

# BERÜHRUNGSPUNKTE: SYSTEMISCH

Berührungspunkte ist eine Gesprächsreihe mit Therapeuten, TheoretikerInnen oder Beratern, die das systemische Handeln und Denken seit Ende der 70er-Jahre in Deutschland weiterentwickelt haben. Entweder sie arbeiten mit Systemaufstellungen oder verwandten Formen oder liefern Grundlagen, die auch für die Aufstellungsarbeit von großer Bedeutung sind.

# Birgit Theresa Koch im Gespräch mit Jochen Schweitzer

*Das Gespräch führte ich mit Professor Dr. Jochen Schweitzer, dem stellvertretenden Leiter des Instituts für Medizinische Psychologie an der Universität Heidelberg. Der „Praktiker, Praxisforscher und Vernetzer der systemischen Szene“ (laut Wikipedia), ist seit 2007 Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie und Familientherapie (DGST) und gab 2010 die erste randomisierte Studie über die Wirksamkeit von Systemaufstellungen in Auftrag. Ein Gespräch über wirksame Aufstellungen, kritische Stürme in der Geschichte der Aufstellungsarbeit, phänomenologische und konstruktivistische Dogmatiker und beste Wünsche für die Systemaufstellungen und ihre Anwender.*

*Kommen wir gleich zur Sache! Können Sie etwas zur Geschichte und den Hintergründen der ersten großen Studie über die Wirksamkeit von Systemaufstellungen sagen, die Sie mit Jan Weinhold und weiteren ForscherInnen an der Universität in Heidelberg durchgeführt haben?*

Da kommen mehrere Stränge zusammen: Da ist ein biografischer Strang aufgrund der langjährigen Zusammenarbeit mit Gunthard Weber. Ich wusste von ihm, dass er seine Arbeit mit Systemaufstellungen evaluieren wollte. Er selbst hatte schon verschiedene Anläufe gemacht, die teilweise gut gelungen waren, die aber methodisch kritischen Anforderungen nicht genügten, weil sie von Praktikern für Praktiker gemacht waren. Der davon unabhängige Strang ist, dass wir es paradoxerweise der Aufstellungsarbeit zu verdanken haben, dass Jan Weinhold und ich 2009 von dem amerikanischen Ethnologen William Sax, der hier in Heidelberg lehrt, angesprochen wurden: Es gäbe da in Deutschland etwas, das hieße Familienaufstellungen, das erinnere ihn an Geisterheilungen in Nordindien, einem seiner Forschungsgebiete. Er wollte unbedingt mehr darüber erfahren. Ich vermittelte den Kontakt zu Gunthard Weber, der von Sax sogleich eingeladen wurde. Der fand die Aufstellungsarbeit hochinteressant und empfahl uns, bei einem Sonderforschungsbereich der Deutschen Forschungsgemeinschaft mitzumachen, der *Ritualdynamik* heißt. Das müssen Sie sich so vorstellen: Religionswissenschaftler, Ethnologen, Historiker, Indologen, Ägyptologen forschen dort zusammen, wir Psychologen sind eher am weltlichen und nicht historischen Ende dieses Spektrums angesiedelt. Kollegen aus meinem Institut waren dort zu einem früheren Zeitpunkt schon mit dem Thema „Ritualaspekte jugendlichen Drogenkonsums“ beschäftigt gewesen. Sax schlug vor, dass wir uns in der dritten und letzten Phase dieses Sonderforschungsbereiches mitbewerben sollten. Das haben wir schließlich getan. Ursprünglich mit der Idee, Aufstellungsarbeit als eine Sonderform kultureller Rituale kulturwissenschaftlich zu untersuchen. In dieser frühen Phase kamen zwei neue Kolleginnen in unser Projekt, Annette Bornhäuser und Christina Hunger, und meine drei Kollegen fanden es viel spannender, statt einer weiteren kulturwissenschaftlichen Untersuchung die Wirksamkeit von Aufstellungen mit klinisch-psychologischen Methoden zu untersuchen. Ich muss Ihnen verraten, dass wir mit einer Systemaufstellung geklärt haben, ob wir das tatsächlich tun

sollen oder ob wir besser etwas anderes untersuchen. (lachend)

