

Verdeckte System-Imagination (VSI)

Wolfgang Kraus

Die Verbindung von Systemaufstellung und Imagination ist bekannt und wird in Gruppen- und Einzelarbeit praktiziert. Vor einigen Jahren erkannte ich die vielfältigen Möglichkeiten der verdeckten System-Imagination (VSI) im Einzelsetting, bei der Systemelemente aufgestellt und nach bestimmten Regeln imaginiert werden, ohne dass der Klient um die Bedeutung der aufgestellten Symbole weiß.

Hierbei berücksichtige ich systemische Ordnungen sowie prozessorientierte Maßnahmen, zum Beispiel einige Regieprinzipien aus der katathym-imaginativen Psychotherapie (KIP), um gut dosierbar und in protektiver Grundhaltung die Auseinandersetzung mit stärkenden oder belastenden Faktoren zu gestalten.

Alles, was benennbar ist, Personen, Trauer, Wut, ein Geheimnis oder abstrakte Elemente, kann aufgestellt, imaginiert, konfrontiert und integriert werden. Das, was benannt ist, besitzt Eigenschaften und nimmt Einfluss auf das System.

Die VSI ist ein wirkungsstarkes Instrument, welches, mit Sachkenntnis, Achtsamkeit und Sorgfalt angewandt, in der Praxis bemerkenswerte Ergebnisse zeigen kann.

Während einer Sitzung vor einigen Jahren fragte ich mich, was bei einer Aufstellung geschähe, wenn der Therapeut einzelne Elemente nur gedanklich benennen würde und vom Klienten aufstellen ließe, damit dieser sich den Symbolen dann imaginativ nähert und damit auseinandersetzt – ohne zu wissen, was deren wahre Bedeutung ist.

Zur Verdeutlichung ein Fall aus der Praxis

Eine verheiratete 34-jährige Frau bittet dringend um einen Termin. Sie sei nun schwanger, aber kaum fähig, sich darüber zu freuen, stattdessen verspüre sie heftige Aggressionen dem Kind gegenüber. Nur mit Mühe könne sie sich gegen starke Impulse wehren, „mit einem Brotmesser auf das Kind einzustechen“. Unter starkem Leidensdruck beschreibt sie ihre Angst verrückt zu werden. In eine Klinik wolle sie aber keinesfalls. Ich kenne die Klientin seit einer zwei Jahre zurückliegenden kurzen Paartherapie. Deshalb rechne ich mit einer tragfähigen therapeutischen Beziehung und stimme einem Termin zu.

Hintergrund der damaligen Beziehungsproblematik war eine ausgeprägt ambivalente Beziehung zu ihrem Vater. Der Konflikt: Sie hatte unbewusst das Gefühl, ihrem Vater untreu zu werden, wenn sie sich mit einem Mann einlassen würde.

Nun ist sie überraschend schwanger und dekompenziert offenbar. Die „Untreue“ dem Vater gegenüber ist nun nicht mehr zu verbergen.

Wir sitzen uns an einem Tisch gegenüber. Ein unbeschriebenes Blatt Papier stellt unser Arbeitsfeld dar. In kurzen einfachen Worten erläutere ich die Vorgehensweise und Hintergründe, etwa, dass die Ursachen für ihre Ängste und Aggressionen im Unbewussten liegen und wir die dazu gehörenden Elemente – ohne dass ich diese offen benenne – mit verdeckten Figuren (im konkreten Fall mit unterschiedlich aussehenden Steinen) aufstellen würden. Anschließend würden wir uns damit imaginativ auseinandersetzen. Ich wiederhole noch einmal das Ziel der gemeinsamen Arbeit: das Verschwinden der Aggressionen auf das Kind und der autoaggressiven Impulse.

Die Klientin ist einverstanden. Zur klaren Orientierung auf dem Arbeitsfeld wird als „unten“ die der Klientin zugewandte Seite festgelegt.

Ich nehme einen braunen Stein, gebe ihm gedanklich die Bedeutung „der gute Vater“, reiche ihn der Klientin und bitte sie, diesem Stein einen Platz auf dem Arbeitsfeld zu geben. Sie wiegt den Stein in ihrer Hand und positioniert ihn mit einem leichten Seufzer im oberen Teil des Blattes. Einem grünen Stein gebe ich gedanklich die Bedeutung „du selbst“, sie stellt ihn etwa zehn Zentimeter entfernt vom braunen Stein im unteren Blattbereich auf. Befragt, in welche Richtung die Steine blicken würden, antwortet sie nach einem Blick auf die Steine: „Die schauen sich an“. Unser Fokus ist ganz auf die beiden Steine (Objektrepräsentanzen) gerichtet.

