

Familienaufstellung in der einzeltherapeutischen Gestalttherapie-Praxis

Mit dem, was ich hier schreibe, möchte ich einen Erfahrungsbericht darüber geben, wie sich das Familienstellen mit meiner gestalttherapeutischen Einzelpraxis verbunden hat. Ich bin sicher, dass mein Weg Ähnlichkeiten hat mit den Wegen vieler anderer Therapeuten.

Seit etwa 20 Jahren arbeite ich überwiegend einzeltherapeutisch. Von meiner Grundausbildung her bin ich Gestalttherapeutin und verstehe mich auch heute noch so. In all den Jahren, in denen ich arbeite und lerne, habe ich mich immer wieder dem Neuen ausgesetzt, das im Bereich der humanistischen Psychologie und Psychotherapie erschien, und so verschiedene andere Weisen der therapeutischen Arbeit mit Menschen aufgenommen und meiner Arbeitsweise anverwandelt. Dazu gehört die systemische Familientherapie, wie Virginia Satir sie lehrte, die ericksonsche Hypnotherapie und verschiedene Körpertherapien. Dennoch bin ich Gestalttherapeutin geblieben.

Was es heißt, Gestalttherapeutin sein, lässt sich nicht in wenigen Worten erschöpfend ausdrücken, aber es gibt einige zentrale Begriffe, die ich zu den Grundlagen zählen würde. Die wichtigsten sind wohl Kontakt, Gewahrsein, Gegenwart und Fluss der gegenwärtigen Erfahrung und, so wie ich es verstehe, eine phänomenologische Haltung die sich nicht anmaßt, besser zu wissen, sich dem Kontakt aussetzt und sich durch den Kontakt verwandeln lässt. Ich finde, dass die Haltung, mit der ich als Gestalttherapeutin arbeite, sich ohne Mühe mit der Haltung verbindet, die ein Familienaufsteller braucht. Mein Verständnis von Gestalttherapie, geprägt vor allem von Erving und Miriam Polster, war schon immer phänomenologisch. Ich setze mich, mit meinem Wissen und meiner Erfahrung im Hintergrund, der Begegnung mit dem Klienten aus und arbeite mit dem, was erscheint und was zu Lösungen führt. Als ich – zuerst in meiner Supervisionsgruppe bei Hunter Beaumont – von dem zu der Zeit noch nicht sehr bekannten Bert Hellinger hörte, hatte ich aber doch die Empfindung eines Zusammenstoßes mit etwas Neuem, dem ich mich nicht entziehen konnte. Das war zu einer Zeit, in der noch keines seiner Bücher erschienen war, ich hörte das Tonband seines Vortrags über die Ordnungen der Liebe bei einer Autofahrt und musste anhalten, so betroffen war ich. Hier war etwas, von dem ich begriff, dass es sehr wichtig war, aber auch den Gesichtskreis meiner bisherigen Wahrnehmung in einer Weise angriff und herausforderte, wie mir das nur ganz am Anfang meines psychotherapeutischen Lernens im Zusammenhang mit der Psychoanalyse begegnet war, als mir klar wurde, dass es unbewusste Beweggründe und Motivationen gibt, die durchaus das Bewusstsein beherrschen können.

Hier sprach jemand von unbewussten Ursachen außerhalb einer Person, die direkt auf das Leben dieser Person wirkten, ohne dass die Person dessen gewahr sein musste. Das Unbewusste war nicht nur persönlich.