*Und was war das Ergebnis dieser Aufstellung? Wissen Sie noch, wie die StellvertreterInnen gestanden haben und wie das Lösungsbild in der Aufstellung war?*

Wir saßen in einem unserer Seminarräume mit anderen Kollegen und Kolleginnen, die mit dem Thema nichts zu tun hatten. Sie übernahmen als Stellvertreter die Rolle verschiedener Projekte, und wir schauten, wo die Energie hingehet. Ich habe noch den Raum und die Menschen in Erinnerung, an die Abstände kann ich mich nicht mehr erinnern. Wesentlich war die Befragung der Protagonisten, wie energetisch oder nicht energetisch sie sich an den Plätzen fühlten. Mir wurde immer mulmiger, als ich sah, dass die empirische RCT-Studie sich sehr wohlfühlte. Eine konkurrierende Idee war damals, eine Landkarte der Aufstellerszene zu zeichnen und Wissensgeografie zu betreiben: Wer macht Aufstellungen, was sind das für Leute, mit welchen Hintergründen, Philosophien und Berufsabschlüssen arbeiten sie? Eine dritte Idee war, zehn bekannte Aufsteller und deren Seminare zu besuchen und sie auf den Ritualisierungsgrad ihrer Arbeit hin zu beobachten. Diese beiden Alternativprojekte schafften unseren Aufstellungstest nicht. Das gute Ergebnis der Aufstellung war, dass wir die Wirksamkeit von Aufstellungen empirisch in einem randomisiert kontrollierten Setting studieren konnten, was weltweit bislang einmalig ist.

*Das freut mich, dass eine Systemaufstellung Taufpatin des Projekts war.*

Wir brauchten nun erfahrene Aufsteller, denen wir zutrauten, dass sie gute Arbeit machen, und fragten Gunthard Weber und Diana Drexler, ob sie mitmachen wollten. Ein Vorteil war bei den beiden auch die räumliche Nähe zu Heidelberg. Die Studie wurde 2009 bewilligt, 2010 machten wir die Planungen, 2011 fanden die Erhebungen statt, und seit Ende 2011 werten wir aus. Ende 2012 haben wir mit den ersten Publikationen begonnen. Wir werden bis Juni 2013, dem offiziellen Ende unseres Forschungsprojekts, hoffentlich alles aus den Daten herausholen, was in ihnen steckt.

*Erste Ergebnisse hörten sich ja schon auf dem DGfS-Mitgliedertreffen in Uslar und auch in der Zeitschrift „Familiendynamik“ (Heft 1, 2013) sehr vielversprechend an. Sind Sie überrascht über die guten Ergebnisse?*

Man muss einschränkend sagen, wir hatten eine nicht klinische Stichprobe. Wir haben statistisch gesehen in den psychologischen Daten kleine Effekte. Man sagt, Effektstärken zwischen 0,2 und 0,5 seien klein, 0,5–0,8 gelten als mittlere und die darüber als große Effektstärken. Die Effektstärken in den psychologischen Fragebögen sind zwischen 0,3 und 0,5, also kleine Effekte.

In der „Familiendynamik“ wurden nur die Veränderungen bei den aktiven Teilnehmern beschrieben. Wir hatten in jeder Gruppe 15 aktive Teilnehmer, die eine eigene Aufstellung machten, und zehn Beobachter, die als Stellvertreter mitgewirkt haben.

*Hatten die Aufstellungen bei den Stellvertretern auch Auswirkungen?*

Überraschenderweise nicht viel weniger als bei denen, die eine eigene Aufstellung gemacht haben. Und neben den drei in der Psychotherapieforschung angewandten Fragebögen haben wir noch zwei weitere Bögen entwickelt, die erst in diesem Jahr ausgewertet wurden. Der eine befasst sich mit der Zielerreichungsskalierung, der andere mit dem Erleben in sozialen Systemen – Experience in Social Systems, kurz EXIS genannt. EXIS erfasst, wie geht es mir im Blick auf ein bestimmtes System, das ich in der Aufstellung gestellt habe. Es ist ein 12-Item-Fragebogen, der vier Teildimensionen umfasst: 1. Einklang – „Ich bin in Übereinstimmung mit dem, was da passiert“, 2. Individuation – „Ich kann auch mein eigenes Ding machen“, 3. Zugehörigkeit – „Ich habe einen sicheren Platz im System“ und 4. Hoffnung und Zuversicht – „Ich glaube, dass es gut weitergehen wird“.

