

BEDENKLICHES

Über die handwerklichen Grundlagen – Gedanken zum Curriculum der Weiterbildungen

Christopher Bodirsky

In der Ausgabe 1/2015 der PdS habe ich mit großer Freude das Plädoyer für das klassische Familienstellen von Beate Scherrmann-Gerstetter und Manfred Scherrmann sowie den nachfolgenden Artikel von Peter Bourquin gelesen. Im ersten Artikel las ich ein „Unwohlsein“ mit neueren Entwicklungen heraus, bei denen einfache Grundelemente, wie hier die Beschäftigung mit den Eltern in Aufstellungen, vermisst werden. Und Peter Bourquin beschreibt für mich sehr differenziert, dass das mit „die Eltern annehmen, wie sie sind“ so pauschal und einfach auch wieder nicht geht.

Aus meiner Praxis kann ich berichten, dass ich bei Klienten, die zum ersten Mal aufstellen, fast immer mit dem Fokus der Klientin/des Klienten (also der Klientin/dem Klienten – allerdings begrenzt auf das Anliegen – dazu später mehr) und den Eltern beginne, wenn nicht ein spezielles Thema genannt wird, das einen anderen Einstieg nahelegt. Und wie Peter Bourquin beschreibt, geht es dann je nach Anliegen und nach dem, was sich zeigt, mal um ein „Annehmen, wie es ist“, aber eben auch mal um eine Abgrenzung – und das sind nur die zwei bipolaren Varianten, denn das Leben ist auch hier nicht schwarz oder weiß, sondern bietet unendlich viele Grautöne, und nahezu jede Aufstellung endet mit einer anderen Grauvariante!

Nachdem ich Aufstellungen grundsätzlich in einen beratenden oder therapeutischen Prozess einbinde, also praktisch immer wenigstens ein Nachgespräch führe, bzw. die Patienten meiner Frau, die bei mir aufstellen (sie arbeitet als Homöopathin und ist praktisch bei allen Aufstellungen dabei) sowieso weiter in Behandlung sind, haben wir einen nahezu 100%tigen Überblick, wie die Aufstellungen kurz- und auch langfristig wirken. Somit habe ich auch eine gute Erfolgskontrolle, und darüber hinaus eine gute Reflexionsmöglichkeit meiner Arbeit.

Auf der Basis dieser Nachbetreuung kann ich nur bestätigen: Die Beschäftigung mit der Herkunftsfamilie gehört für mich zu den handwerklichen Grundlagen einer guten Aufstellungsarbeit.

Beobachtungen

Seit fünf Jahren biete ich Weiterbildungen an, und ich motiviere meine Absolventen immer, sich möglichst viele andere Aufstellerinnen und Aufsteller anzusehen, um auch die Vielfalt dieser Arbeit kennenzulernen. Seit zwei Jahren unterrichte ich auch an einer Heilpraktikerschule „Angewandte Systemik“ und „Einführung in die systemischen

Strukturaufstellungen“. Die Klientel dort steht der Aufstellungsarbeit typischerweise offen gegenüber, fast alle haben dazu praktische Erfahrungen.

Was mich beunruhigt: Ich höre immer öfter von – in meinen Ohren – wirklich schlimmen Varianten von Aufstellungen! Mir wird von Retraumatisierungen berichtet und sogar von Traumatisierungen durch eine Aufstellung! Es werden Themen aufgerissen und Klienten dann einfach stehen gelassen (natürlich ohne ein Nachgespräch anzubieten), häufig sind es – ich kann es nicht anders nennen – unprofessionelle Versuche der „Bewegung des Geistes/der Seele“, die absolut nicht hilfreich sind. Stellvertreter können absolut frei agieren, Klienten werden beispielsweise von hinten umgerissen, es erfolgen kaum Interventionen durch die Leitung und vieles mehr. Bei Nachgesprächen werden Klienten rausgeschickt (in meinen Augen ein Retraumatisierungstest, ob die Klientin mit „ausgeschlossen werden“ ein Thema hat) – und vieles mehr.

Bei einigen Berichten habe ich die Namen erfragt und etwas recherchiert und festgestellt, dass das oft AufstellerInnen sind, die vor ein bis zwei Jahren ihre Aus- oder Weiterbildung beendet haben, also eher AnfängerInnen sind.

