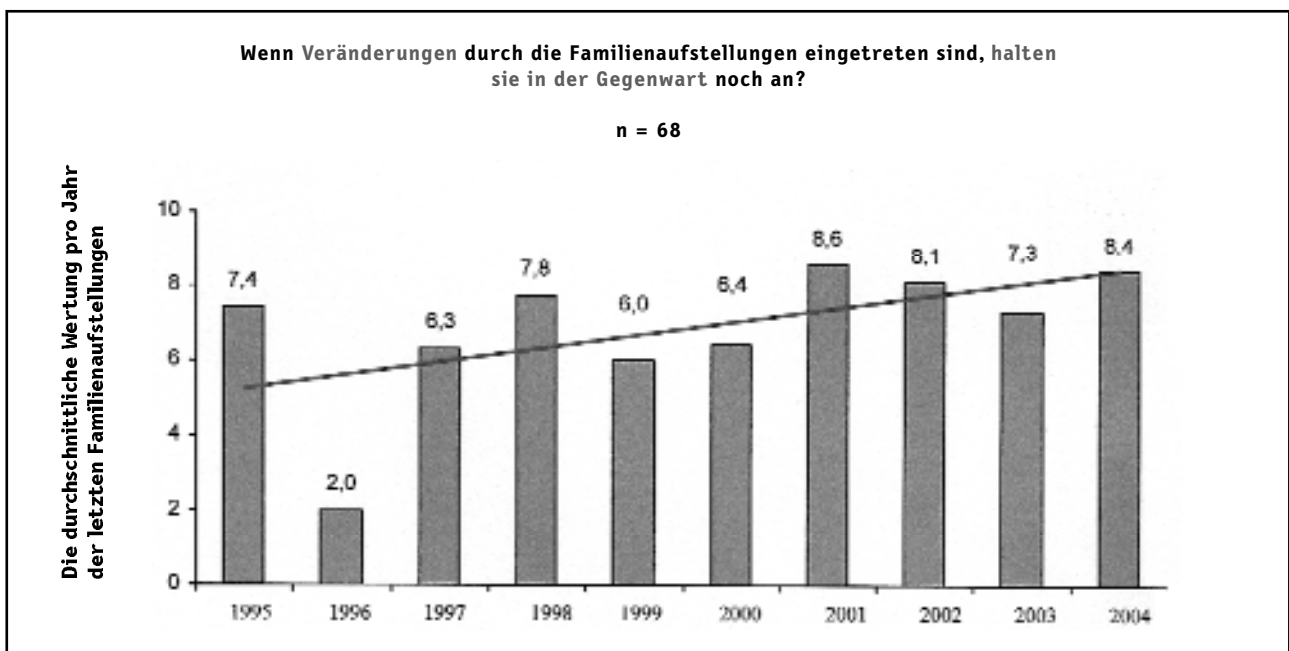


- Die Abbildung 1 zeigt, dass die Familienaufstellungen zu 92 % als „eher hilfreich“ erlebt worden waren. Aus der Abbildung 1 ist ersichtlich auch die Verteilung der Zustimmungsggrade zu ersehen (innerhalb der Werte von 6 bis 10).
- Die Mehrheit der Klienten, die Familienaufstellungen gemacht haben, sagen, dass die Veränderungen bis in die Gegenwart anhalten. Das sagen auch diejenigen Klienten mit Mehrheit, die eine letzte Familienaufstellung vor 10 Jahren gemacht haben. Siehe Abbildung 2. Und überall dort, wo die Fragestellungen mit der Arbeit von Gert Höppner vergleichbar waren, zeigte sich, dass die von Gert Höppner gefundenen Ergebnisse aus einer 4-Monats-Katamnese auch in einer 10-Jahres-Katamnese stabil geblieben waren!
- Zu den unspezifischen Effekten der Familienaufstellungen gehört, dass 40% der Klienten angeben, durch die Familienaufstellungen
- Noch vor der Erweiterung der Möglichkeit, das eigene Leben im Konkreten zu ändern, ist den Klienten die Änderung von Sichtweisen wichtig, das heißt Sinnfindung, beziehungsweise das Verstehen des eigenen Lebens.