Man kann grob sagen, dass die Ergebnisse in diesen eigens für die Studie entwickelten Instrumenten noch etwas besser sind als die in der Familiendynamik berichteten.

Die in EXIS, der das Erleben in sozialen Systemen beschreibt, sind im mittleren Bereich, und die in den individuellen Zielen gehen zum Teil darüber hinaus in den Bereich hoher Effektstärken. Allerdings ist das bei speziell auf eine Methode hin entwickelten Messinstrumenten fast immer so, wir können diese Ergebnisse nicht mit denen anderer Studien direkt vergleichen, und wir haben bei den Zielen einen methodischen Fehler gemacht, weil wir nicht gefragt haben, wie nah unsere Probanden sich schon vor der Aufstellung diesen Zielen fühlten.

Zu Ihrer Frage: Ich bin nicht überrascht! Es ist die erste Studie dieser Art. Darin liegt forschungspolitisch die Bedeutsamkeit. Zusammenfassend können wir sagen: Systemaufstellungen heben die Welt nicht aus den Angeln, aber sie bewirken tatsächlich etwas bei einem breiten Spektrum von Teilnehmern, das finde ich persönlich bedeutsam. Und wir müssen bedenken, es waren ja nur 3-Tages-Interventionen ohne weitere Begleitintervention.

*Können Sie sich vorstellen, dass die Studie dazu beiträgt, dass die Systemaufstellungen im psychologischen und wissenschaftlichen Feld mehr angenommen werden?*

Meine Idee wäre, dass langfristig die Systemaufstellung eine Zusatzintervention wird, die neben einer Psychotherapie eingesetzt werden kann, und dass unsere Studie dazu beitragen kann, dem einen guten Platz zu geben.

*Arbeiten Sie selbst mit Systemaufstellungen? Und wenn ja, welche Erfahrung haben Sie damit gemacht?*

Ich mache keine Aufstellungsseminare, ich nutze sie aber in abgewandelter Form im Kontext von Team- und Organisationsberatungen in der Uniklinik oder außerhalb in Krankenhäusern oder sozialen Diensten. Für mich ist die Aufstellung eine Variante der Skulpturarbeit, wie ich sie bei Schülern von Virginia Satir – ich habe meine Familientherapieausbildung 79/80 in den USA gemacht – kennengelernt habe. Bert Hellinger hat diese Arbeit bei Thea Schönfelder in Hamburg kennengelernt und sie in eine eigene Form gebracht, in eine, wie ich finde, sehr puristische Form. Ich habe aus der Beobachtung von Gunthard Weber, aber auch von Matthias Varga von Kibéd Anregungen übernommen, zum Beispiel mit rituellen Sätzen zu arbeiten, früher habe ich das nicht getan. Ich stelle auch schon mal probeweise eine Reihe von Großvätern oder andere Unterstützer in den Rücken, um zu schauen, ob das einen Unterschied macht.

### *Und haben Sie selbst schon mal ein Anliegen aufgestellt?*

Ja, ich habe persönlich drei sehr gute Erfahrungen damit gemacht, und zwar überwiegend bei beruflichen Entscheidungen. Ich hatte zum Beispiel mal eine Frage, ein Stellenangebot anzunehmen oder nicht. Die Aufstellungsarbeit war da ein wesentlicher Teil meines Klärungsprozesses. Systemaufstellungen können eine gute Sache sein, aber ich habe als Beobachter auch vereinzelt schreckliche Aufstellungen erlebt.

