

Blick zurück nach vorne

Peter Bourquin

Ich kenne das Familienstellen seit 1998. Im Laufe der vergangenen 15 Jahre hat sich mein Verständnis über diese Methode und meine Praxis stark verändert und entwickelt. Es ist an der Zeit, innezuhalten und sich des gegangenen Weges bewusst zu werden. Ich möchte diesen Artikel als einen persönlichen Rückblick nutzen, vor allem im Hinblick auf das, was man vertikales Wachsen nennen könnte im Unterschied zum horizontalen Wachstum. Ich möchte das kurz erklären: ‚Horizontales Wachstum‘ ist ein quantitatives Mehr; ein Mehr an Kenntnissen und an Erfahrung; ein Mehr an therapeutischen Techniken und Handwerkszeug. All dieses ‚Mehr‘ ist hilfreich und notwendig. Doch es ist das vertikale Wachstum, das der Praxis eine neue Tiefe verleiht, ihr mit jedem solchen Schritt eine weitere Dimension hinzufügt. Für ein kleines Kind ist das Erlernen von Wörtern eine Sache, doch wenn es ihm dann gelingt, aus ihnen ganze Sätze zu bilden, hat es eine vertikale Entwicklung gemacht, das all dem Erlernen eine neue Dimension gibt.

Auf meinem persönlichen Weg kann ich bisher fünf solche vertikalen Entwicklungsschritte ausmachen. Diese sind:

- Die freie Bewegung der Stellvertreter
- Der Verzicht auf das Drama / das Anerkennen der Wirklichkeit
- Gewaltfreiheit und ein Sicheinlassen in die therapeutische Beziehung
- Das Einbeziehen der intrapsychischen Beziehungen
- Heilung als Raum

Die freie Bewegung der Stellvertreter

Ich begann das Familienstellen zu praktizieren, als es gerade auf der Schwelle zu den freien Bewegungen der Stellvertreter war, zu dem, was Bert Hellinger ‚die Bewegungen der Seele‘ nannte. In den ersten Jahren war mein Leiten einer Aufstellung hauptsächlich direktiv – „Stell dich hierhin“, „Mache eine Verbeugung“, etc. –, geleitet von einer inneren Vorstellung, wie die ‚geordnete‘ Familie des Klienten ausschauen müsste. Diese innere Vorstellung ruhte auf meinem systemischen Verständnis und einem Wissen von möglichen Dynamiken innerhalb von Familienverbunden.

Doch merkte ich mit der Zeit Folgendes: Je mehr ich den tieferen Bewegungen der Stellvertreter folgte und mich ihnen anvertraute, umso mehr tauchten neue, ungeahnte Lösungsbilder auf. In der Folge änderte sich meine Form des Aufstellens. Es ist seitdem stiller, viel weniger eingreifend, sondern eher mitgehend geworden.

Die vertikale Entwicklung liegt hier darin begründet, dass die Quelle der Bewegung

nicht länger ichzentriert war, sondern aus dem größeren Feld der Aufstellung kam, an dem ich als Leiter teilhabe. Dies gleicht dem Paradigmawechsel Galileis, der die Erde und mit ihr den Menschen als Mittelpunkt der Schöpfung entthronte, und führt in seiner Konsequenz direkt zu dem, was Bert Hellinger Jahre später als ‚Bewegungen des Geistes‘ benannte. Für mich waren und sind diese schon seit damals in den ‚Bewegungen der Seele‘ enthalten, sofern man sie nicht allein als technischen Kniff, sondern als eine überpersönliche Haltung begreift, die sich dem Nichtwissen und dem größeren Ganzen hin öffnet.

Ich benenne dieses Größere übrigens bewusst nicht, um mich nicht im Gestrüpp philosophischer, religiöser und spiritueller Konzepte zu verfangen. In Spanien haben wir schon genug damit zu tun, um zu erklären, dass der Name ‚Constelaciones Familiares‘ (= Family Constellations = Familienkonstellationen) nichts mit Astronomie oder Astrologie zu tun hat.

Der Verzicht auf das Drama / das Anerkennen der Wirklichkeit

In den ersten Jahren meiner Tätigkeit als Aufsteller glichen die Seminare einem griechischen Theater voller Tragödien. Die Engländer würden vielleicht ‚soap opera‘ dazu sagen und die Spanier ‚culebrones‘, wie sie die unsäglichen nachmittäglichen Familienserien voller Passion, Intrigen und Dramen nennen. Gab es beispielsweise eine unterbrochene Beziehung des Klienten (*ich mag dieses Wort nicht, finde leider bisher jedoch kein besseres; wir sind ja einfach nur Menschen*) zu seinen Eltern, so erforschten wir, was denen wohl passiert sein könnte, ob Krieg, Unglück, Todesfälle das liebevolle Gegenwärtigsein der Eltern oder der Kinder verhinderten. Meistens war die Richtung der Aufstellung nach hinten, der Vergangenheit zugewandt.

