

Wilfried De Philipp (Hrsg.)

Systemaufstellungen im Einzelsetting

Platz lassen, Raum geben

2006

Über alle Rechte der deutschen Ausgabe verfügt Carl-Auer-Systeme
Verlag und Verlagsbuchhandlung GmbH Heidelberg
Fotomechanische Wiedergabe nur mit Genehmigung des Verlages
Satz u. Grafik: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten
Umschlaggestaltung: Goebel/Riemer
Printed in the Netherlands
Druck und Bindung: Koninklijke Wöhrmann, Zutphen

ISBN 13: 978-3-89670-515-0

ISBN 10: 3-89670-515-6

© 2006 Carl-Auer-Systeme, Heidelberg

Bibliografische Information Der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie unseren Newsletter zu aktuellen Neuerscheinungen
und anderen Neuigkeiten abonnieren möchten, schicken Sie
einfach eine leere E-Mail an: carl-auer-info-on@carl-auer.de.

Carl-Auer Verlag
Häusserstraße 14
69115 Heidelberg
Tel. 0 62 21-64 38 0
Fax 0 62 21-64 38 22
E-Mail: info@carl-auer.de

Familien- und Systemaufstellungen in der Einzelarbeit mit Hilfe von Figuren

Jakob Robert Schneider und Sieglinde Schneider

Grundsätzliches zur Einzelarbeit mit Figuren

Eine einfache und direkte Möglichkeit, die Aufstellungsarbeit aus Gruppen in das Einzelsetting zu übertragen, ist die Aufstellung mit Figuren oder Gegenständen, die, auf einen Tisch oder in den Raum gestellt oder gelegt, die Beziehungen von Familienangehörigen oder im jeweiligen System wichtigen Personen repräsentieren.

Die Figuren

Wir gehen im Folgenden von unseren Erfahrungen aus, die sich auf Figurenaufstellungen beziehen. Schon bald nach unseren ersten Erlebnissen mit Familienaufstellungen bei Bert Hellinger zu Beginn und Mitte der achtziger Jahre griffen wir zu den von unserem Sohn nicht mehr zum Spielen benutzten Playmobilfiguren und nahmen sie überall mit hin, wo wir uns in einer Beratungssituation nicht auf eine Gruppe stützen konnten: in die Ehe- und Familienberatungsstelle, in die psychosomatische Klinik, in die Schule, zu kleinen Supervisionsgruppen und zu Klienten, die in unserer Praxis eine Einzelberatung wünschten.

Wir »mussten« das tun. Die Erfahrungen in den Gruppen von Bert Hellinger hatten uns auf eine Weise angesprochen, dass wir sofort diese Art der Lebenshilfe in unsere Beratungsarbeit übernahmen, sei es in Gruppen oder in der Arbeit mit einzelnen Klienten.

Dass wir für die Figurenaufstellung zu den Playmobilfiguren griffen, geschah ohne Überlegung. Als wir zu Hause über einen »Fall« sprachen, griffen wir spontan zu den zufällig am Boden liegenden Figuren und stellten die entsprechenden Personen auf, um ein Bild von der Familie zu haben. Jetzt konnten wir gemeinsam auf die Familie schauen, statt über sie zu reden. Sofort veränderte sich unsere Wahrnehmung der Problematik und der möglichen Lösungen. Mit dieser Erfahrung war gleichzeitig die Frage geboren: »Warum nicht Klienten ihre Familie selbst mit Figuren aufstellen lassen?«

Gott sei Dank hatten wir damals niemanden gefragt. So konnten wir ohne Bedenken und Einwände von außen einfach unsere Erfahrungen mit den Figurenaufstellungen sammeln, und diese Erfahrungen waren für uns überzeugend.

Geeignete Figuren

Wenn wir ein paar Kriterien für geeignete Figuren nennen, so mit der Einschränkung, dass es letztlich eher unerheblich ist, welche Art von Figuren man wählt. Wir sind bei den Playmobilfiguren geblieben, weil sie praktisch zu handhaben sind und für uns nichts gegen sie spricht, aber vieles dafür.¹ Entscheidend aber ist, dass der Berater oder Therapeut sich mit der Wahl seiner Figurenart identifizieren kann. Dann springt das auch wie selbstverständlich auf den Klienten über. Auf die Akzeptanz der Figuren durch den Klienten zu schießen, würde dem Klienten sofort das Vertrauen in die Arbeitsweise seines Beraters oder Therapeuten nehmen.