Was mich gestört hat, sind die Ideen, wie sie Bert Hellinger über die gute Ordnung der Beziehungen entwickelt hat. Oder wenn in den 90ern und noch Anfang 2000 die Aufsteller sich plötzlich auf die Suche nach dem Vater des Protagonisten machten, ohne dass das Teil ihres Auftrags war. Das hat aus meiner Sicht mit dogmatischen Entwicklungen in der Arbeit zu tun, wenn Hellinger oder andere Aufsteller zu wissen meinten, wie es sein müsste, auch wenn das mit der subjektiven Erfahrung der Klienten nicht mehr übereinstimmt. Wenn diese dann aber trotzdem dem Aufsteller vertrauen, dann können sie eine verzweifelnde Sicht über sich selbst bekommen. Hellingers Stil hat damals sehr abgefärbt auf die Arbeitsweise anderer Systemaufsteller, zuweilen auch auf Gunthard Weber. Als ich Gunthard jetzt in den Seminaren während der Studie beobachtete, habe ich ihn wieder angenehm konstruktivistisch erlebt. Ich selbst bin sehr vom Konstruktivismus geprägt, Hellinger hat sich antikonstruktivistisch verstanden und das auch propagiert.

*Sie haben „Bert Hellingers Ansatz“ im Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung 1996 noch sehr wohlwollend beschrieben.*

Diesen Passus hat übrigens Arist von Schlippe geschrieben, ohne dass ich mich davon distanzieren will. Auch ich habe Hellinger eine große Intuition zugetraut. Indem er die Fülle dessen, womit man sich beschäftigen kann, auf einige wenige existenzielle Grundtatbestände beschränkt hat, hat er eine enorm emotionale Dichte erzeugt. Therapie-technisch hat mich das beeindruckt, ich habe es aber auch gleichzeitig als gefährlich empfunden. Das kann Menschen in eine schwierige Situation bringen, wenn diese Aura von „Ich weiß es, und hier sind die Grundtatbestände, und denen musst du ins Auge sehen“, nicht in Übereinstimmung mit dem Erleben der Betroffenen ist.

*Wie sind Sie mit der kritischen Welle, die in den Anfängen des Jahrtausends über Bert Hellinger und damit auch über die Systemaufstellungen und ihre Anwender schwappte, umgegangen? Hat die systemische Welt die Methode der Nachfahren Hellingers jetzt angenommen?*

Für mich ging die dogmatische Welle noch bis 2005 oder 2006, übrigens von beiden Seiten. Ich habe noch erlebt, wie Gunthard Weber einen Aufnahmeantrag in die Systemische Gesellschaft stellte und man ihm sagte: „Lieber Gunthard, wir hätten dich ja gerne hier, aber vorher musst du Hellinger abschwören.“ Das erinnerte mich an Martin Luther auf dem Wormser Konzil 1521, wo der Kaiser sagte: „Wir schätzen Sie als Theologen, aber Sie müssen den protestantischen Ideen abschwören“, und wie Luther erwiderte: „Hier stehe ich und kann nicht anders.“ (lachend)

Das fand ich paradox – Hellinger brachte ja eine religiöse Aura mit hinein, die sehr stark kritisiert wurde –, wie die Kritiker der Aufstellungsarbeit dann selbst in eine päpst-

liche Haltung hineingingen. Ich habe mal kurze Zeit in einer Arbeitsgruppe mitgemacht, die bestand aus Diana Drexler, aus Stavros Mentzos, einem renommierten Psychoanalytiker aus Frankfurt, und mir. Wir schauten uns Videos von Hellinger an und versuchten herauszufinden, was er eigentlich macht? Diese Dekonstruktion der Methode, das nahm 2003–04 allgemein zu, gleichzeitig aber auch die Protestwelle gegen die Aufstellungsarbeit, die zu diesem Zeitpunkt ihren Höhepunkt erreichte. Ich erinnere mich noch an die Reaktionen der beiden großen systemischen Verbände, als Arist von Schlippe für die SG und Wilhelm Rotthaus für die DGSF ihre Teildistanzierungspapiere schrieben. In der Phase tat dann aber auch Bert Hellinger Dinge, die seine Anhänger befremdeten, indem er „geistige Aufstellungen“ oder so etwas Ähnliches machte, in denen nur noch der Mensch selber steht und einer inneren Bewegung nachfolgte und keine Beziehungen mehr abgebildet waren. Das wurde dann auch vielen seiner Anhänger zu unweltlich.