Abbildung 2

10 = maximal positive Veränderung 5 = indifferent 0 = maximale Verschlechterung

Für 1996 liegen nur 4 Nennungen vor; deshalb ist die Angabe für dieses Jahr nicht repräsentativ.



lienaufstellungen Verbesserungen am Arbeitsplatz erlebt zu haben.

- Nur 55 % der Klienten bejahen bestimmte Grundannahmen der Methode, 24 % stehen diesen sogar ausgesprochen kritisch gegenüber. Dennoch erleben 75 % der Klienten den Aufstellungsprozess positiv, können zu 60 % durch die Anregungen der Familienaufstellung soziale Änderungen durchführen und haben aufgrund der Familienaufstellungen zu 68 % Änderungen auf der kognitiven und emotionalen Ebene erreicht. Das heißt ein „daran Glauben“ ist nicht die vordringlichste Voraussetzung für einen Effekt der Familienaufstellungen.

### Ergebnisse bezüglich psychischer und somatischer Vordiagnosen

- Klientenbezogen werden zu 35 % Verbesserungen bei der umfassenden Kategorie „psychische Vordiagnosen“ angegeben.
- Von Klienten, die von der Vordiagnose „Borderline“ berichten, werden einige Fragen so wenig positiv beantwortet, dass die Gruppe derjenigen, die von den Aufstellungen profitiert und dem Prozess positiv gegenübersteht, nicht viel größer ist als die Gruppe derjenigen, die wenig profitiert oder dem Prozess skeptisch gegenübersteht.
- Die überwiegende Mehrzahl der Klienten, die Erfahrungen mit ambulanter oder stationärer Therapie gemacht haben, sind der Meinung, dass die Familienaufstellungen eher „viel hilfreicher“ waren als die vorangegangenen Therapien.

### Ergebnisse bezüglich sozialer Gruppierungen

- Es zeigte sich, dass die Aussage zur seelischen und sozialen Befindlichkeit eines Klienten der wichtigste Prädiktor war, wie stark er von den Familienaufstellungen profitieren konnte. Siehe Abbildung 3.
- Der Verlauf einer Familienaufstellung und die Qualität, mit der im Nachhinein der Prozess rezipiert wird, hängen in starkem Maße von der vorbestehenden seelischen und sozialen Befindlichkeit des Klienten ab.
- Die Familienaufstellungen sind für alle Altersgruppen eine Möglichkeit intensiver Selbsterfahrung mit hohem Veränderungspotenzial. Obwohl eine jüngste Gruppe von Klienten mehr profitiert als eine Gruppe mit den ältesten Klienten, ergibt sich keine durchgehende Altersabhängigkeit für das Maß, mit dem die Klienten profitieren.
- Es ergibt sich kein durchgehender Zusammenhang zwischen dem Grad der Ausbildung und dem Grad, mit dem die Klienten von den Familienaufstellungen profitiert haben. Es kann damit gesagt werden, dass die Möglichkeit, von dieser Methode zu profitieren, in einem weiten Maß von dem Grad der Ausbildung der Klienten unabhängig ist. Siehe Abbildung 3.