Der nächste Schritt besteht in der unverwechselbaren Bezeichnung der Steine, damit die Klientin während der Imagination weiß, mit welchem Stein sie sich nun beschäftigen soll, zum Beispiel mit dem grünen Stein. Nun bitte ich die Klientin, sich zurückzulehnen, die Augen zu schließen, den Atem zu beobachten und die Muskeln locker zu lassen etc. Sie gleitet relativ rasch in einen Entspannungszustand. Nun halte ich sie an, sich gedanklich an die Stelle des grünen Steines zu versetzen, so als ob sie nun selbst dort stehe.

Therapeut: „Stelle dir vor, wie du von dieser Position aus langsam auf den braunen Stein zugehst ... und beschreibe dabei deine Wahrnehmungen, ganz gleich, wie diese sein mögen.“

Zunächst traut sie sich nicht so recht, näher zu gehen, obgleich sie den großen Wunsch danach äußert (Ausdruck ihrer ambivalenten Vaterbeziehung). Nach einigen Minuten der von mir begleiteten imaginativen Beschäftigung nähert sie sich dem braunen Stein (der gute Vater) und steht nun bei ihm.

Therapeut: „Wie wäre es, den braunen Stein zu berühren?“

Klient: (wirkt sehr konzentriert, ist offenbar ganz im Bild gegenwärtig) „Ich berühre ihn vorsichtig mit den Händen.“

Therapeut: „Wie fühlt sich das an?“

Klient: „Warm, angenehm.“

Therapeut: „Mhm.“ (wichtig: dem Klienten Zeit lassen)

Klient: „Da entspanne ich mich.“

In der imaginativen Annäherung an Objektrepräsentanzen wähle ich meist den Konjunktiv. Diese Vorgehensweise lässt den Klienten subjektiv mehr Freiheit, sie können sich auf diese Weise mit der vor ihnen stehenden Aufgabe zunächst in ihrer Fantasie auseinandersetzen und dann entscheiden, ob sie weitere Schritte in ihrer imaginativen Erlebniswelt tun möchten. Dies wirkt ich stärkend und dient ihrem Schutz. Die imaginative Auseinandersetzung zum Beispiel mit dem Vatersymbol berührt bisher abgewehrte Bewusstseinsinhalte auf tieferen, unbewussten Ebenen.

Nach der Konfrontation und den daraus resultierenden Wandlungsphänomenen beginnt der Integrationsprozess, und die Vaterliebe wird fühlbar. So findet die Klientin einen Zugang zu dieser bisher nicht zur Verfügung stehenden wichtigen inneren Kraft.

Therapeut: „Bitte beschreibe, wie sich die Berührung auf dich auswirkt.“

Klient: „Hm, da strömt irgendwie eine warme Energie in meine Hände.“

Therapeut: „... mhm ...“ (Therapeut geht empathisch mit und hat ein entsprechendes inneres Bild.)

Klient: „Das strömt in die Arme.“

Therapeut: „Aha ... und wie wirkt sich das weiter aus?“

Klient: „Ja, das erleichtert mich und ist warm, wie ein ‚goldener Strom‘ ...“

Therapeut: „Mhm ... wie wäre es wohl, wenn du diesen ‚goldenen Strom‘ durch die Arme, in die Brust und weiter in den Bauch fließen lassen würdest?“

Klient: „Ja, das geht ... bis in den Bauch ... mhm ... wohl-tuend ... warm und gut.“

Therapeut: „Stelle dir vor, wie es wäre, wenn du diesen ‚goldenen Strom‘ um deine Gebärmutter herumfließen lassen würdest? Wie wäre das?“

Klient: „Ja, das geht.“ (Klientin lächelt leicht) „... das fühlt sich wunderbar an ...“

(Ich lasse ihr Zeit für diese Erfahrung, fühle mich still verbunden mit allen Beteiligten, im Raum herrscht eine friedvoll-heitere Stimmung.)

Behutsam beende ich nach einer kleinen Weile diese innere Reise mit der Heranführung an die Außenwelt über den be-

wussten Atem, dann rege ich vorsichtige Bewegungen der Finger an, Dehnen und Strecken. Während dieser Schlussphase der Imagination äußere ich wiederholt, dass diese „goldene Kraft“ in ihr heilsam weiterwirke.