*Wenn Bert Hellinger eine neue Art des Aufstellens propagierte, dann durfte man es seiner Ansicht nach nur noch so machen, wie er es für sich herausgefunden hatte, zum Beispiel nicht mehr sprechen, dann war das ganz kategorisch jetzt die neue Glaubenslehre. Oder die Klienten mussten in drei Sätzen ihr Anliegen formulieren, sonst war es für ihn kein ernst zu nehmendes Anliegen. Daran kann ich mich noch sehr gut erinnern.*

Darin ähnelt er allen Gurus, es gibt einen wunderschönen Aufsatz von Carlos Sluzki, einem amerikanischen Systemiker, der heißt: *How to become a Guru in ten Lessons*. Eine Regel war: Zitiere niemals, woher du deine Ideen hast, damit sie denken, dass du sie aus dir selbst heraus erfunden hast. Die andere Idee war, suche dir einen Feind, gegen den du das, was du machst, als das ganz andere Revolutionäre abgrenzen kannst. Mache das idealerweise auch mit dir selber: Erkläre deine Haltung von vor drei Jahren als Gott sei Dank überwunden. Sprich von der Revolution, die du in dir selbst erzeugt hast ... und noch einige andere Ratschläge – ein wunderschöner Aufsatz.

*Ja, das passt gut zu Bert Hellinger, wie ich ihn erlebt habe. Obwohl er sehr wahrscheinlich das Buch nicht gelesen hat.*

Nein, wahrscheinlich nicht. (lachend) In Hellingers Praxis und Arbeitsweise konnten wir viel von Morenos Psycho- und Soziodrama finden. In seinen Theorien lassen sich die Ideen Ivan Boszormeniye-Nagys wiedererkennen. Sicher kann man auch eine Menge Katholizismus oder konfuzianisches Denken finden, auch wenn er selten gesagt hat, auf was er sich bezieht. Mich persönlich bewegte damals sehr, dass Bert Hellinger in der systemischen Szene von 1995 so ähnlich wie eine Figur in Asterix und Obelix wirkte: Tullius Destructivus, der Zwietracht bei den Galliern säte. Er brauchte nur bestimmte Dinge zu sagen, und schon gingen sich zwei andere an den Kragen. Und so kam es mir vor, dass in der systemischen Szene die Frage – „wie hältst du es mit Bert Hellinger?“ – bis Ende der 90er-Jahre, vielleicht auch noch bis 2004 eine richtige Spaltung erzeugte. Es gab Ausgrenzungstendenzen, und kollegiale Beziehungen wurden schwierig. Das waren die Wirkungen in der damaligen systemisch-konstruktivistischen Szene. Diese Phase wurde nach 2005 überwunden, teilweise weil Hellinger selber weiterdriftete und schließlich auch, weil es erste rationale Dekonstruktionen der Methode im guten Sinne gab.

### *Waren Sie ein Teil dieses gespaltenen Feldes?*

Ich selbst war auch gespalten. Ich kann das mal ganz basal sagen: Ich mochte Bert Hellinger nie, ich mochte Gunthard Weber immer. Ich war mitten auf einer Grenzlinie, das hat mich sehr geschüttelt. Gunthard ist damals aus der IGST, der Internationalen Gesellschaft für Systemische Therapie, herausgegangen. Ich wollte anfangs mit ihm zusammen das Wieslocher Institut für Systemische Lösungen gründen und habe es nicht gemacht, weil ich dachte, das wird mir zu viel Hellinger. Ich bin erst einmal in der IGST geblieben und habe später das Helm-Stierlin-Institut (HSI) mit sieben weiteren Kolleginnen und Kollegen gegründet, zu denen dann auch Gunthard Weber gehörte.