Ich wusste, mit dieser Arbeit musste ich mich befassen, es betraf mich persönlich, und es betraf das Welt- und Menschenbild, von dem ich bis dahin ausging. Dieses Welt- und Menschenbild sah die Person zwar mit unbewussten Gefühlen und Motivationen, aber als Einzelwesen und das familiäre Umfeld der Person zwar als einflussnehmend und bedingend, aber ursächlich und nachvollziehbar durch die Weise der Sozialisation und ihres Schicksals. Wohl hatte ich durch Virginia Satir und die systemische Familientherapie gelernt, dass der Einzelne bedingt und eingebunden ist, aber auch bei Virginia Satir ging es um die Sozialisation des Einzelnen in der Familie. Der therapeutische Fokus lag bei ihr auf dem Austausch und Ausagieren der Gefühle und der Förderung der Kommunikation in der Familie. Da ich vom Studium her Sozialpädagogin und Soziologin bin, war mir die soziale Bedingtheit vertraut, aber ich hatte mich eingerichtet in einer Sichtweise, in der das Individuum im Mittelpunkt stand.

Hier war jemand, der Licht auf einen umfassenderen Zusammenhang warf, der, so wie ich es verstand, bis dahin nur am Rande erfasst, aber keineswegs in seiner Tragweite erkannt worden war. Boszormeny-Nagy hatte darüber gearbeitet, aber die Konsequenzen für die Therapie blieben undeutlich, jedenfalls für mein Verständnis.

Hellinger ging hier sehr viel weiter als die anderen, die vor ihm in diesem Feld gearbeitet hatten. Er zog die Konsequenzen aus den Phänomenen, die in der Arbeit mit Familien erscheinen, und brachte alles in einen Zusammenhang, der sehr plausibel erschien: Wir sind nicht frei, zu tun und zu lassen, was wir wollen. Die Familienstruktur hat gewisse Ordnungen, wir sind Gesetzen unterworfen, ob es uns bewusst ist oder nicht, und wir sind den Wirkungen dieser Gesetze ausgesetzt, ob wir es bemerken wollen oder nicht. Wenn wir uns offen und wahrnehmend den Phänomenen stellen, die erscheinen, führen sie uns zu einer wesentlich vertieften Sicht der Situation des Einzelnen und der Familie, und Lösungen werden möglich.

Sich dem auszusetzen hatte Konsequenzen für mich – wie eben jeder wirkliche Kontakt Konsequenzen hat und verändernd wirkt.

Das Vertrauen dazu schöpfte ich aus einer Erkenntnis, die mir schon immer geholfen hat, zu lernen und mich dem Neuen auszusetzen: Neues Wissen setzt das bisherige nicht außer Kraft, soweit es sich um gültiges Wissen handelt, es weist ihm nur einen anderen Platz zu und setzt es in einen größeren Zusammenhang.

Praxis

So ist die Praxis des Familienstellens in mein Leben getreten, und ich habe mich ihr ausgesetzt und nach und nach gelernt, sie in meiner therapeutischen Arbeit einzusetzen.

Das Wie hat sich in diesem Prozess Schritt für Schritt ergeben. Dabei waren die Supervision durch Hunter Beaumont und der Einfluss seiner Arbeit besonders bedeutsam für mich. Mit ihm und von ihm habe ich gelernt, das Wissen, das durch die Begegnung mit der Aufstellungsarbeit in mir entstand, mit der gestalttherapeutischen Arbeit zu verweben. In meiner therapeutischen Arbeit achte ich den Widerstand als eine wesentliche Ressource. So achtete ich auch meinen Widerstand dagegen, Hals über Kopf zu einer neuen Methode überzulaufen, wo doch das, was ich bisher getan hatte, durchaus positive Ergebnisse gezeitigt hatte. Ich setzte mich der Selbsterfahrung mit dem Familienstellen aus, vertraute meiner Erfahrung mit Kontakt und war offen, auf welche Weise sich dieses neue Wissen und die neue Erfahrung in meiner Arbeit umsetzen würden, während ich fortuhr, meine Arbeit nach bestem Wissen und Gewissen zu tun, so wie ich es bisher gelernt hatte.

Nach und nach setzten sich meine Selbsterfahrung und mein Lernen in der Einzeltherapie um. Dabei blieb es lange. Es dauerte einige Jahre, bis ich nach einer umfassenden Fortbildung im Familienstellen auch den Mut hatte, eine Gruppe anzubieten.