Abbildung 3

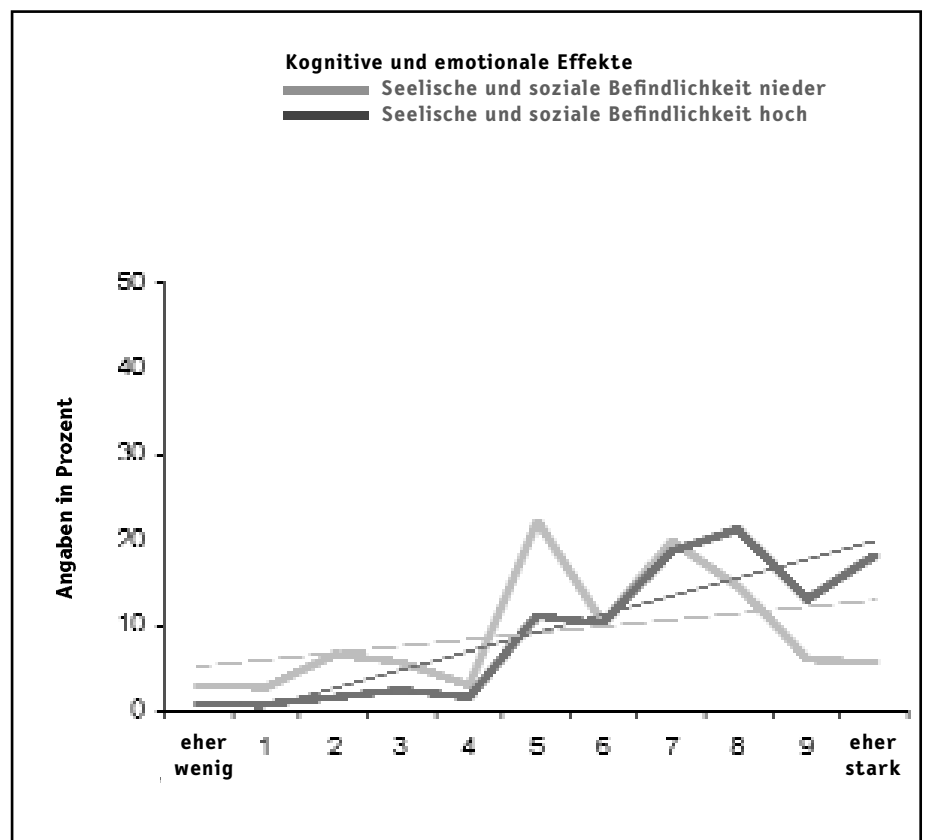
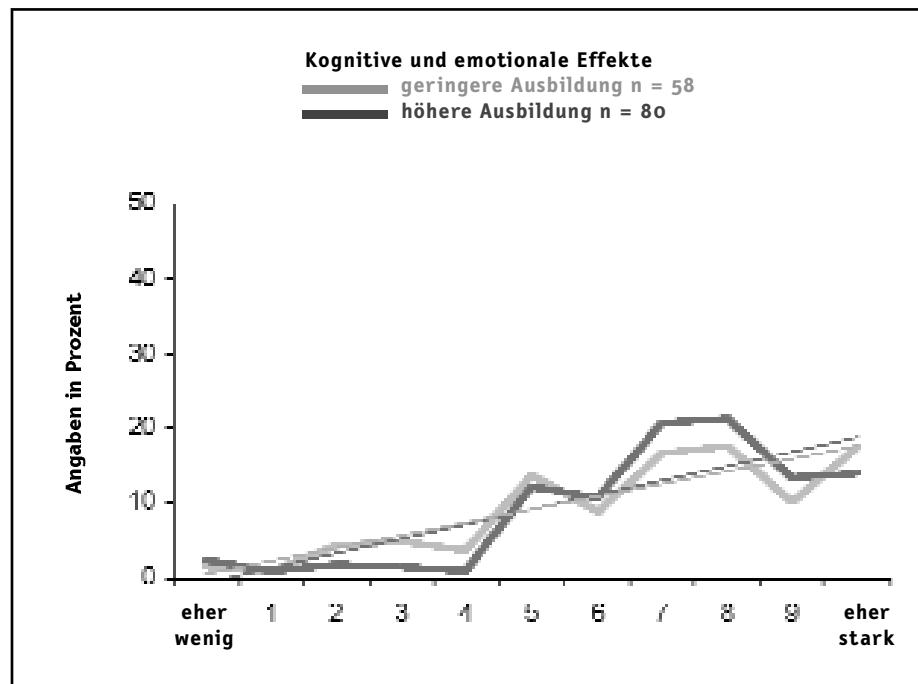


Abbildung 4



### Ergebnisse bezüglich Männern und Frauen

- Wenn es auch im Einzelnen Unterschiede für einzelne Bereiche gibt, kann man in der Zusammenfassung sagen, dass Männer und Frauen gleichermaßen von Familienaufstellungen profitieren.
- Die durch die Familienaufstellungen eingetretenen Veränderungen halten bei Frauen aber deutlich länger an als bei Männern.
- Die Partnerschaft profitiert eindeutig davon, wenn beide Partner eine Familienaufstellung machen. Diejenigen Paare, die Familienaufstellungen in einem zeitlichen Zusammenhang gemacht hatten, beantworteten die Fragen durchweg positiver als die Klienten, die zwar in Partnerschaften leben, aber nur als Einzelne die Seminare besucht hatten.
- Männer fühlen sich bei Paarstellungen in ihren Interessen besonders gut angesprochen. Das ist ein wichtiger Hinweis, da Männer in Paartherapien durch rein verbale Kommunikation oft weniger erreichbar erscheinen, als ihre Partnerinnen.  
Siehe Abbildung 5.