*Was ist für Sie das Systemische an der Methode? Fritz Simon zum Beispiel sagt in „Aufstellungsarbeit revisited“: „Für mich sind alle Ansätze systemisch, die systemtheoretische Erklärungsmodelle verwenden.“ Was denken Sie?*

Eine Methode ist dann systemisch, wenn sie Verhalten und Erleben von Menschen aus den Spielregeln der Beziehung zu anderen zu erklären versucht. Systemisch ist eine Methode dann, wenn sie nicht auf innewohnende Eigenschaften schaut, sondern Verhalten und Erleben von Menschen als Ausdruck von entstandenen Beziehungsregeln versteht. Ab dem Moment, wo in Aufstellungen mehr als eine Person steht, kann man mit einem Systemblick darauf schauen.

Ich habe mich immer als systemisch-konstruktivistisch verstanden. Es gibt aber viele Konstruktivisten, die sagen, das Systemische ist das Konstruktivistische, die Mehrperspektivität, dass alles Beobachtete von einem Beobachter gesagt wird. Das halte ich für ein verkürztes Verständnis von systemisch. Dann können Sie Ansätze wie die von Salvador Minuchin, Jay Haley oder auch Mara Selvini, die ganzen frühen Familientherapeuten, nicht mehr als systemisch bezeichnen. Mir würde ein großer Teil der systemischen Therapie fehlen, wenn man systemisch mit konstruktivistisch gleichsetzen würde.

Systemiker sind übrigens nicht gegen Dogmatismus gefeit. Ich bin jetzt Vorsitzender der DGSF und habe zum Beispiel in Konfliktfällen mit Instituten zu tun und stelle fest, dass einige der Systemiker, die in den 70ern zu Trainern wurden, einen sehr dogmatischen Umgang mit ihren Klienten und ihren Weiterbildungsteilnehmern verfolgen. Eine konstruktivistische Haltung kann hier sehr helfen, aus einer Ich-weißes-Haltung herauszukommen. Für mich ist Bert Hellinger nicht der einzige Dogmatiker in der Reihe derer, die sich systemisch verstehen.

*Was sind die Systemaufstellungen eigentlich – eine Methode, ein eigenes Verfahren oder was? Was sagen Sie aus der Perspektive eines psychologischen Hochschullehrers?*

Also als Verfahren würde die Systemaufstellung sicherlich nicht durchkommen, als Methode schon eher. Ich bin seit Kurzem im wissenschaftlichen Beirat Psychotherapie (WBP), und da gibt es für die Begriffe Methoden oder Verfahren Definitionen. Ein eigenes Verfahren ist sehr breit angelegt und grenzt sich mit einer eigenen Theorie von anderen Verfahren ab und vereinigt in der Regel eine Reihe von Methoden in sich. Aus der Theorie abgeleitet erfolgen Behandlungstechniken, die dann für mindestens fünf große Diagnosegruppen Wirksamkeitsbelege mit sich bringen. Im WBP sind vier

große Verfahren anerkannt: Das ist die Tiefenpsychologie – hier ist interessant, die Psychoanalyse ist vor Kurzem eine Methode der Tiefenpsychologie geworden – dann die kognitive Verhaltenstherapie, die systemische Therapie und die klientenzentrierte Gesprächsführung. Dann gibt es ein zweites Gremium, der GbA als Zusammenschluss der Krankenkassen und Ärztekammern, die haben die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie abgelehnt. Im Augenblick entwickelt sich eine große Koalition aus Gesprächstherapeuten, Gestalttherapeuten, Transaktionsanalytikern, Psychodramatikern und noch einigen anderen, die jetzt gemeinsam einen Antrag gestellt haben und die humanistische Psychotherapie als viertes Verfahren etablieren wollen.