Das Erste, was mir in meiner einzeltherapeutischen Arbeit als neu auffiel, waren Einsichten – zum Beispiel dass der Hintergrund, den ich bis dahin als unspezifisch und unstrukturiert gesehen hatte, offenbar Strukturen hatte und dass es wichtig war, diese Strukturen ins Gewahrsein zu bringen. Ich begann aufmerksam zu werden dafür, wo eine Person systemisch verstrickt war und wie die Zeichen der Verstrickung sich zeigten. Die innere Landkarte, an der meine Arbeit sich orientiert hatte, veränderte sich langsam, aber unaufhaltsam.

Ich begann andere Informationen wichtig zu nehmen als bisher, es war zum Beispiel weniger wichtig, wie eine Mutter den Klienten behandelt hatte, als was in der Herkunftsfamilie dieser Mutter passiert war und in welchen Beziehungen sie vor der Ehe mit dem Vater gelebt hatte. Und wenn zum Beispiel deutlich wurde, dass der Sohn den früheren Liebhaber der Mutter vertrat, war die verführerische Bindung an die Mutter und der Konflikt mit dem ablehnenden Vater geklärt. Was blieb, war das Auflösen der Identifikation, das Nehmen der Eltern und des eigenen Schicksals.

Der familiäre Hintergrund des Einzelnen wurde in einer anderen Weise bedeutsam als bisher, und ich begann, die Wirkungen von Verstrickung, Anmaßung, Schuld und Aus-

schluss neu und über die einzelne Person hinausgehend wahrzunehmen. Gewissermaßen dehnte sich die phänomenologische Haltung und Sichtweise auch auf die Familie aus, die ich vorher eher als Hintergrund des Einzelnen betrachtet hatte.

Begleitet von Zweifel, Widerstand und Widerspruch, begann ich, in der Einzeltherapie von gewissen Annahmen auszugehen, zum Beispiel zu erforschen, wie es war, wenn ich im Gestalt-Dialog eine Verneigung vor Vater und Mutter vorschlug oder den Klienten aufforderte, sich zum Beispiel einen verschollenen Großvater vorzustellen und Kontakt mit ihm aufzunehmen. So fand ich nach und nach heraus, wann eine Verneigung möglich und stimmig war, welche Haltungen oder Verstrickungen den Vollzug verhinderten, wie es möglich wurde, dass die Liebe fließen konnte, und wie die Fixierungen durch die primäre Liebe sich lösen konnten. Ich begann, Themen der Therapie neu zu begreifen, zum Beispiel das Festgefahrensein einer Person konnte durchaus auch damit zusammenhängen, dass sie identifiziert war mit jemandem im System.

Die Lösungen, die gefunden werden konnten, waren elegant. Besonders bedeutsam empfand ich die Tatsache, dass Abhängigkeit vom Therapeuten und Übertragungssituationen durch das Betrachten des Systems zu oft schnellen und überraschenden Lösungen finden konnten.

Mehr und mehr begann ich den Einzelnen in seinem Feld zu sehen. In dem Feld, in das er hineingeboren worden war, das ihn geformt und bedingt hatte und in dem er sich durch eigenes Sichbeziehen entwickelt hatte. Ich begriff, dass das Feld „magnetisiert“ war und dass eine beliebige oder freie Wahl darin nicht existierte. Freiheit entstand erst, wenn die Liebe fließen konnte.

So veränderte und differenzierte sich auch der Umgang mit Gefühlen. Gefühle waren nicht mehr nur aus der Persönlichkeit heraus zu verstehen, auch Objektbeziehungen mussten neu betrachtet werden, nachdem klar war, dass auch übernommene Gefühle existierten, die zu der Person zurückgeleitet werden mussten, zu der sie gehörten. Schwer lösbare Konflikte mochten damit zusammenhängen, dass eine ungesühnte Schuld im System existierte, jemand ausgeschlossen oder verachtet war und so weiter.

