

Von den „noch nicht erwachten Absichten Gottes“

Gunthard Weber

„Wenn man gut durch geöffnete Türen kommen will, muss man die Tatsache achten, dass sie einen festen Rahmen haben: Dieser Grundsatz ... ist einfach eine Forderung des Wirklichkeitssinns. Wenn es aber einen Wirklichkeitssinn gibt, und niemand wird bezweifeln, dass er seine Daseinsberechtigung hat, dann muss es auch etwas geben, das man Möglichkeitssinn nennen kann.“ (Robert Musil, 1952)

Wie viele andere AufstellerInnen beschäftigt auch mich immer wieder die Frage, was die grundsätzlichen und spezifischen Aufgaben und Möglichkeiten der Aufsteller sind und, damit eng verbunden, auf welche Weise und in welchen Fällen das Familienstellen wirkt und in welchen Fällen nicht oder weniger. Die bisher oft eher wissend klingenden Beschreibungen und Überlegungen beschäftigen sich meist mit außergewöhnlichen Fällen, Dynamiken und Vorgehensweisen. Es gibt jedoch kaum qualitative und quantitative Analysen und Nachuntersuchungen, die die Wirkmechanismen und die Ergebnisse von Aufstellungen sorgfältig untersuchen. Manche meinen ja, Praxis sei, wenn es funktioniert und keiner weiß, warum. Wer ein Honorar für diese Dienstleistung nimmt, sollte jedoch hinreichend verlässlich nachweisen können, dass sie zumindest eine gute Chance hat, wirksam zu sein. Eindrücke und Einzelfälle geben da gute Hinweise, sind aber nicht ausreichend. Hier ist die ganze Aufstellerszene gefordert.

Mögliche Wirkungsmechanismen des klassischen Familienstellens

Eine Frage, der wir forschend nachgehen sollten, ist, unter welchen Bedingungen und bei welchen Klienten und Anliegen sich Aufstellungen als wirksam erweisen und was die spezifischen und unspezifischen Wirkfaktoren dieser Arbeit sind. Noch konkreter: Was generiert in oder nach einer Aufstellung oder einem Aufstellungsseminar „Unterschiede, die Unterschiede machen“ (Gregory Bateson), und was trägt dazu bei, den Möglichkeitssinn unserer Klienten so zu entzünden, dass die „noch nicht geborene Wirklichkeit“ und „die noch nicht erwachten Absichten Gottes“ (Robert Musil) in Bezug auf ihre Anliegen eine Chance haben, Wirklichkeit zu werden.

Eine Gewissheit der Ungewissheit bleibt auch dann. Kein Aufsteller kann im Vorhinein wissen oder bestimmen, welche Informationen oder Anregungen für die Aufstellenden und die Seminarteilnehmer Unterschiede machen, die für sie sofort oder einige Zeit nach der Aufstellung oder

dem Seminar Unterschiede machen werden. Sie haben es nicht in der Hand vorzusagen, welche Informationen sich in den Teilnehmern als wirksam entpuppen. Im besten Falle können sie mit ihrem Einfühlungsvermögen die Wahrscheinlichkeit der Richtung bestimmter Einsichten und Verhaltensänderungen erhöhen. Kaum Einfluss haben sie auch darauf, wie die für die Klienten wichtigen Bezugspersonen nach einer Aufstellung auf deren mögliche Verhaltens- oder Einstellungsänderungen reagieren werden und welche rekursiven Prozesse die dann auslösen.

Folgerichtig müsste die Konsequenz dieser Erkenntnis das Bestreben sein, den Klienten auf unterschiedliche und einfühlsame Weise möglichst viele potenziell wirksame Unterscheidungen bezüglich ihrer Anliegen anzubieten und ein Klima zu fördern, in dem sie sich öffnen und diese Anregungen aufnehmen können. Im günstigsten Falle würden sich dann in den Aufstellungsprozessen neben vielen Unterschiedsanregungen in Bezug auf die eingebrachten Anliegen gemeinsam geteilte, sinnstiftende Geschichten entfalten, die gute Entwicklungs- und Lösungspotenzen beherbergen. Dabei bleibt offen, wie wahr die Geschichten sein müssen, um wirksam zu sein. Aufstellungsseminare wären dann wie ein gut gedüngter Boden mit vielen keimfähigen Samen.