Eine Methode ist nicht so weit gefasst. EMDR zum Beispiel ist als Methode vor Kurzem zugelassen worden für posttraumatische Belastungsstörungen. Das wäre ein möglicher Weg, den die Aufstellungsarbeit auch gehen könnte. Unsere Studie ist ja die erste randomisiert kontrollierte, die es überhaupt in Deutschland gibt oder sogar weltweit. Wenn man wirklich in die Richtung wissenschaftliche Anerkennung gehen will, dann wäre der nächste Schritt zu überlegen, bei welchen Diagnosegruppen glauben wir denn, dass Aufstellungsarbeit einen besonderen Beitrag leistet. Für die Anerkennung als Methode brauchte es drei solcher RCT-Studien zu einer Diagnosegruppe mit dem Nachweis, dass Systemaufstellungen so gut ist wie eine andere Methode oder Verfahren oder Systemaufstellungen zusätzlich das Ergebnis verbessern. Aber schon alleine das kann 20 Jahre dauern. Die Frage wäre, ob sie als Methode gut zu einem der bereits existierenden Psychotherapieverfahren passt. Mein Ansatz wäre es, die Aufstellungsarbeit als eine Methode innerhalb eines breiter angelegten systemischen Verfahrens zu begreifen. Man kann sagen, dass die Entwicklung der vergangenen fünfzehn Jahre in der Aufstellungsarbeit philosophisch und diagnostisch eine Menge neuer Anregungen für das systemische Denken und Arbeiten gebracht hat.

*Danke für diese Einschätzung. Noch eine andere Frage zur Theoriebildung. Wir haben noch wenig Erklärungen dafür, wie das mit der repräsentierenden Wahrnehmung oder diesem Gespür für das „bubersche Zwischen“, wie Matthias Varga von Kibéd es in dem Buch „Aufstellungsarbeit Revisited“ nennt, funktioniert. Woher wissen die Protagonisten das, was sie manchmal so verblüffend passend über ein System sagen? Was denken Sie als Hochschulprofessor, was es bei den Systemaufstellungen in der Theoriebildung noch braucht?*

Ich bin mir nicht sicher, ob man mittelfristig zu einer befriedigenden Theorie kommen wird. Wenn Sie mir als Analogie die Homöopathie gestatten, da ist es auch schwer verständlich, wie etwas, was wir chemisch so extrem verdünnen, trotzdem symptomatisch wirken kann. Es gibt ja schon sehr viele Erklärungsversuche, die werden sich aber gegenseitig nicht beweisen können, welcher richtig ist. Deswegen wäre meine Frage eher: Kann man eine relativ einfache Beschreibung dessen finden, was Aufstellungsarbeit tut und warum man glaubt, wie sie wirkt. Eine Beschreibung, die möglichst auf Hintergrundannahmen verzichtet und bei den Phänomenen bleibt. Und die dann versucht, die Aufstellungsarbeit kontrollierten Tests zu unterziehen. Dass was Gunthard Weber mal vorhatte zum Beispiel bei Familien mit Kinderwunsch oder bei Leuten mit chronischen Schmerzen oder anderen Problemgruppen. Man muss das nicht in RCT-Designs machen, es gibt da auch einfachere Designs, die haben nicht so eine Be-

weiskraft, können aber eine hohe Plausibilität entwickeln. Damit erfindet man nichts Neues, aber man kann zeigen, dass die Methode bei diesem oder jenem Problem helfen kann, man kann Plausibilitätswissen erzeugen, auch wenn man nicht genau weiß, was und wie es passiert. Das ist in vielen Bereichen so, die ganze Psychopharmakologie weiß nicht genau, was passiert, sie wissen höchstens, ob etwas wirkt oder nicht wirkt.

### *Was wünschen Sie den Systemaufstellungen und ihren Anwendern?*

Im Aufstellungsjargon gesprochen, dass sie einen guten Platz finden (lacht). Ich kann es noch konkreter sagen: Ich kenne aus der Kinder- und Jugendpsychiatrie Kollegen, die Aufstellungsgruppen sowohl mit den Kindern und Jugendlichen als auch mit den Eltern machen. Das gefällt mir, wenn Aufstellungsarbeit als eine zusätzliche Ergänzung angeboten wird. Bisher ist es meist noch so, da geht man Donnerstagnachmittag oder Freitag, Samstag, Sonntag hin in eine andere Welt, die ist aber sehr separat von anderen psychotherapeutischen Welten oder Versorgungsleistungen. Das gibt einen großen Freiheitsspielraum für Systemaufsteller, da muss man sich nicht um Regulation kümmern oder mit anderen Kollegen kooperieren. Vielleicht ist das für Methoden in der Entwicklung von Kreativität optimal, wenn man aber in eine Phase kommt und will, dass das Angebot vielen Menschen zu bestimmten Zeiten zugutekommt, dann ist es passend, den Systemaufstellungen einen Platz innerhalb eines breiteren Ganzen zu geben.