Als hilfreich empfinden wir für die Wahl der Figurenart folgende Kriterien:

- Die Figuren brauchen je nach ihrem Einsatz eine Größe, die es erlaubt, sie leicht auf einen Tisch zu stellen und umzustellen und überall mit hinzunehmen.
- Es erleichtert die Arbeit, wenn sie klare Unterscheidungen von Mann und Frau erlauben und die Blickrichtung oder Zu- und Abgewandtheit genau wiedergeben.
- Je weniger Charakter die Figuren zeigen und je weniger sie die Anschauung festlegen, desto besser. Natürlich lieben manche Therapeuten Figuren, die bestimmte Assoziationen und damit Deutungen ermöglichen, Tierfiguren vielleicht oder charakteristische Puppen. Die Aufstellungsarbeit in Gruppen zeigt jedoch, wie wichtig es ist, dass in einer phänomenologisch orientierten Arbeitsweise der Aufsteller sich nicht oder nur eingeschränkt von Assoziationen und Charakterisierungen leiten lässt und alles vermeidet, was den Blick auf wesentliche Ereignisse, Schicksale und Beziehungsdynamiken verstellt. Die Figuren stehen ja, wie Stellvertreter in der Gruppe auch, nicht für sich. Sie sind eine Projektionsfläche für die erlebten und nicht erlebten Personen aus der Familie oder anderen Beziehungssystemen des Klienten. Und sie geben ein räumliches Beziehungsfeld wieder, das normalerweise nicht abhängig ist vom Aussehen der Personen.

¹ Hinweise zum Bezug von Aufstellungsfiguren finden sich auf S. 251.

- Eine Unterscheidungsmöglichkeit von Kindern und Erwachsenen in den Figuren hat sich dort bewährt, wo es um sehr früh verstorbene Kinder, Fehlgeburten und Abtreibungen geht.
- Vielfältige Unterscheidungsmöglichkeiten in den Farben der Figuren sind sehr nützlich, wenn wir große Systeme aufstellen. Anders als die Gruppenaufstellung, die auch sehr stark von der Spannkraft und Aufmerksamkeit der Gruppe lebt, ist die Figurenaufstellung frei von Rücksichtnahmen auf die Gruppe (wir werden auf diesen Unterschied in anderem Zusammenhang nochmals zu sprechen kommen). So ermöglicht sie auch die Aufstellung vieler Familienmitglieder. Bei einer Paarberatung kann man zum Beispiel sowohl die Familie des Mannes als auch die der Frau aufstellen. Oder man geht je nach Verlauf der Beratungsarbeit sowohl auf wesentliche Schicksale in der Familie der Mutter als auch in der Familie des Vaters ein. Unsere Playmobilfiguren erlauben dann farbliche Unterscheidungen für die Familie der Frau und die Familie des Mannes oder für die Mutterfamilie und die Vaterfamilie. Das erleichtert die Orientierung.

Der Vorteil der Arbeit mit Figuren

Unabhängig von unserer Art, mit Figuren zu arbeiten, haben sich andere Vorgehensweisen entwickelt, die Aufstellungsarbeit in die Einzeltherapie zu übertragen (in diesem Buch finden sich einige davon), zum Beispiel die Aufstellung mit Hilfe von Schuhen oder am Boden ausgelegten Blättern. Vorteilhaft an dem Verwenden von Figuren scheint uns zu sein, dass dieses Vorgehen dem Prozess in der Gruppe am nächsten kommt, räumlich am einfachsten zu bewerkstelligen ist und vor allem dem »Sehen« am leichtesten dient. Sehen heißt hier, räumliche Beziehungen mit ihren dahinter liegenden seelischen Prozessen wahrzunehmen.

Aufstellungen, ob in der Gruppe oder im Einzelsetting, sind im Grunde Tranceprozesse, die alle Sinne, zumindest Sehen, Hören und Fühlen, einbeziehen müssen. Während das methodische Vorgehen, Blätter entsprechend der Familienbeziehungen am Boden auszulegen und den Klienten zu bitten, sich jeweils auf eine Position zu stellen und sich in die jeweilige Person in Beziehung zu den anderen einzufühlen, mehr am Fühlen ansetzt, um von dort dann die anderen Sinneskanäle mit einzubeziehen, beginnt die Aufstellungsarbeit mit Figuren mit dem Hinschauen und geht von dort zum Fühlen. Der Berater kann zusammen mit dem Klienten hinschauen. Strukturen werden deutlich sichtbar. Der Überblick ist erleichtert. Und – weil ja viele Familienbeziehungen durch traumatische Erlebnisse belastet

sind – der Klient kann zunächst dissoziiert hinschauen. Er sieht sich im System, und das ganze Geschehen in der Familie kann wie ein Film ablaufen. Die Erfahrungen mit der Familie und die wesentlichen Informationen können sich über die Figuren möglichst frei von äußeren Bedingungen und in einem Wechselspiel von Hinschauen und – häufig über die entsprechenden Beschreibungen und Worte des Beraters – Berührtwerden entfalten.