Im Nachgespräch schildert die Klientin noch einmal ihre sehr wohltuende Erfahrung und fragt neugierig, wer denn hinter dem braunen Stein stecke. Ich entscheide mich, den Zugang der Klientin zu dieser heilsamen Vaterenergie in ihrem eigenen Interesse weiter offen zu halten. Deswegen bitte ich sie, vorerst auf die Offenlegung zu verzichten, verspreche aber, dies so bald wie möglich nachzuholen. Als Hausaufgabe gebe ich auf, die Begegnung mit dem braunen Stein und dem „goldenen Strom“, wie er durch ihren Körper fließt, zu malen und dieses Bild immer wieder zu betrachten. Abends soll sie sich die wohltuende Verbindung mit diesem Stein vorstellen und damit einschlafen.

In den Tagen danach treten die Symptome kaum mehr auf. In einer weiteren Sitzung wiederholen wir die Begegnung mit dem braunen Stein und nehmen auch noch „mein bedürftiges inneres Kind“ als verdeckt aufgestelltes Element mit hinzu.

Dieser Persönlichkeitsanteil wird von der Klientin beschützend in den Arm genommen und vom „goldenen Strom“ mit umfasst. Nach dieser Sitzung verschwinden die Symptome.

Anwendungsbereiche der verdeckten System-Imagination (VSI)

Mit der VSI können nach meiner Erfahrung nahezu alle Themen bearbeitet werden, die im weiten Spektrum von Beratung, Persönlichkeitsentwicklung und Therapie relevant sind. Auch in unternehmerischen Fragen oder bei der Entwicklung von Produkten kann die VSI hilfreiche Hinweise geben.

Ein Beispiel mag das verdeutlichen:

Ein Unternehmer investierte viel Geld und Mühe in die Entwicklung eines neuen Präparates, aber trotz intensiver Bemühungen gelangte dieses nicht zur Produktionsreife. Verdeckt aufgestellt und imaginiert, zeigte sich ihm das Präparat als ein „nahezu abgestorbenes Wesen“, in dem nur „wenig Lebenskraft“ steckte.

Nach Rücknahme der Entspannung blickt er mich ernst an und meinte: „Dieses Projekt ist wie ein totgeborenes Kind! Jetzt weiß ich, warum es da nicht weitergeht.“

Die VSI war ihm eine gute Hilfe, um eine rasche unternehmerische Entscheidung zu treffen.

Die Verantwortlichkeit für betriebliche Entscheidungen liegt natürlich immer beim Unternehmer. Systemaufstellungen können wertvolle Entscheidungshilfe sein.

Zusammenhänge und Dynamiken zwischen den Beteiligten im Betrieb werden deutlich ebenso die Qualität oder Wirkungen eines Produktes auf die Kunden und den Betrieb. Damit ist eine Neubewertung des aufgestellten Anliegens

im Kontext der Prozesse während der Aufstellungsarbeit und der anschließenden Reflexion möglich.

Bei der verdeckten Imagination von Traumata ist besonders umsichtig vorzugehen.

Die Behandlungsphasen der Traumabehandlung sind: Stabilisierung, Distanzierung, Traumaexposition, Trauerarbeit und Integration.

Unter Beachtung dieser wichtigen Reihenfolge können diesen Phasen entsprechende Elemente verdeckt aufgestellt und im geschützten Rahmen des Einzelsettings in der notwendigen Behutsamkeit und Tiefe imaginativ erlebt und integriert werden.

Mit einem verdeckt aufgestellten und imaginierten Belastungsfaktor (Trauma), der als Symbol (zum Beispiel als Stein) verschlüsselt ist, kann sich der stabilisierte, gestärkte Klient aus sicherer Distanz konfrontieren (Traumaexposition). Durch die VSI und den dadurch bestehenden Schutz der symbolhaften Darstellung ist ein behutsamer, gut dosierbarer und unbefangener Umgang mit diversen Systemelementen möglich.

Erst nachdem der therapeutische Nutzen eines verdeckt aufgestellten Elementes ausgeschöpft wurde, decke ich, von wenigen Ausnahmen zum Schutz des Klienten abgesehen, die Bedeutung auf. Nicht selten kommt es vor, dass Klienten im Rahmen der Integration die wahre Bedeutung des Symbols erfassen und im Stein, – etwa das Gesicht der Mutter – erkennen und nun bejahend damit umgehen. Eine erfolgreiche Anwendung der VSI setzt die Imaginationsfähigkeit des Klienten sowie fundierte Kenntnisse der Grundlagen der Aufstellungs- und Imaginationsarbeit aufseiten des Aufstellers voraus.

Kontraindikationen für dieses Verfahren sind psychotische oder psychosenahe Zustände, narzisstische und histrionische Persönlichkeitsstörungen, ausgeprägte Zwangsstörungen, schwere depressive Episoden und vergleichbare Diagnosen.