### *... zum Beispiel in Schulen oder in Organisationen!*

Ja! Und den Systemaufstellern, die das interessiert, denen wünsche ich viel Glück dabei. Ich glaube, dass die Aufstellungsarbeit so eine gute Perspektive hat.

*Vielen Dank für das Gespräch und das schöne Schlusswort.*



Prof. Jochen Schweitzer  
[www.medpsych.uni-hd.de](http://www.medpsych.uni-hd.de)



Birgit Theresa Koch  
[www.BirgitTheresaKoch.de](http://www.BirgitTheresaKoch.de)

*Aktuelle Buchveröffentlichungen von Prof. Jochen Schweitzer: „Forschung für Systemiker“ mit Matthias Ochs, V+R 2012, „Lehrbuch Systemische Therapie und Beratung“ komplette Neuauflage mit Arist von Schlippe, 2012. In Vorbereitung: „Systemisches Demografiemanagement“ mit Ulrike Bossmann.*

# Zusammenfassung der Ergebnisse der „Heidelberger Studie“

Jan Weinhold

## Studiendesign

Innerhalb der ‚Heidelberger Studie‘ wurde die Wirksamkeit von Systemaufstellungen hinsichtlich verschiedener psychologischer Variablen in einer ‚randomisiert kontrollierten‘ (RCT) Studie erfasst (vgl. Schweitzer, Bornhäuser, Hunger & Weinhold, 2012, für eine ausführliche Beschreibung des Studiendesigns und der verwendeten Erhebungsinstrumente). Eine nicht klinische Stichprobe von 208 erwachsenen Teilnehmern aus der Allgemeinbevölkerung wurde zufällig entweder einer Interventionsgruppe oder einer Wartekontrollgruppe 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 Intervention bestand aus einem drei tägigen Aufstellungsseminar mit jeweils 16 Einzelaufstellungen. Insgesamt wurden acht Seminare durchgeführt, vier für die Experimentalgruppe im Frühjahr 2011 und vier für die Wartekontrollgruppe vier Monate später im Sommer 2011. Alle Seminare fanden in einem Gruppentherapieaum im Institut für Medizinische Psychologie der Universität Heidelberg statt. Sie wurden entweder von Dr. Diana Drexler oder von Dr. Gunthard Weber geleitet und orientierten sich an der am Wieslocher Institut für Systemische Lösungen (WISL) üblichen zeitlichen Struktur.

Drei Facetten der Wirksamkeit von Systemaufstellungsseminaren wurden zwei Wochen und vier Monate nach dem Aufstellungsseminar der Experimentalgruppe eingeschätzt:

1. Die ‚allgemeine‘ Wirksamkeit wurde durch Veränderungen der psychischen Befindlichkeit und Belastung sowie der Inkongruenz geprüft. Hierzu wurden in der Psychotherapieforschung etablierte Fragebogen verwendet.
2. Für die Überprüfung der ‚methodenspezifischen‘ Wirksamkeit wurde ein Messinstrument für die Erfassung der Erlebensqualität in sozialen Systemen erfasst (EXIS = Experience in Social Systems).
3. Um die ‚subjektive‘ Wirksamkeit einzuschätzen, beschrieben die Studienteilnehmer vor den Aufstellungsseminaren ihre mit den Seminaren verbundenen Ziele. Später wurde zwischen beiden Studiengruppen verglichen, inwiefern diese Ziele erreicht wurden.

In weiteren Teilen der Wirksamkeitsstudie werden die Daten von allen 208 Studienteilnehmern der beiden Studienarme (Interventions- und Wartekontrollgruppe) zusammengefasst sowie die Wirkungen der Aufstellungsseminare nach 8 und 12 Monaten in der Experimentalgruppe berechnet.