### Ergebnisse bezüglich der Prozessierung der Aufstellungen

- In der Bewertung der Effekte von Familienaufstellungen spiegelt sich die Veränderung der Prozesse nicht wider, die man erwartet hätte im Übergang von den „Ordnungen der Liebe“ hin zu den „Bewegungen der Seele“.
- In den Bewertungen der Effekte von Familienaufstellungen spiegelt sich die Verdoppelung des Zeitaufwandes für eine einzelne Aufstellung nicht wider.

- Die, die nur ihr Gegenwartssystem aufgestellt haben, profitieren im Allgemeinen genauso gut wie die, die nur ihr Herkunftssystem aufgestellt haben.
- Die, die nur ihr Gegenwartssystem aufgestellt hatten, fühlten sich in ihrem Anliegen deutlich besser angenommen.
- Die Gruppe derer, die mehrfach Familienaufstellungen durchgeführt hatten, profitierte im Durchschnitt etwas mehr (insbesondere in dem, was als „allgemeines Lebenswissen“ verstanden werden könnte) als die Gruppe derer, die nur einmal eine Familienaufstellung durchgeführt hatten. Damit zeigt sich, dass die Hypothese, jedes System habe nur eine bestimmte Dynamik, mit deren Lösung alles gelöst sei, ein Anspruch ist, der durch das Erleben der Klienten nicht gedeckt ist.  
Siehe Abbildung 6
- Mit welchem Grad an Gewinn für die Klienten Aufstellungen durchgeführt werden, lässt sich nicht direkt korrelieren mit „offiziellen“ Qualifikationen des Aufstellers (akademische Ausbildung, Zahl der bisher durchgeführten Aufstellungen, Zeitraum der Erfahrungen mit Aufstellungen). Die Hypothese ist, dass es die Qualität des Prozesses selber ist, die wirkt. Der Prozess selber „verzeiht“ in einem gewissen Bereich zumindest nicht besonders herausragende „offizielle“ Qualifikationen.
- Der Effekt von Familienaufstellungen kann sehr wohl durch Kombination mit anderen Erfahrungsprozessen verstärkt werden, insbesondere, wenn sie aufeinander bezogen sind (z.B. mit Körperarbeit). Siehe Abbildung 7
- Die Hypothese „Wer mehr investiert (in diesem Fall Zeit und Geld), bekommt mehr“ ließ sich für Familienaufstellungen nicht bestätigen.