Heute erinnert es mich an die Frage, was zuerst da war, die Henne oder das Ei, und auf die es keine Antwort gibt, weil der Frage eine lineare, kausale Denkweise zugrunde liegt. Denn die Verstrickung der Eltern wurde ja auch wieder durch die Verstrickung von deren Eltern ausgelöst, und so fort. Gelang es in diesen Aufstellungen, die Verstrickung der Eltern zu lösen, wozu es meist notwendig war, noch eine oder zwei Generationen weiter zurückzugehen, dann war das Ergebnis eine Art von Begegnung zwischen dem Klienten und seinen Eltern, in der ‚die Liebe fließt‘.

Nun mag das zwar für den Klienten eine befriedigende Erfahrung sein, die auch alte Denkmuster infrage stellt und innere Bilder (wie zum Beispiel „meine Eltern lieben mich nicht“) erweitern kann. Doch hatte diese Art von Aufstellungen doch zugleich etwas Irreales, etwas, was der Erfahrung der Person widersprach und ihr aus diesem Grund auch wenig an festem Boden bieten konnte. Irgendwann hörte ich weitgehend auf, mich in der Aufstellung mit dem Inhalt dessen zu beschäftigen, was wir in unserem Jargon ‚Verstrickung‘ nennen. Das Familiendrama verlor an Interesse für mich. Es ging nicht länger darum, die Wirklichkeit des Betreffenden zum Besseren zu verändern, denn diese ändert sich ja nicht wirklich in einer Aufstellung. Nach einem Aufstellungswochenende kehren wir ja alle wieder in denselben Alltag zurück.

Stattdessen rückte die Haltung des Klienten zu seiner Wirklichkeit in den Mittelpunkt meiner Arbeit.

Der österreichische Psychoanalytiker und spätere Begründer der Logotherapie Viktor Frankl drückte sich über seine mehrjährige Erfahrung in deutschen Konzentrations- und Vernichtungslagern in dem Sinne aus, dass die einzige Freiheit, die ihm die Nazis nicht nehmen konnten, die war, welche Haltung er zu seinem Erleben wählte. Es ist die jeweilige innere Haltung, die wir zu den Ereignissen unseres Lebens einnehmen, die uns in der Vergangenheit verharren lässt oder uns frei macht für das Gegenwärtige.

Oftmals braucht es ein hellsichtiges Hinschauen auf das Geschehene, mit einem Sehen und Würdigen all dessen und all derer, die diesem Geschehen angehören, um es schließlich bejahen zu können, so wie es war, mit seinem Licht und Schatten und auch mit all seinen Folgen. In diesem inneren Vollzug gelingt ein Annehmen der Wirklichkeit, das in einem Frieden schafft und Freiheit für das Gegenwärtige. Diese Art von Aufstellungen ist mehr nach vorne, von der Gegenwart auf die Zukunft hin orientiert. In diesem Sinne erlebte ich das Fokussieren auf die Haltung der jeweiligen Person als einen vertikalen Sprung in meiner Arbeit, der ihr mehr Tiefe verleiht.

Gewaltfreiheit und ein Sicheinlassen in die therapeutische Beziehung

Bert Hellinger verzichtet in meinen Augen seit jeher auf eine therapeutische Beziehung mit dem Klienten. Sie interessiert ihn einfach nicht. Berühmt und berüchtigt waren seine ‚drei Sätze‘, die er dem Klienten zubilligte, um sein Anliegen darzustellen. War der Klient dazu nicht in der Lage, wurde er meistens weggeschickt, manchmal auch umgehend konfrontiert oder richtiggehend abgebürstet. (Aus diesem Grund habe ich mich auch nie getraut, mit ihm öffentlich eine persönliche Aufstellung zu machen, obwohl ich dazu reichlich Gelegenheit hatte. Ich fühlte mich an seiner Seite einfach nicht sicher genug, um gewisse schmerzhaft Themen anzugehen.)

Seine Form des Arbeitens diente uns Aufstellern als Vorbild und führte bei mir – und ebenso bei vielen anderen Kollegen der ersten Generation in Spanien – dazu, dass ich den Anfangskontakt mit dem Klienten kurz hielt, in einigen wenigen Sätzen sein Anliegen abklärte und die mir notwendig erscheinenden Informationen einholte. Alsdann wandten wir uns der Aufstellung zu.