Somit kann ich die Sorge, die ich in dem „Plädoyer für das klassische Familienstellen“ heraushöre, nur teilen, dass über die Begeisterung für das Neue manchmal einfache handwerkliche Grundregeln der Aufstellungsarbeit entweder ignoriert oder – was ich noch problematischer finden würde – nicht (mehr?) gelehrt werden. Ich kann mir gut vorstellen, dass die Einfachheit natürlich fasziniert, mich als AufstellungsleiterIn von der von Hellinger so beschriebenen „höheren Macht“ leiten lassen zu können, ohne irgendwelche Interventionen anwenden und oft ohne wirklich „an-leiten“ zu müssen.

Hier wird, nach meiner Meinung, völlig ausgeblendet, dass Hellinger über viele Jahrzehnte viele der neuen systemischen Methoden nicht nur erlernt, sondern auch intensiv an sich selbst ausprobiert hat, somit Erfahrungen, wie kaum ein anderer sie gemacht hat. Und man muss auch berücksichtigen, dass er auch erst nach Jahrzehnten des „klassischen Familienstellens“ im hohen Alter zu diesen neuen Varianten gefunden hat. Die Intuition und deren Interpretation, die er dabei im Laufe seines Lebens entwickelt hat, kann man aber nicht lehren und auch leider nicht direkt lernen – die muss man sich erarbeiten! Denn Intuition, und besonders die Interpretation dessen, was ich intuitiv erfasse, passiert ja ausschließlich auf meinem Erfahrungshorizont, also ausschließlich auf dem, was ich mir selbst theoretisch und vor allem durch praktische Erfahrungen angeeignet habe. Es braucht also leider doch theoretisches Wissen und vor allem viele Jahre praktischen Erfahrung, um eine entsprechende Interpretationsfähigkeit zu erlangen!

Ideen für unser Curriculum

Ich möchte hier Matthias Varga von Kibéd zitieren: „Aufstellungen sind ein kunstfertiges Handwerk zur Reduzierung menschlichen Leidens.“ In diesem Satz sind für mich zwei Begriffe wichtig: ‚kunstfertig‘ und ‚Handwerk‘. Und mir fällt ein weiterer Satz ein: „Kunst kommt von Können.“

Auf dieser Basis ist es sicher nicht überraschend, wenn ich dafür plädiere, Aufstellungsformate, die eine große Intuition verlangen, wie die „Bewegung der Seele/des Geistes“, in den üblicherweise zwei jährigen Ausbildungen nicht zu lehren, sondern vielmehr alles zu tun, dass eine gute handwerkliche Grundlage geschaffen wird, die es den Teilnehmern ermöglicht, auf dieser Basis sich in den folgenden Jahren eine fundierte Intuition erarbeiten zu können.

Und auf dieser Grundlage kann dann jede Aufstellerin/jeder Aufsteller im Laufe der Zeit IHRE/SEINE spezifische Art und Weise des Aufstellens entwickeln, und mit wachsender Erfahrung auch zu den Formaten übergehen, die verstärkt diese Intuition benötigen – aber eben erst dann.

Von den Strukturaufstellungen lernen?

Viele verbinden mit dem Begriff „Strukturaufstellungen“ primär einige der zentralen Formate wie die Tetralemma-Aufstellung, die Problemaufstellung, die 9- und 12-Feld-Aufstellung, vielleicht die Aufstellung des ausgeblendeten Themas – um nur einige zu nennen. Für mich viel zentraler sind aber die handwerklichen Grundlagen, die ich gerade für Lernende als ausgesprochen hilfreich empfinde. Ich möchte hier nachfolgend nur einige Beispiele nennen – ohne Anspruch auf Vollständigkeit und Wichtigkeit, sondern um verständlich zu machen, worum es mir geht. Und vorweg ein Hinweis: Der besseren Lesbarkeit halber, und weil die Mehrzahl meiner Klienten weiblich ist, verwende ich nachfolgend durchgängig die weibliche Form.