Abbildung 5

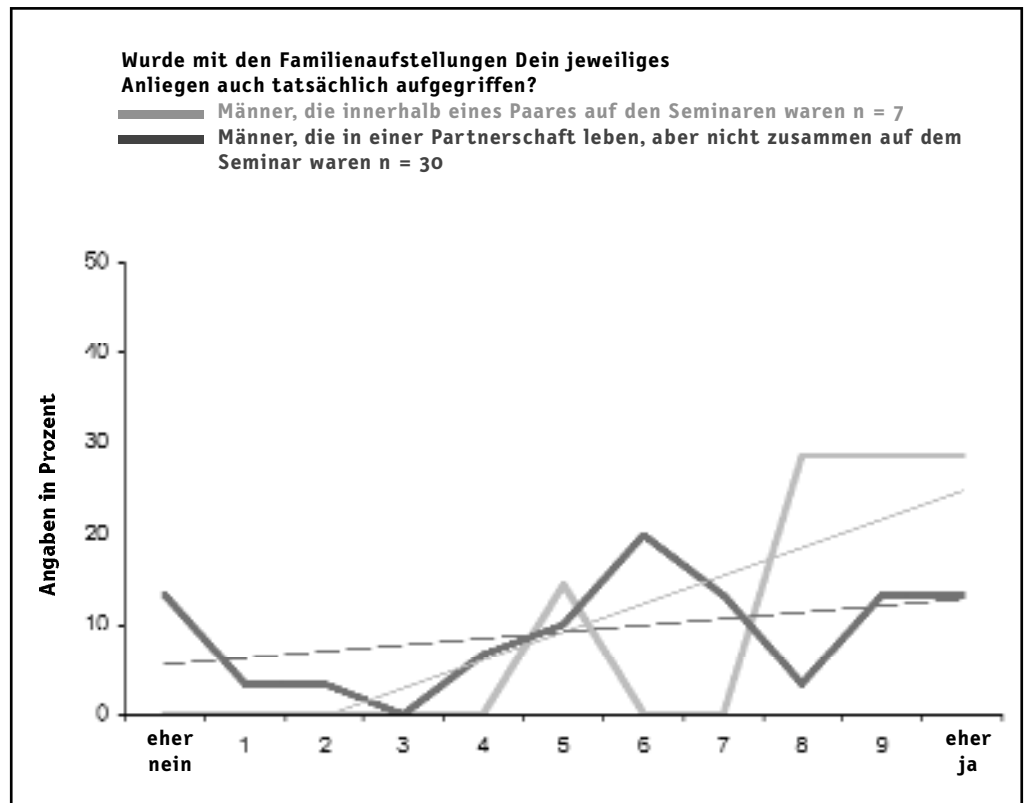


Abbildung 6

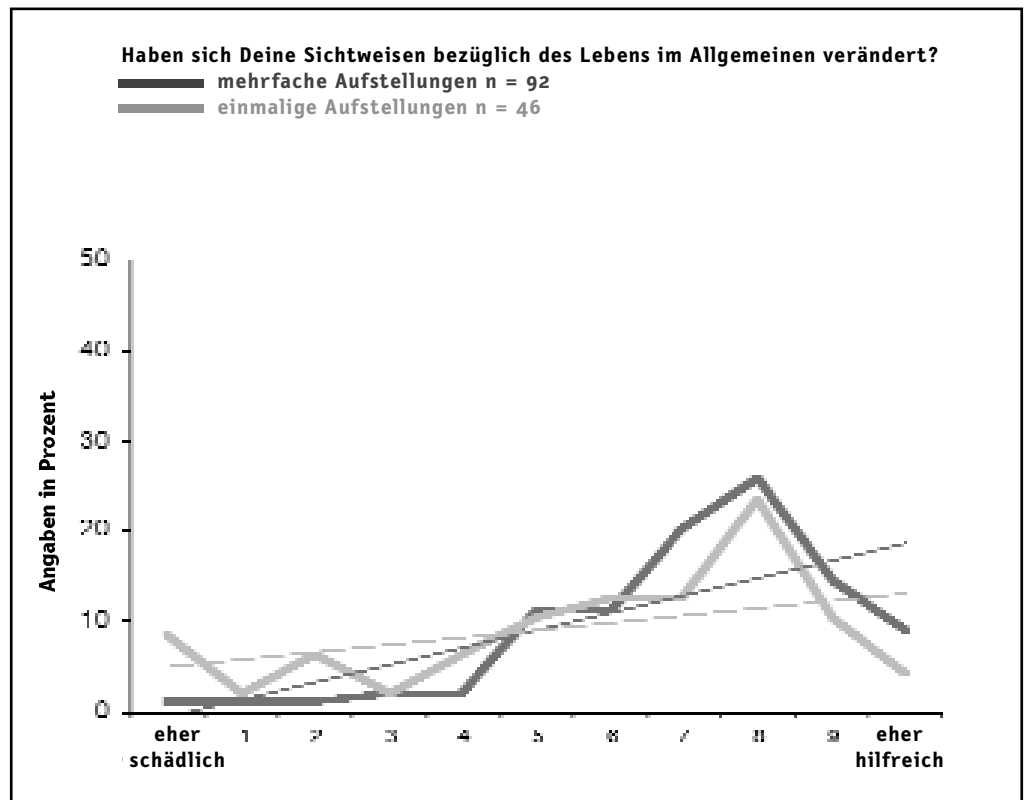
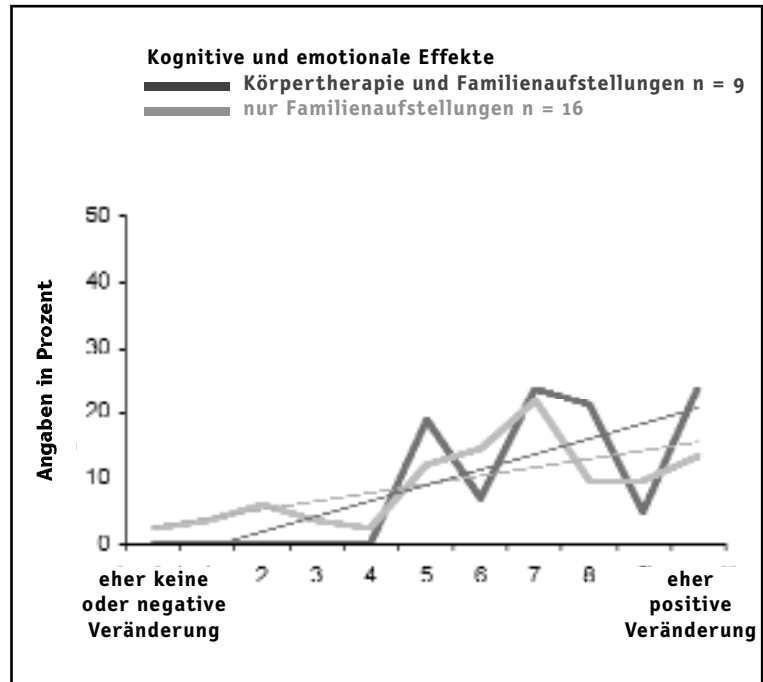