Es brauchte Jahre, bis mir bewusst wurde, dass ich damit etwas Wesentliches vernachlässigte: eine heilsame Beziehung, die sich zwischen dem Therapeuten und dem Klienten ergibt, wenn die angemessenen Rahmenbedingungen gegeben sind. Um die Kooperation des Unbewussten des Klienten zu gewinnen, braucht es eine tiefe, von Mensch zu Mensch gehende Beziehung. Das ist keine Einbahnstraße vom Klienten zum Therapeuten, sondern geschieht von beiden Seiten. In der Folge ist der Betreffende viel eher bereit, sich schmerzhaften und sensiblen Themen in seiner Tiefe zu öffnen und dann auch mitzugehen im Prozess seiner Aufstellung. Dafür braucht sein Unbewusstsein die Erfahrung, dass ich mich seiner Kooperation, seines Vertrauens

als würdig erweise. Ich muss sie mir gewissermaßen verdienen. Dies kann meist in wenigen Minuten oder Stunden geschehen, es ist nicht notwendigerweise eine Frage langwierigen Kennenlernens und Abtastens.

Damit dies gelingt, braucht es dafür aufseiten des Klienten das Gefühl der Sicherheit und des Angenommenwerdens durch den Therapeuten. Dies beginnt damit, dass der Klient keinerlei Erfahrung von therapeutischer Aggression oder Wertung macht und den Therapeuten als beständig in seiner urteilsfreien und wohlwollenden Haltung erfährt. Anstatt beispielsweise gewisse Verhaltensweisen dem Klienten als ‚Widerstände‘ vorzuwerfen, verstehe ich sie als Versuch, sein inneres notwendiges Gleichgewicht aufrechtzuerhalten, sowie darin eingebettet auch als Teil seiner Geschichte, der ich interessiert zuhöre.

Sodann braucht der Klient die Erfahrung der Präsenz des Therapeuten und das Gefühl, dass dieser wirklich versteht, was in einem vorgeht. Er will sich gesehen wissen.

Meine Erfahrung ist, dass die Menschen, mit denen ich arbeite, mehr wagen und auch stabiler aus den Aufstellungsseminaren weggehen, seitdem ich die heilende Beziehung bewusst pflege. Diese hat überhaupt nichts mit Bemuttern zu tun, sondern mit der wahrhaften Begegnung von Mensch zu Mensch.

Das Einbeziehen der intrapsychischen Beziehungen

Das Familienstellen hat sich als eine hervorragende Methode bewährt, um Beziehungen zwischen Familienmitgliedern zu betrachten und ihnen heilende Impulse zu vermitteln, welche wiederum auf den sogenannten ‚Ordnungen der Liebe‘ gründen. Doch kam ich immer wieder an eine Grenze des Familienstellens: Es lässt die Komplexität des Menschen als Individuum außer Acht, dabei ist diese ebenso relevant wie unser Eingebundensein in menschliche Beziehungsmuster. Was heißt das im Konkreten? Es geht um die Beziehung mit sich selbst.

Vor vielleicht sieben Jahren arbeitete ich mit einer jungen Frau Mitte dreißig, die sich offensichtlich vom Leben überfordert fühlte und eine schwierige Jugend gehabt hatte. Spontan schlug ich ihr vor, jemanden für sich als Erwachsene und jemanden für sich als Kind aufzustellen. Zu meiner Überraschung wählte die eher klein gewachsene Klientin die größte Frau im Saal als Stellvertreterin für sich selbst als Kind und eine zierliche Frau für sich als Erwachsene. Sie selbst als Kind manifestierte sich vital und kraftvoll, während das Erwachsenen-Ich geknickt und traurig daherkam. Beide hatten keinen Kontakt miteinander und gingen sich aus dem Weg. Ich lud die Klientin ein, in die Aufstellung mit hineinzugehen und sich selbst zu begegnen, genauer gesagt, den verschiedenen Anteilen von ihr. In der Folge entwickelte sich ein ebenso tief greifender und berührender wie zugleich integrierender Prozess, an dem sie am Schluss mit ihrem Kind- und Erwachsenenanteil im linken und rechten Arm fröhlich und zufrieden dand. Sie hatte eine innere Spaltung überwunden.

Seitdem arbeite ich immer häufiger mit zwei oder mehr Stellvertretern für den Klienten, wenn es um schwierige Kindheitserfahrungen oder traumatische Erlebnisse geht. Die Erfahrungen damit haben mir gezeigt, dass es gerade diese Möglichkeit des Sich-selbst-Begegnens ist, was bei vielen Klienten einen heilsamen Unterschied gemacht hat. Wir reden beispielsweise viel vom Annehmen der Eltern. Doch solange dies nur dem Erwachsenen-Ich gelingt, während das Kind-Ich verloren in der Ecke hockt, ist dieser innere Vollzug unvollständig.