Zentral: die Haltung

Bei den Strukturaufstellungen – und natürlich nicht nur dort – wird die Haltung als absolut zentral angesehen. Es wird davon ausgegangen, dass die Klientin die einzig lebende Expertin ihrer Welt ist, und nicht die Leiterin diejenige ist, die weiß, was für die Klientin gut ist. Das bedeutet: Die Klientin entscheidet, ob das, was sich zeigt, für sie relevant ist – oder nicht. Vor diesem Hintergrund ist es verständlich, dass zum Beispiel bei den Strukturaufstellungen keine Aufstellung abgebrochen wird, nur weil die Klientin einer Sichtweise der Leiterin nicht zustimmen kann. Jetzt ist es die eine Sache, eine Haltung zu propagieren, bei der die Klientin auf Augenhöhe und als gleichberechtigte Expertin gesehen wird – aber wie kann man sich diese Haltung erarbeiten, oder was hilft, leichter in eine Sichtweise „auf Augenhöhe“ zu kommen?

Hypothesen bilden und überprüfen

Aufstellungen sollen der Klientin helfen, ihre Lösungen in ihrer Geschwindigkeit zu finden. Wenn ich demnach meine Aufgabe als Gastgeberin einer Aufstellung primär darin sehe, möglichst viele Hypothesen zu bilden, diese zu überprüfen und die Ergebnisse der Klientin zur Beurteilung anzubieten, erleichtert dies, eine Haltung auf Augenhöhe mit der Klientin einzunehmen.

Und ganz nebenbei: Sich nicht für eine „gute Lösung“ (was immer das auch jeweils sein soll) verantwortlich zu fühlen, kann ungemein entlastend wirken – und ist ein sehr guter Schutz vor nicht hilfreichen Belehrungen oder der Verkündung irgendwelcher „Wahrheiten“. Und für Anfängerinnen kann diese Entlastung sehr wichtig sein, den Mut zu fassen, mit dieser wunderbaren Arbeit zu beginnen!

Über die Sprache

Das Wissen um die hypnotische Kraft der Sprache – und das vermutlich lebenslange Lernen, mit Sprache achtsam umzugehen – ist dazu ein guter Einstieg. Es beginnt damit, statt des Begriffes „Leiterin“ das Wort „Gastgeberin“ zu verwenden. Wenn man beide Worte mal auf sich wirken lässt, wird man vielleicht bemerken, dass „Leiterin“ stärker dazu einlädt, sich auch für das Ergebnis zuständig zu fühlen, wobei sich eine „Gastgeberin“ eher als jemand erlebt, der eine Plattform anbietet, auf der etwas geschehen darf.

Auch der Begriff „*verstrickt*“ wird als viel zu massiv angesehen, auch weil er eine absolute Zustandsbeschreibung ist: Ich bin verstrickt oder nicht – da gibt es keine Abstufungen. Das Wort „*Überlagerung*“ wird hier als ‚weicher‘ gesehen.

Grundsätzlich wird eine Aufstellung nicht „abgebrochen“ – schon das Wort ist viel zu hart. Strukturaufstellungen verstehen sich darin, Hypothesen zu bilden und diese zu überprüfen. Und wenn wirklich einmal alle Hypothesen abgearbeitet wurden, ohne dass sich ein offensichtliches (!) Ergebnis zeigt, beendet man die Aufstellung sinngemäß mit Worten wie *„... so wie es sich für mich zeigt, sieht es so aus, dass sich heute hier nicht mehr zeigen will. Daher möchte ich die Aufstellung an dieser Stelle mal stehen lassen, und wir können ja sehen, was sich trotzdem dadurch verändert.“*

Durch die Formulierung „heute hier“ gibt es eine zeitliche und räumliche Einschränkung: Es lässt die Möglichkeiten offen, dass sich „morgen“, bei mir oder einer anderen Aufstellerin durchaus etwas zeigen darf! Wer möchte, kann gerne mal nachfühlen, wie dagegen die Aussage (aus einer von mir erlebten Aufstellung) wirkt: *„Wir haben gesehen, dass du die Lösung nicht annehmen kannst – daher breche ich die Aufstellung hier ab!“*

Hier wird einseitig der Klientin die Schuld zugeschrieben, dass es zu keiner Lösung kam, und ich muss nicht ausführen, dass das für die Klientin sicher nicht hilfreich ist.