Abbildung 7



- Es scheint eine Intensivierung der Erfahrung zu bedeuten, wenn die Erfahrungen der Familienaufstellungen in direkterem Kontakt mit dem sozialen Umfeld gemacht werden, das heißt, wenn die Klienten nicht von weit her angereist kommen, sondern über Nacht in ihrem sozialen Umfeld verbleiben. Siehe Abbildung 8
- Die Gruppe der Klienten, die mindestens eine Aufstellung gemacht hatten, in der die Lösungsstellung zunächst nicht gefunden worden war, hat von den Familienauf-

stellungen im Durchschnitt sogar (geringgradig) besser profitiert als die Vergleichsgruppe der Klienten, die diese Erfahrung nicht gemacht hatten. Somit kann man sagen: Ein Lösungsbild, das sich zunächst nicht zeigt, schadet höchstens dem Ruf des Aufstellers, aber nicht dem Klienten.

- Die Gruppe von Klienten, die schon einmal eine Aufstellung erlebt hat, in der eine Hinbewegung nur teilweise

Abbildung 8

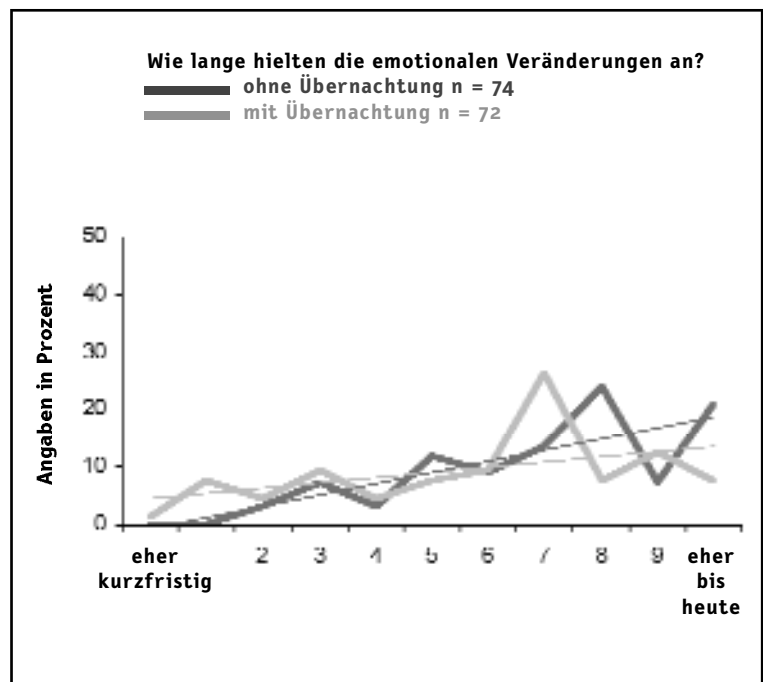
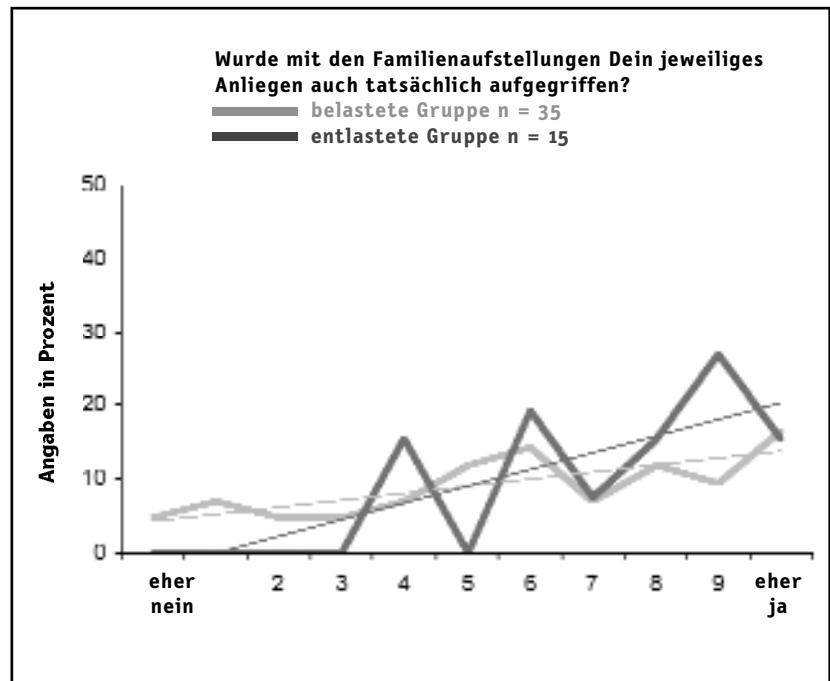