Vielleicht ist es etwas zu vollmundig, wenn ich von einer kopernikalanischen Wende spreche, die ich durchlaufen habe, aber ich habe es durchaus so erlebt. Die Einzelperson war nicht mehr das Zentrum ihres Universums.

Sie war vielmehr ein Planet in einem gewaltigen kosmischen System, von dem sie nur einen winzigen Ausschnitt überblicken konnte. Durch dieses System war die Person vielfältig bedingt und auch begrenzt in ihrer Bewegungs- und Entfaltungsmöglichkeit, wurde aber auch gestärkt und unterstützt vom Fluss einer tiefen Liebe. Und das wesentliche Ziel der Therapie musste sein, dass diese Liebe wieder fließen konnte, wenn sie blockiert worden war.

Mittlerweile ist diese Sicht für mich normal geworden, aber der Erkenntnisprozess ist noch lange nicht abgeschlossen, wenn das überhaupt möglich ist. Seinen Platz in der Familie finden und einnehmen ist Grundlage für eine wesentlichere, bescheidenere und verbundenerere menschliche Entfaltungsmöglichkeit und ein sinnvolles therapeutisches Ziel.

Ich will nicht sagen, dass ich vorher eine Therapie ohne Bescheidenheit und menschliche Begrenzung angewendet habe, aber ich glaube schon, dass diese Auseinandersetzung meine Umsicht und „Weisheit“ als Therapeutin vergrößert hat.

Wichtig ist für mich dabei, dass ich keineswegs ein Glaubenssystem übernommen, sondern durch Versuch und Irrtum die Grenzen meiner Wahrnehmung erweitert habe. Das tat ich, und mit der Methode, die ich bereits kannte, der ich vertraute und die ich als Gestalttherapeutin gewohnt war anzuwenden: in Kontakt treten, das Neue aufnehmen, mich damit auseinander setzen in einem Prozess, der von Begeisterung und Begegnung, zur Verdauung durch Widerstand und Zweifel und zum Lernen durch Versuch und Irrtum führt. In diesem Prozess erlaube ich mir anzunehmen, was ich mit mir verbinden, und auszuschneiden, was ich nicht assimilieren kann, um auf einer erweiterten und vertieften Grundlage weiterzuarbeiten.

Techniken

Nach der Phase der vorsichtigen Berührung mit der Hellinger-Arbeit begann ich selbst zu experimentieren, um die Wahrnehmung des Systems in der Einzeltherapie präsent zu machen.

Ich nehme an, dass viele Therapeuten ähnlich wie ich experimentiert haben und zu ganz ähnlichen Formen gekommen sind, vielleicht auch zu besseren. Ich will hier einfach meine beschreiben.

Wie gesagt, ich begann vorsichtig mit kleinen Veränderungen im Rollenspiel, wenn ich einen Gestalt-Dialog durchführte. Nach und nach wurde ich mutiger und schlug vor, Plätze für die ganze Familie zu bestimmen mithilfe von Kissen, die über den Raum verteilt wurden. Da bei Kissen die Blickrichtung unklar bleibt, kam ich auf die Filzpantoffeln, die im Flur standen.

Eine weitere Möglichkeit bestand darin, Steine und kleinere Gegenstände, die in meinem Praxisraum herumstanden, als Symbole für Familienmitglieder zu verwenden. Irgendwann fand ich auf einem Basar kleine, individuell geschnitzte Holzfigürchen, die von Behinderten hergestellt waren. Sie wurden dann meine „Gruppe“, die jederzeit bereitstand, die Familie zu repräsentieren.

Nicht jeder Klient konnte mit diesen Formen arbeiten.

Manche hatten Schwierigkeiten, die Gegenstände mit den entsprechenden Personen zu besetzen. So bekam ich zwar durch die Form der Aufstellung eine wichtige Information über das System und den Klienten in seinem System, eine

Arbeit an der Lösung war jedoch nicht immer möglich.

Ich verwende diese Formen inzwischen vor allem zu diagnostischen Zwecken. Oder um ein bereits gefundenes Lösungsbild wieder neu zu verankern.