Einbinden der Klientin

Ein weiterer wichtiger Punkt ist, alles, was sich zeigt, der Klientin immer wieder anzubieten, mit der Frage, ob das für sie einen Sinn ergibt. Dabei dürfen natürlich eigene Sichtweisen einfließen – wenn sie in fragender Form geschehen oder eindeutig als eine Hypothese gekennzeichnet sind. Beispiel: *„Anhand der Äußerungen der Vertreterin deiner Mutter und/oder dieser oder jener Positionierung hätte ich die Idee/bzw. die Hypothese XY – macht das für dich einen Sinn?“*

Und die Frage war natürlich nur eine echte Frage, wenn ich bei einer Ablehnung meiner oft auch so tollen Idee ohne mit der Wimper zu zucken diese in die Tonne treten kann. Aus Erfahrung kann ich berichten, dass sich eine Reihe meiner spontanen Ideen als tatsächlich falsch erwiesen haben, andere Ideen sich oft erst nach eine Reihe von Aufstellungen (und anderen Arbeiten) dagegen nachträglich bestätigt haben. Speziell hier zeigt sich aber, ob ich die Klientin als ihre eigene Expertin wirklich ernst nehme, ob ich es wirklich ihr überlasse, ob das ihre Lösung sein kann, und wenn ja, in welcher Geschwindigkeit sie das annehmen möchte – oder ob ich mich als DER Experte für IHR Leben verstehe.

Ich möchte nun noch zu einigen ausgewählten, – wie ich finde – gerade für Anfängerinnen sehr hilfreichen Regeln der Strukturaufstellungen kommen, die eine gute handwerkliche Basis ermöglichen können.

Phasen einer Aufstellung

Um die Wirkungen von Interventionen besser einordnen zu können, ist es hilfreich, sich zu vergegenwärtigen, in welcher Phase man sich gerade befindet. Die Strukturaufstellungen kennen unter anderem eine Prozess-, eine Stellungen- und eine Lösungsphase sowie Tests.

Abgesehen von der Lösungsphase, die den letzten Teil der Aufstellung beschreibt, wechseln sich die anderen Phasen immer wieder ab.

In einer Stellungenphase ist zum Beispiel die Umstellung einer Vertreterin die entscheidende Intervention. Hier kann es durchaus sein, dass sich Vertreterinnen auch mal schlechter fühlen dürfen, wenn zum Beispiel etwas in den Blick genommen wird, was bisher ausgeblendet wurde. Eine Verschlechterung wäre hier also kein Problem – wenn es sich erklärt.

In der Lösungsphase dagegen sollte es das Ziel sein, durch Umstellungen Verbesserungen zu erreichen. Eine Verschlechterung hier wäre dagegen das Kennzeichen, dass diese Intervention nicht hilfreich ist.

Anders verhält es sich dagegen in einer Prozessphase oder bei einem Test wie zum Beispiel dem Test auf Kontextüberlagerung, bei dem ich zwischen zwei Vertreterinnen eine freie Sichtachse brauche. Wenn jetzt eine andere Vertreterin „im Weg“ steht und ich bitte sie, mal eben zwei Schritte zur Seite zu gehen, so könnte das zu einer großen Verunsicherung führen, wenn diese Vertreterin diese Umstellung vehement wegen Verschlechterung ablehnt! In dem Wissen, dass ich in einer Prozessphase und nicht in einer Stellungenphase bin, kann ich unbesorgt diese Vertreterin bitten: *„Gehe bitte für die Zeit dieser Intervention zwei Schritte zur Seite – danach darfst du sofort wieder auf deine alte Position zurück“* – und den Protest ignorieren.

Über den Fokus

Wer lässt sich nicht zentral verunsichern, wenn nach der Befragung des ersten Bildes und der Nachfrage bei der Klientin, ob sie damit etwas anfangen kann – also ob wir

im „richtigen Film“ sind – beispielsweise die Antwort kommt: „... ja, so weit ganz gut – aber meine Eltern – also nein, die sind absolut nicht so aggressiv, die sind ganz anders, viel freundlicher – das ist nicht meine Aufstellung!“

Das ist einer der Gründe, warum es hilfreich ist, nicht die Klientin mit einer Vertreterin „komplett“ aufzustellen, sondern mit dem Begriff des Fokus die „Klientin mit ihrer Fragestellung“ hereinzunehmen. Somit bezieht sich die komplette Aufstellung lediglich auf die Fragestellung der Klientin! Und wenn ich auf diese Aussage nachfrage: „Okay – aber wie stehen die Eltern zu deiner Fragestellung?“, kommt nicht selten die Antwort „Stimmt! Grundsätzlich sind sie mir zwar absolut wohlgesonnen – aber in dieser Frage gibt es immer massiven Streit!“ – Und schon sind wir doch im „richtigen Film“.