Abbildung 9



gelingen oder nicht gelungen war, profitiert zwar gering (aber konstant in allen untersuchten Fragestellungen) etwas mehr als die Gruppe von Klienten, die diese Erfahrung nicht gemacht hat. Der Satz „Lass es wirken!“ scheint nicht nur billiger Trost zu sein.

Bei Kasuistiken vonseiten der Aufsteller baut eine Atmosphäre auf, die zwar ein (Wunder-)Heiler für sich in Anspruch nehmen darf, aber nicht ein Arzt. Nach den vorliegenden Daten ergeben sich keine Hinweise, dass Familienaufstellungen statistisch signifikant körperliche Heilungen zu bewirken vermögen.

### Fragestellungen an die Methode

- Ob Verschlechterung von Partnerbeziehungen (17 % der Klienten geben das an) nach Aufstellungen als Krisen in einem notwendigen Prozess verstanden werden können oder als unnötige Dynamiken in einem Prozess, der nach seiner Auslösung nicht mehr weiter therapeutisch begleitet werden konnte, muss dahingestellt, beziehungsweise als drängende Fragestellung im Raum stehen bleiben!
- 18 % der Klienten, das heißt fast jeder Fünfte, sind eher der Meinung, dass ihr Anliegen nicht in ausreichendem Maße aufgegriffen worden ist. Es fällt aber auf: Je vorbelasteter die Klienten sind, umso weniger fühlen sie ihr Anliegen aufgegriffen. Siehe Abbildung 9.
- Bezüglich der Angaben bei somatischen Erkrankungen – auch im spezifischen Bereich der funktionellen Erkrankungen – sind die befragten Klienten offensichtlich in weltanschaulichen Wertungen befangen. Die Datenlage gibt keinen Hinweis darauf, dass Familienaufstellungen somatische Leiden kurieren können. Die Mitteilung blo-

- Obwohl die Untersuchung zeigt, dass auch psychisch und sozial schwer vorbelastete Klienten von den Familienaufstellungen im Durchschnitt gut profitiert haben, gibt es nach der Datenlage keinen Grund für den Satz: „Da hilft nur noch eine Familienaufstellung!“ Wie für alle Selbsterfahrungsmöglichkeiten oder Therapiemethoden gilt auch hier die Beobachtung, dass die Menschen mit den meisten Belastungen am wenigsten profitieren und die Menschen mit den geringsten (sozialen und psychischen) Belastungen am meisten.



**Dr. Rudolf Mraz**, geboren 1948, ist verheiratet und Vater von drei Töchtern. Er ist Facharzt für psychotherapeutische Medizin in Stiefenhofen (Deutschland). Von 1989 bis 2003 war er Chefarzt der Hochgrat-Klinik Wolfsried. Seit 1987 arbeitet er mit Familienaufstellungen und seit 1993 mit Organisationsaufstellungen.