Diese intrapsychischen Beziehungen der verschiedenen Anteile eines Selbst innerhalb des Rahmens einer Aufstellung mit einbeziehen zu können und diese nicht allein auf die Familienbeziehungen zu beschränken hat meiner Arbeit eine neue Dimension hinzugefügt und sie bereichert. Denn es ist nicht allein eine Ergänzung im Sinne eines Nachtrags. Im Gegenteil, es vertieft die Möglichkeiten, sich familiären Beziehungen anzunähern. Und es erleichtert dem Klienten das Sein-lassen-Können seiner Vergangenheit und das Ankommen in der Gegenwart.

Heilung als Raum

In den letzten Jahren wurde mir immer mehr bewusst, dass Heilung nicht vom Therapeuten gemacht wird, sondern dass sie geschieht. Mein Verständnis war zuvor eher das eines virtuellen Chirurgen, der wissend und gekonnt sein Können einsetzt, um den angemessenen therapeutischen Eingriff vorzunehmen. Doch jahrelange Beobachtung hat mich gelehrt, dass das Ergebnis schlichtweg nicht vorhersagbar ist. Erscheint es mir manchmal fast wie ein Wunder, wenn ein Mensch durch eine Aufstellung eine einschneidende Veränderung in seinem Leben erfährt, sehe ich ebenso Beispiele, wo jemand sich jahrelang am gleichen Thema abmüht, ohne wesentlich vom Fleck zu kommen.

In einem Wochenendseminar ist es offensichtlich nicht allein die eigene Aufstellung des Klienten, die, sofern sie gelungen ist– *als Kriterium dient hierbei die innere Erfahrung des Klienten, nicht die Einschätzung des Therapeuten; das sind zwei Paar Schuhe* –, eine heilende Bewegung in ihm anstößt, ihr einen neuen wesentlichen Impuls gibt oder sie zu einem guten Abschluss bringt. Der Klient kam ja bereits zum Seminar mit der Summe aller bislang in seinem Leben erhaltenen hilfreichen Impulse. Dazu kommt sein Erleben des gesamten Wochenendes mit all den verschiedenen Aufstellungen, den Bemerkungen des Therapeuten und den Begegnungen unter den Teilnehmern in dieser ständig vertrauensvoller und offener werdenden Atmosphäre, in der die mit dem Schmerz einhergehende, uns in der Tiefe bewegende Liebe mit der Zeit so deutlich zu spüren, ja beinahe im Raum greifbar ist. All dies ist es, das in seinem Zusammenspiel eine heilende Bewegung in allen Teilnehmern hervorruft.

Was letztlich im Klienten einen heilenden Vollzug in Gang setzt, hängt nur zu einem kleineren Teil von mir als Therapeuten ab. Dabei ist noch nicht einmal vorhersehbar, welche meiner Interventionen für den Klienten eine wesentliche Erfahrung sein wird.

Es erinnert mich an die Chaosforschung, die postuliert, dass der Flügelschlag eines Schmetterlings andernorts einen Sturm hervorrufen kann.

Auf dem Jahreskongress der DGfS in Wuppertal im Jahre 2009 nahm ich an einem Workshop von Dimitris Stavropoulos teil, in dessen Verlauf wir in Vierergruppen nacheinander vier Positionen als Stellvertreter einnahmen: den Verletzer, die Wunde, den Verletzten, die Heilung. Als ich die Heilung verkörperte, erlebte ich mich als einen Raum, der die anderen drei auf eine nicht körperliche Weise umfasste und gewissermaßen hielt. Dabei spürte ich in mir die tiefe Gewissheit, dass alles Notwendige zu ihrer Integration und Befriedigung geschehen würde, ja dass ihre Heilung nur eine Frage der Zeit war, solange sich die anderen in meinem Raum aufhielten.

Seit dieser Einsicht hat sich mein Augenmerk als Aufsteller verstärkt darauf gelenkt, das zu schaffen und zu potenzieren, was ich einen ‚heilenden Raum‘ nenne. Ich weiß nicht, was in diesem heilenden Raum für den Einzelnen konkret passieren wird, aber ich bin mir sicher, dass etwas Heilendes geschehen wird. Sofern nur der heilende Raum kraftvoll genug ist, und das hängt wiederum von meiner bedingungslosen Präsenz und Liebe ab.

Ogleich ich dem heilenden Raum ein Buch gewidmet habe („Heilung ist ein Raum – über die Kunst der Psychotherapie“, Synergia Verlag, 2012), bin ich immer noch dabei, diese Erkenntnis in ihrer ganzen Dimension zu erfassen und zu integrieren. Es ist die bislang letzte vertikale Entwicklung, die sich in meiner Praxis des Familienstellens manifestiert.

Es wäre sicher interessant, wenn andere erfahrene Aufsteller Zeugnis ablegen würden von dem, was sie bei sich als vertikales Wachstum erlebt haben. Ich würde mich freuen, wenn dieser Artikel ihnen einen Ansporn dazu bietet ...



Peter Bourquin
www.peterbourquin.net