Mögliche Wirkfaktoren, die ich im Vergleich zu anderen Beratungsmethoden beim Familienstellen für besonders hervorhebenswert halte, kann ich hier nur beispielhaft und in groben Zügen zusammengefasst beschreiben.

Kontextfaktoren, die die Aufnahmebereitschaft für neue Informationen und Neuorientierungen in Aufstellungsseminaren besonders fördern könnten

Da ist zum Beispiel die Erzeugung einer aus dem Alltäglichen herausgehobenen, gesammelten und achtsamen Atmosphäre, die die Aufmerksamkeit und die Einbeziehung aller Beteiligten am Geschehenden fördert. Der gerichtete, ritualisierte Ablauf mit festgelegten und freien Elementen kann dem Aufstellungsgeschehen eine emotionale Intensität ähnlich wie während eines Übergangsrituals verleihen, in dem die Teilnehmer zu Zeugen werden, die die Evidenz der neuen Einsichten und Wirklichkeiten bekräftigen und vielleicht auch teilen. Hier wäre zu überprüfen, ob die Annahme zutrifft, dass eine stärker ritualisierte („sakrale“) Gruppenatmosphäre in einem Aufstellungsseminar bessere Ergebnisse als ein eher „profanes“ Gruppentherapieklima zeitigt.

Spezifischere Wirkfaktoren in Systemaufstellungen

- Einer der wichtigsten Unterschiede zu den meisten anderen Beratungsmethoden ist die Arbeit mit räumlichen Repräsentationen und Körperwahrnehmungen. Die Sprache als Medium der Kommunikation und Therapie spielt auch hier eine entscheidende Rolle – wir sind in Sprache – aber die Nutzung räumlicher Anordnungen und Beziehungsgefüge als Mittel simultaner Informationsgewinnung und -erzeugung ist das zentrale Unterscheidungsmerkmal der Systemaufstellungen. Die Externalisierung innerer Bilder lässt seelische Prozesse und Beziehungserfahrungen aus der Außenperspektive betrachtbar werden. Die aufgestellten Bilder und die stellvertretende Wahrnehmung eröffnen Zugänge zu implizitem Wissen und zu unbewusstem oder verdrängtem Material, das, wenn manchmal auch auf den ersten Blick verschlüsselt oder nicht gleich verständlich, auf andere Weise kaum derart plastisch und unmittelbar zutage tritt. Dieses bildgebende Verfahren verkörpert und veröffentlicht Dynamiken, durch die sinnstiftende Beziehungskontexte und Zusammenhänge besonders auch zwischen dem körperlichen und dem sozialen Bereich direkt erlebbar und erfahrbar werden.
- Das Hervortreten und damit Offenbarwerden solcher Informationen wird dadurch gefördert, dass Bert Hellinger den Prozess des Aufstellens wesentlich verdichtete (kurze Anliegenklärung, gesammeltes Aufstellen, Abstandnehmen von der Zeit, Konzentration auf Abstand und Winkel der Aufgestellten zueinander etc.),
- Dadurch, dass es im Familienstellen vor allem um den Umgang mit und die Lösung existenzieller Lebensfragen geht, die alle Menschen bewegen, entsteht in den Seminaren ein selten in dieser Weise erlebtes seelisches Mitschwingen und Mitgehen und ein Gewahrsein, dass es hier um Wesentliches geht. Nach neurobiologischen Untersuchungen erhöhen solche gemeinsam erlebten, emotional berührenden und einprägsamen seelischen Erfahrungen die Wahrscheinlichkeit von Verhaltensänderungen merklich. Die Leiterorientierung und die akzeptierende, lösungsressourcenorientierte und absichtslose Haltung der AufstellerInnen reduzieren zudem das Ausufern gruppenspezifischer Irritationen und Ablenkungen und fördern das Gefühl von Sicherheit und damit die Bereitschaft der Teilnehmer, sich seelisch zu öffnen. Dass diese auch narzisstisch missbraucht werden kann, ist eine andere Sache.
- Schließlich: Die Fokussierung auf relevante Ereignisse und ihre Beziehungsfolgen (teilweise über Generationen) ist ein weiteres besonderes Merkmal dieser Arbeit, das Verstehen und damit die Verarbeitungsmöglichkeiten erhöht.