Der Vorteil der Einzelarbeit mit Hilfe von Aufstellungen

Entscheidender aber als solche Unterschiede im methodischen Prozess der Aufstellungsarbeit im Einzelsetting ist der grundlegende Vorteil, den jegliche Aufstellungsarbeit in der Einzeltherapie bietet. Sie hilft dem Berater oder Therapeuten sehr schnell, den Klienten von seinen Problembeschreibungen wegzubringen und ermüdendes »Reden über« zu vermeiden: »Schauen wir uns die Situation in Ihren Beziehungen erst einmal an!« Jede Psychotherapie und jedes Lösungssuchen sind im Grunde ein Tranceprozess, der erlaubt, sich in einer Weise auf etwas zu konzentrieren, wie es ohne einen Helfer auf die nötige Weise allein nicht gelingen würde. Konzentration heißt hier: Etwas Bestimmtes mit seinen Sinnen so wahrzunehmen, dass alles Ablenkende und Zerstreuende abfällt. In einer Trance – sie ist für gewöhnlich ein alltägliches Phänomen – geben wir einer bestimmten Wahrnehmung Raum, statt dass wir uns über etwas Gedanken machen. In der Anschauung geben wir uns einer Wahrnehmung hin und erleben so auch innere Vorgänge wie etwas, das vor unseren Augen, eben außerhalb unseres Körpers vorgestellt, stattfindet. So führt eine Aufstellung sehr schnell weg von sich meist im Kreise drehenden Gedanken, Urteilen, Phantasien und den entsprechenden Inszenierungen von Beziehungsmustern. Sie zeigt auf eine dem Klienten meist unmittelbar einleuchtende Weise, dass sowohl der Problemzusammenhang als auch die gewünschte Lösung anders zu betrachten sind als bisher.

Ein weiterer wesentlicher Vorteil einer Aufstellung in der Einzelarbeit betrifft die Beziehung zwischen Klient und Berater oder Therapeut. Besonders in der Paarberatung kennt man die Situation: Die Frau schildert das Problem aus ihrer Sicht, und man versteht sie, der Mann schildert das Problem aus seiner Sicht, und man versteht ihn. In bester Absicht versuchen Klienten, den Berater dahin zu mani-

pulieren, dass er wie ein Mechaniker agiert oder wie ein Richter oder wie ein Kampfgenosse oder wie die bessere Mutter oder ein besserer Vater. Die langatmigen Schilderungen der Probleme und der Gefühle drohen den Therapeuten in Übertragungen und Gegenübertragungen einzuspinnen und damit zeitige Hilfe zu verhindern oder, auch bei gekanntem Umgang mit solchen Prozessen, zu erschweren.

Das gemeinsame Hinschauen auf das vom Klienten aufgestellte System orientiert sowohl den Klienten wie auch den Therapeuten von vorneherein auf die Beziehungsrealität, in der etwas zur Lösung ansteht, und lässt beide weitestgehend frei von gegenseitigen Beziehungsangeboten und -zuschreibungen. Gleich von Beginn an ist die Beratung auf ein »Aha-Erlebnis« ausgerichtet, in dem der Klient *sieht*, dass es sich mit seinem Problem ganz anders verhält als bisher gedacht.

Ein Mann kommt in die Beratung mit dem Anliegen, er wolle mehr Kraft in seinem Leben spüren und müsse das Gefühl loswerden, überflüssig zu sein und nicht gebraucht zu werden.

Obwohl die Ehe mit seiner Frau gut ginge, habe er doch oft das Gefühl, im Wege zu stehen und für nichts nütze zu sein. Dieser Mann hat immer mal wieder Therapeuten aufgesucht und nahm regelmäßig an einer Männergruppe teil. Er sagte, sein Problem sei ihm bewusst, er könne seine Einsicht nur noch nicht umsetzen: Sein Problem sei sein schwacher Vater. Der habe mit vier Jahren aufgrund von Kriegsverletzungen seinen Vater, den Großvater, verloren. Deshalb habe ihm männliche Kraft und männliches Vorbild gefehlt, und er habe es deshalb auch nicht an ihn weitergeben können.

Der Mann wollte noch weiter erklären, warum sein Vater ihm kein starker Vater sein konnte, da unterbrach ihn die Beraterin mit der Bitte, er möge doch seine Herkunftsfamilie erst einmal mit den Figuren aufstellen. Er stellte sich als einziges Kind seiner Eltern ganz nahe der Mutter gegenüber und den Vater ziemlich abseits, aber mit Blick zu seiner Frau und seinem Sohn. Sofort wurde der enge Bezug von Mutter und Sohn deutlich und vom Klienten auch bestätigt. Diese Verbundenheit habe am Beginn seiner Ehe auch immer wieder zu Streitereien mit seiner Frau geführt. Um zu verstehen, was der tiefere Zusammenhang für diese enge Bindung an die Mutter sein könnte, fragte die Beraterin, was denn in der Familie der Mutter geschehen war. Dort, meinte der Klient, sei alles in bester Ordnung gewesen. Der Beraterin fiel aber schnell auf, dass in der Schilderung dieser wunderbaren Familie seiner Mutter immer nur von ihr, ihrem jüngeren Bruder und der Oma die Rede war. Als sie nach dem Opa fragte, reagierte der Mann erstaunt und sagte: »Von