

27.-28. Februar 2013 München, Vollversammlung der Weiterbildner der DGfS

DIE WIRKSAMKEIT VON SYSTEMAUFSTELLUNGEN

- Inhalt und Diskussion

Peter Bourquin

Systemaufstellungen wurden in der Vergangenheit relativ wenig empirisch erforscht. Dazu trug sicherlich die ablehnende Haltung Bert Hellingers bei, der ein Nachfragen bei den Klienten hinsichtlich der Auswirkungen einer Aufstellung als unangemessene therapeutische Intervention betrachtet, die dessen Seele störe. Dies führte über Jahre hinweg in der Aufstellerszene zu einer Minderschätzung von Theoriebildung und wissenschaftlicher empirischer Prüfung der Methode. Eine phänomenologische, theoriearme Haltung widerspricht jedoch nicht einer Analyse der Wirkungen von Aufstellungen an sich. Umso erfreulicher ist es, dass eine vierjährige wissenschaftliche Forschungsstudie (2009-2013) mit Mitteln der Deutschen Forschungsgemeinschaft finanziert wurde. Die sogenannte ‚Heidelberger Studie‘ wurde von einem Forschungsteam der Universität Heidelberg erarbeitet: Dr. Jan Weinhold, Dr. Christina Hunger, Dr. Annette Bornhäuser, sowie Prof. Dr. Jochen Schweitzer als Projektleiter. Sie ist die bisher wohl umfangreichste und nach wissenschaftlichen Standards anspruchvollste Wirksamkeitsstudie über die Aufstellungsarbeit.

Zuerst einmal wurden dazu in einer systematischen Übersichtsarbeit 36 deutsch- oder englischsprachige Studien gesichtet, die die Wirksamkeit von Systemaufstellungen untersuchen (Reinhard, Andreas (2012). Systematische Übersicht über die Wirksamkeit von Systemaufstellungen. Unveröffentlichte Qualifikationsarbeit zur Erlangung des Grades ›Master of Science‹, Institut für Psychologie, Universität Heidelberg). Auch wenn die bisherigen Studien auf positive Wirkungen von Systemaufstellungen hinweisen, müssen diese Ergebnisse aus methodischer Sicht kritisch bewertet werden, da eine Vielzahl deutliche Mängel aufweisen, wie zum Beispiel die häufige Personalunion von Aufstellungsleiter und Forscher mit der daraus resultierenden fehlenden Neutralität hinsichtlich der Ergebnisse.

Der Rahmen: Innerhalb der ‚Heidelberger Studie‘ wurde die Wirksamkeit von Systemaufstellungen bezüglich der psychischen Befindlichkeit in einer randomisiert-kontrollierten Studie erfasst. Eine nichtklinische Stichprobe von 208 erwachsenen Teilnehmern aus der Allgemeinbevölkerung wurde randomisiert einer Experimentalgruppe oder einer Wartelistenkontrollgruppe mit späterer Intervention zugewiesen, die erst vier Monate später die Aufstellungsseminare durchlief. Beide Studienarme bestanden aus jeweils 64 aktiven Teilnehmern, die ein Anliegen in einer Aufstellung thematisierten, und 40 teilnehmenden Beobachtern ohne eigene Aufstellung. Die Wirksamkeit wurde zunächst zwei Wochen und dann wiederum vier Monate nach dem Aufstellungsseminar mit etablierten Messinstrumenten aus der Psychotherapieforschung eingeschätzt, anhand dreier spezifischer Fragebögen. Alle Systemaufstellungsseminare fanden in einem Gruppentherapieaum im Institut für Medizinische Psychologie der Universität Heidelberg statt. Geleitet wurden sie von Dr. Gunthard Weber oder von Dr. Diana Drexler, dem ehemaligen und der aktuellen Leiterin vom Wieslocher Institut für systemische Lösungen, die jeweils vier dreitägige Seminare durchführten.

Als Ergebnisse zeigten sich zwei Wochen nach den Systemaufstellungen bei den Teilnehmern mittlere Effekte im Subgruppenvergleich für die Gesamtscores der drei Fragebögen. Die Effekte sind konsistent und werden durch kleine bis mittlere Effekte in allen elf Subskalen der drei Fragebögen bestätigt. Auch vier Monate nach der Intervention bleiben die verbesserten Werte stabil. Bei den Teilnehmern der Wartekontrollgruppe gab es in diesem Zeitraum (logischerweise) keinerlei Veränderung.

Die dargestellten Ergebnisse belegen eindeutig die Wirksamkeit von Systemaufstellungen hinsichtlich zentraler Variablen psychischer Gesundheit, wie eine verbesserte psychische Befindlichkeit, eine verminderte psychische Belastung sowie ein vermehrtes Ausmass an Kongruenz der betroffenen Person. Interessant ist, dass dies nicht nur auf die aufstellenden Teilnehmer, sondern auch auf die teilnehmenden Beobachter zutrifft.