Vorgehensweisen in der Aufstellungsarbeit und ihre möglichen Wirkungen

Systemische Leitideen als Leuchtstreifen und/oder phänomenologische Vorgehensweisen?

Ob und wann es sich als wirksamer erweist, wenn die AufstellerInnen vor allem den Tendenzen der Stellvertreter und den ihnen innewohnenden Veränderungsimpulsen Raum geben, oder ob es erfolgsversprechender ist, wenn sie, die Anliegen der Klienten im Blick, immer wieder aktiv auch richtunggebende und Unterschiede anregende Impulse einbringen, ist eine weitere unbeantwortete Frage. Der erste Weg ist für viele mit der Betonung einer phänomenologischen Grundhaltung verbunden. Der Aufsteller, so wird postuliert, solle sich leer machen von eigenen Voreinstellungen und sich der Wirklichkeit des Aufstellungsgeschehens unvoreingenommen aussetzen. Andere fordern, dass man sich auch jeder Interpretation enthalten solle.

Ich selbst bevorzuge eine andere Beschreibung und Vorgehensweise und gehe davon aus, dass der weite Blick und das „Sich-leer-Machen“ ein oft gepredigtes Postulat, aber eine selten praktizierte und erreichte Haltung ist, und habe erfahren, dass es ebenso nützlich ist, sich anhand seiner Vorerfahrungen und Wahrnehmungen systemische Hypothesen über mögliche Zusammenhänge und Muster zu bilden und diese zu testen, vorausgesetzt, man „heiratet“ sie nicht oder „verliebt“ sich nicht in sie, sondern ist jederzeit bereit, sie angesichts neuer Informationen zu modifizieren oder loszulassen. Erwägen oder übernehmen die Klienten diese angenommenen Zusammenhänge (zum Beispiel: „So habe ich das bisher noch gar nicht gesehen“), können die AufstellerInnen sie sowieso beiseitelegen und neue bilden. Ihre Wirkung gewinnen sie dadurch, dass sie sich von denen der Klienten unterscheiden, und aus ihrer Plausibilität und Sinn stiftenden und einleuchtenden Qualität für die Klienten.

Besonders die erste Phase einer Aufstellung ist für mich und bestenfalls auch für den Klienten ein Hypothesen verdichtender Prozess (averbales Verhalten, sprachliche Anliegenklärung, erstes Aufstellungsbild, Befragung der Stellvertreter), in dem sich meine Hypothesen und die der Klienten mit dem uns aus der Aufstellung Entgegenkommenden (zum Beispiel den Bildinformationen und den Äußerungen der Stellvertreter) verbinden und der mich dann in die Lage versetzt, danach gezieltere, lösungsorientierte Schritte anzubieten. Dabei bedürfen die Phänomene, die sich in Aufstellungen zeigen, oft einer sinnstiftenden Interpretation der AufstellerInnen.

In diesem Aspekt haben sich meine Vorgehensweisen und mein Denken wieder mehr denen der systemischen Therapie angenähert. Das Gehen mit den „Bewegungen der Seele“ ist da viel aufstellungsspezifischer, meines Erachtens aber auch vager und in seinen Gesetzmäßigkeiten wenig untersucht.