Weitere Anwendungsbereiche

In der Trauerarbeit bei Totgeburt, bei Abtreibungsproblematik, im Umgang mit dem verstorbenen unbekanntem Zwilling im Mutterleib, beim Abschied von Verstorbenen und Trennungsschmerzen jeder Art kann die VSI hilfreich sein. Auch in Fragen der Asylproblematik, zum Beispiel der inneren Würdigung des Herkunftslandes, vermag die VSI Bedeutsames zu erreichen. Beim Probehandeln, beispielsweise bei der Konfrontation mit Autoritätspersonen, bietet die Methode Zugang zu kreativen, stärkenden Ressourcen oder spirituellen Symbolen. Zudem fördert sie die Identifizierung und Befriedigung innerer Bedürfnisse. Auch Krankheitssymptome können im Rahmen der VSI fokussiert werden.

Ablauf der Arbeit mit der verdeckten System-Imagination

1. Anamnese/Vorgeschichte/Situation
2. Klärung und Benennung des Ziels/Auftrages
3. Genogrammarbeit
4. Auswahl der aufzustellenden Elemente (ohne Mitteilung an den Klienten, Therapeut notiert sich ggf. Bedeutung und dazugehöriges Symbol)
5. Erläuterung der Vorgehensweise
6. Verdeckte Aufstellung auf dem Arbeitsfeld
7. Bezeichnung der aufgestellten Symbole, zum Beispiel Steine, anhand äußerer Merkmale
8. Entspannungszustand induzieren
9. Therapeut führt Klient in der Imagination auf seinen Platz auf dem Arbeitsfeld. Nun beginnt die Beschäftigung zunächst mit stärkenden/stabilisierenden, später mit belastenden Elementen entsprechend der unten genannten prozessfördernden Maßnahmen und der Vorgehensweisen in Systemaufstellungen
10. Rücknahme der Entspannung, Eindrücke nachklingen lassen
11. Im kurzen Nachgespräch werden „Hausaufgaben“ zur Vertiefung des Erlebten besprochen, zum Beispiel Bilder zu malen und die Erlebnisse dieser „inneren Reise“ schriftlich niederzulegen.
12. Abschluss der Sitzung

Prozessfördernde Maßnahmen während der Imagination

- Stabilisierende und stärkende Elemente aufstellen: zum Beispiel der sichere Platz, die neutrale Position, der/die weise Alte, spirituelle Symbole (je nach Glaubenssystem des Klienten) usw.
- Versöhnen, zärtliches Hinwenden/Umfangen
- Nähren (füttern), wohltuende Erfahrungsfelder anreichern
- Freie Assoziationen zulassen
- Distanzierung
- Durchleben, Durchleiden, Aggression ausdrücken/Katharsis
- Lösende Sätze, Rituale
- Offene Fragen stellen
- Beachten der Rangordnungen und anderer Vorgehensweisen bei Systemaufstellungen
- Verbalisieren/Beschreiben der Wahrnehmungen
- Die therapeutische Grundhaltung ist in erster Linie protektiv, gewährend, non direktiv mit wohlwollender Akzeptanz gegenüber allen Mitgliedern/Elementen eines Systems.

Ausblick

Die VSI bietet u. a. aufgrund ihrer klaren Fokussierung auf das Anliegen, des leichten Zugangs zu stabilisierenden und

stärkenden Ressourcen sowie der relativ rasch zu erlernenden Handhabung vielversprechende Perspektiven für die therapeutische Praxis.

Hat ein Klient eine VSI und ihre emotionale Wirksamkeit erst einmal erfahren, werden weitere Sitzungen dieser Art gerne akzeptiert.



Wolfgang Kraus, Jahrgang 1953, Praxis für Psychotherapie (HeilprG), Systemaufsteller DGfS, beschäftigt sich seit 1998 mit Systemaufstellung und katathym-imaginativer Psychotherapie (KIP), Lehrtätigkeit am eigenen Institut für psychotherapeutische Verfahren mit Jahreskursen zur Prüfungsvorbereitung HP/Psy und Imaginativonstherapie, Fortbildungsseminare zu Grundlagen der Aufstellungsarbeit im therapeutischen Kontext sowie zur „verdeckten System-Imagination“ im Chiemgau und auf Sardinien.

www.kraus-psychotherapie.de

Literatur

- Schneider, J. (2006). Das Familienstellen. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.
Hausner, S. (2008). Auch wenn es mich das Leben kostet! Heidelberg: Carl-Auer Verlag.
Leuner, H. (1994). Lehrbuch der katathym-imaginativen Psychotherapie. 3. Auflage. Bern: Verlag Hans Huber.
Reddemann, L. (2003). Imagination als heilsame Kraft. 9. Auflage. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.