In den Worten von Dr. Jan Weinhold: *„Nach unseren Ergebnissen können Systemaufstellungsseminare bei Teilnehmern geringe bis mittlere Effektstärken erzielen. Diese sind geringer als bei langfristigen Psychotherapien, jedoch für die einmalige dreitägige Intervention beachtlich. Insofern können Systemaufsteller zwar hinsichtlich der Wirksamkeit ihrer Methode selbstbewusst auftreten, sie sollten gleichwohl realistisch bleiben.“*

Dr. Jan Weinhold war als Gast zur dritten Vollversammlung der Weiterbildner der DGfS nach München eingeladen, um über die neusten Ergebnisse der wissenschaftlichen Studie ‚Die Wirksamkeit von Systemaufstellungen‘ der Universität Heidelberg zu berichten. In der nachfolgenden Diskussion wurde verschiedenes deutlich. Zum einen überraschten die wissenschaftlichen Forschungsergebnisse wohl niemanden der anwesenden Personen, bestätigen sie ja die Erfahrungen der Aufsteller mit ihrer Arbeit. Jedoch ist es sehr begrüßenswert, dass nun auch in wissenschaftlichen Kontexten die Methode erforscht und ernstgenommen wird. Es ist nun wichtig, die Heidelberger Studie bekannt zu machen, da sie eine positive Außenwirkung auf die Methode des Familienstellens haben und zukünftige Forschungsstudien anregen dürfte. Dazu hat Dr. Jan Weinhold eine kurze Zusammenfassung vorbereitet (siehe nebenstehenden Text), den man sich auch in Form eines download auf den Internetseiten der ‚Praxis der Systemaufstellung‘ und der DGfS herunterladen kann.

Es wäre erfreulich, wenn sich ein Verlag dafür entscheiden würde, die Ergebnisse der Studie zu veröffentlichen. Dies wäre ein wertvoller Beitrag, um sie allgemein zugänglich zu machen. Denn sowohl Forschung als auch Qualitätssicherung sind wesentlich für die Konsolidierung der Aufstellungsmethode.

Durch die Heidelberger Studie angeregt, gab es eine anregende Diskussion um die Frage: „Systemaufstellungen – eigenes Verfahren, Methode oder was?“ Zu Beginn las uns Theresa Koch die Definition eines psychotherapeutischen Verfahrens vor:

„Ein zur Krankenbehandlung geeignetes Psychotherapie-Verfahren ist gekennzeichnet durch eine umfassende Theorie der Entstehung und Aufrechterhaltung von Krankheiten und ihrer Behandlung, beziehungsweise verschiedene Theorien der Entstehung und Aufrechterhaltung von Krankheiten und ihrer Behandlung auf der Basis

gemeinsamer theoretischer Grundannahmen. Ebenso kennzeichnet es sich durch eine oder mehrere darauf bezogene psychotherapeutische Behandlungsstrategie(n) für ein breites Spektrum von Anwendungsbereichen, und darauf bezogene Konzepte zur Indikationsstellung, zur individuellen Behandlungsplanung und zur Gestaltung der therapeutischen Beziehung. Ein wissenschaftlich anerkanntes Psychotherapieverfahren muss für eine Mindestbreite von Anwendungsbereichen wirksam sein. (5 von 12 Diagnose bzw. Anwendungsbereiche in der Erwachsenenpsychotherapie).“

Diese Definition machte deutlich, dass es sich bei den Systemaufstellungen nicht um ein eigenständiges Verfahren handelt, da es zur Krankenbehandlung weder eine umfassende Theoriebildung gibt noch eine kontinuierliche Behandlungsplanung allein mit Systemaufstellungen.

Entsprechend erschien das Selbstverständnis der Aufstellungsarbeit als „Methode“ geeigneter zu sein. Psychotherapiemethoden verstehen sich als „Add-ons“ zu anerkannten Psychotherapieverfahren, sie sind durch Nennung von 1-2 Störungen, durch Indikationskriterien sowie eine Beschreibung der Vorgehensweise definiert. Anerkannte Methoden sind beispielsweise die Hypnotherapie, EMDR oder die Behaviorale Therapie.

Auch wenn eine kassenärztliche Anerkennung der Aufstellungsarbeit wohl in weiter Ferne liegt, wäre eine verstärkte Konturierung unserer Methode durchaus nützlich, wobei es hier um einen mittleren Weg zwischen versteinender Festlegung und Beliebigkeit gehen sollte.

Eine weitere interessante Reflexion lag den Fragen zugrunde: „Sind wir in der Phase des jungen Erwachsenwerdens?“ und „Wohin wollen wir wachsen?“. Betont wurden der Pluralismus und die Vielfalt in der Aufstellungsarbeit: es gilt, Weite zu bewahren, um offen zu bleiben für die verschiedenen Richtungen innerhalb des Aufstellerfeldes.

Peter Bourquin, Barcelona, ausgebildet in Gestalttherapie und in Integrative Psychotherapy. Gründer und Leiter von ,ECOS – Escuela de Constelaciones

Sistémicas'. Dozent in verschiedenen Instituten in Spanien und Lateinamerika. Autor zweier Bücher über das Familienstellen. Auf deutsch erhältlich: „Heilung ist ein Raum“, Synergia Verlag 2012.

www.peterbourquin.net