Die besonderen Vorgehensweisen in der Aufstellungsarbeit

Die häufigsten Vorgehensweisen (Umstellungen, freie Bewegungen, Beziehungsarbeit und Arbeit mit Sätzen, Probe-

handeln) haben dann die Funktion, auf jeweils unterschiedliche Weise Unterschiede zum Vorhandenen anzuregen. Auch hier wäre es gut, wenn es Konzeptualisierungen gäbe, wann sich welche Vorgehensweisen in welchen Fällen für Klienten eher als wirksam erweisen.

- Beim Probehandeln werden Klienten alternative Plätze oder Bewegungen angeboten (zum Beispiel zur Frage: Bleiben oder gehen? Mehr Nähe oder mehr Distanz?), oder sie erproben selbst alternative Plätze. Das, was in der systemischen Beratung mit hypothetischen Fragen intendiert ist, nämlich die „Entzündung des Möglichkeitsinns“ wird hier ohne dass es schon Konsequenzen hätte, mit probeweisen Platzveränderungen versucht.
- Umstellungen dienen dazu, Klienten funktionalere Plätze und Systembilder als geordnete Ganzheiten anzubieten.
- Was mit Beziehungsarbeit bezeichnet wird, geht meist mit Gegenüberstellungen von Systemmitgliedern und anschließenden Kommunikationen einher (Abgrenzungen, Zuwendungen, Anerkennungen, Bitten, Danken etc).
- Arbeit mit Sätzen. Für diese Interaktionen haben vor allem Bert Hellinger, aber auch viele andere eine Fülle kraftvoller und wirksamer Sätze entwickelt. Hier geht es oft darum, Wandlungen grundsätzlicher Haltungen anzustoßen, zum Beispiel Menschen, dem Schicksal, dem Leben und der Schöpfung gegenüber (zustimmen statt hadern, bitten und danken statt fordern, anerkennen statt abwerten etc.).



Gunthard Weber,*1940, Arzt für Psychiatrie-Psychotherapie, Gründer des Wieslocher Instituts für systemische Lösungen, Mitbegründer der IGST und der Systemischen Gesellschaft, langj. Tätigkeit an der Uni. Heidelberg in den Bereichen Psychiatrie, Psychosomatik und Familientherapie, Systemberater und Systemtherapeut. Autor und Herausgeber zahlreicher Bücher. Sein Buch „Zweierlei Glück“ (Carl-Auer-Systeme) wurde in zehn Sprachen übersetzt.

Besondere Fokussierungen auf der inhaltlichen Ebene in der Aufstellungsarbeit

In seinem Artikel „Wie wirken Systemaufstellungen?“ (2006) hat Jakob Schneider fünf zentrale inhaltliche Fokussierungen in der Aufstellungsarbeit eindrucksvoll herausgearbeitet. Er markiert sie dort mit den Stichworten Wahrheit, Liebe, Kraft, Ordnung und Geist (siehe dort). Ihr Spektrum könnte man noch wesentlich erweitern und spezifizieren.

Der für mich wertvollste Beitrag Bert Hellingers sind dabei die Erkenntnisse über einschränkende, oft generationenübergreifende Bindungen und Verstrickungen, ihr Sichtbarwerden in Aufstellungen und die Vorgehensweisen, die die Auflösung dieser einschränkenden Bindungen in Familien ermöglichen und ihre Transformation in versöhnte, liebevolle und unterstützende Beziehungen und „bezogene Individuation“ (Helm Stierlin) fördern.

Das Team um Jochen Schweitzer an der Universität Heidelberg ist im Augenblick dabei, eine kontrollierte Studie zu den Wirkungen des Familienstellens vorzubereiten, die 2011 durchgeführt wird. Sie wird vielleicht einige der Annahmen, die wir über die Aufstellungsarbeit und ihre Wirkung haben, auf solidere Füße stellen und zeigen, ob, in welchen Fällen und in welchem Maße sie zu der Verwirklichung der „noch nicht erwachten Absichten Gottes“ beiträgt.