Unterschiedsbasiertes Fragen

Ein weiteres zentrales Element der Strukturaufstellungen ist das unterschiedsbasierte Fragen. Grundsätzlich sollen Vertreterinnen nicht gefragt werden: „Wie geht es dir?“, sondern, „Was hat sich verändert, seitdem du an dieser Position bist?“ – oder nach einer Intervention: „Was hat sich jetzt für dich verändert?“

Mit der Frage „Wie geht es dir?“ bekomme ich eine Zustandsbeschreibung, mit der Frage „Was hat sich verändert?“ eine Prozessbeschreibung der Veränderung, die oft viel aussagekräftiger ist.

Umstellungen

Bevor ich die Strukturaufstellungen kannte, habe ich – wie uns damals gelehrt wurde – nach der Befragung des ersten Bildes allen Vertreterinnen angeboten, ihren Bewegungsimpulsen zu folgen und einen anderen, besseren Platz zu suchen – was in der Regel alle befolgten. Das Ergebnis war ein komplett neues Bild mit der Wirkung, dass alle Zwischeninformationen für die Klientin und mich (!) verloren waren. Rückblickend vergleiche ich das heute mit einem Spielfilm, bei dem ich mir die erste Szene ansehe, für circa 30 Minuten den Raum verlasse und danach wiederkomme – und dann eben einiges nicht so ganz verstehen kann.

Bei den Strukturaufstellungen werden Umstellungen daher einzeln und in der Regel durch die Gastgeberin angeleitet. Danach werden sofort wieder die aktuellen Veränderungen erfragt. Auf diese Weise wird sehr präzise sichtbar, welche Umstellung welche Auswirkungen hat, und gerade auch der Klientin kann dadurch vieles einsichtiger und verständlicher werden – und sie auf neue Ideen bringen!

Ein Fazit

Ich kann mir vorstellen, dass jetzt Kolleginnen und Kollegen vielleicht den Eindruck gewinnen, dass es bei den Strukturaufstellungen eher mechanisch, technisch oder starr zugeht und die Freiheiten oder die Intuitionen auf der Strecke bleiben. Ich möchte daher noch einmal darauf hinweisen, dass es mir dabei um eine handwerkliche Grund-

ausbildung geht, die wir unseren Schülerinnen und Schülern mitgeben sollten. Ich hoffe, diese kleinen willkürlich gewählten Beispiele aus der Welt der Strukturaufstellungen konnten zeigen, dass diese Regeln für AnfängerInnen hilfreich sein können.

Und das „kunstfertige Element“, die Variantenvielfalt, die Lockerheit – das alles darf sich dann im Laufe der Zeit und der wachsenden Erfahrung entwickeln. Denn auch hier gilt, was für alle Regeln gilt: Am besten sind die Regeln, die ich nicht mehr brauche, weil ich sie verinnerlicht habe – vielleicht so wie eine fremde Sprache, die ich erlerne. Je besser ich sie kann, umso weniger brauche ich grammatikalische Regeln, sondern setze einen Satz einfach ganz selbstverständlich in eine Zukunfts- oder Vergangenheitsform – einfach so, eben intuitiv – und jetzt kann Sprache „lebendig“ werden.

Sicher wird das ein oder andere, was ich oben aufgeführt habe, bereits in verschiedenen Weiterbildungen angewandt. Aber vielleicht macht es Sinn, auch (nicht nur!) anhand der Regelwerke der Strukturaufstellungen, Empfehlungen und/oder Ideen zu entwickeln mit dem Ziel, eine Diskussion anzustoßen, was wir als Fachverband unter Qualität in der Weiterbildung verstehen.

Hinweis: „Strukturaufstellung®“ ist ein eingetragenes Markenzeichen des SySt-Institutes München.



Christopher Bodirsky
bodirsky-systeme.de
institut-swt.de