Bei meiner fortschreitenden Weiterbildung im Bereich der Familienaufstellung lernte ich Eva Madelungs Aufstellungsform für die Einzeltherapie kennen. Dabei werden die Bodenanker für die Familienaufstellung vom Klienten selbst hergestellt. Mit der nicht dominanten Hand malt er oder sie mit Farbstiften (am besten Ölkreiden) ein Symbol für die jeweilige Person, markiert die Blickrichtung und stellt dann die Familie auf, indem er die Bodenanker entsprechend legt. Bei dieser Methode wird die innere Verbindung der einzelnen Bodenanker mit der aufgestellten Person von den meisten Klienten deutlich erlebt. Die Aufstellung beginnt schon beim Malen der Symbole, und die Blätter können bewahrt werden, um bestimmte Elemente der Lösung tiefer zu verankern.

Eine weitere, in meiner Arbeit sehr wichtige Form der Familienaufstellung ergibt sich direkt in der gestalttherapeutischen Arbeit im Prozess des Gewahrseins. Es ist eine Arbeit an der inneren Präsenz und Vervollständigung der Familie und des eigenen Platzes in ihr. Dabei geht es um die verschiedenen Formen der fixierten oder blockierten primären Liebe, die sich in Objektbeziehungen ausdrückt. Die Formen sind sehr individuell und immer wieder neu bei jedem Klienten, aber die erweiterte Sicht auf das System ermöglicht es, die verschiedenen Fixierungen in ihrem Kontext zu begreifen und sich ihnen zu stellen.

Hier arbeite ich oft in einer Halbtrance mit Fragen wie zum Beispiel: Wo ist deine Mutter, wenn du dieses Gefühl empfindest, und wie schaut sie dich an, wo ist dein Vater, lass ein Symbol oder eine Person in dir auftauchen für das, was deiner Mutter/deinem Vater fehlt und so weiter. Diese Fragen wirken auch tranceauslösend und -vertiefend. Wenn ein Klient dazu geeignet ist, kann mit diesen Fragen das innere Bild der Familie aufgerufen und damit gearbeitet werden.

All diese Formen ermöglichen es, ohne in einer Gruppe zu sein, den eigenen Platz in der Familie wahrzunehmen.

Inzwischen habe ich, nach einer längeren Weiterbildung im Familienaufstellen, damit begonnen, gemeinsam mit meiner Kollegin Susanne Bestmann Familienaufstellungen anzubieten. Wir machen das für unsere jeweiligen Klienten und auch für Menschen, die dazukommen, praxisbegleitend einmal im Monat für einen halben Tag oder einen Samstag. Für die Menschen, die nicht ohnehin unsere Klienten sind, ist ein Vorgespräch Voraussetzung.

So habe ich mittlerweile eine breite Palette von Möglichkeiten, mit denen das Familiensystem wahrnehmbar wird und mit denen ich an Lösungen arbeiten kann.

Erfahrungen und Veränderungen in meiner Praxis durch die Familienaufstellung

Mittlerweile habe ich mit all diesen Formen der Familienaufstellung eine gewisse Erfahrung gesammelt. Ich habe nicht aufgegeben, weiterhin Einzeltherapie zu machen, im Gegenteil, ich finde nicht, dass Familienaufstellung die Einzelarbeit ersetzen, wohl aber sie manchmal erleichtern und verkürzen kann. Und nicht jeder, der eine Familienaufstellung machen will, braucht auch eine Einzeltherapie und umgekehrt.

Es gibt eine neue Form der Kurztherapie in meiner Praxis, die verschiedene Formen annehmen kann. Eine besteht darin, dass jemand zu mir kommt, um eines bestimmten Anliegens wegen die Familie aufzustellen. Die kürzeste Form besteht in einem Vorgespräch, bei dem ich das Genogramm dieser Person aufzeichne und das Anliegen herausarbeite, der Aufstellung, die dann in der Gruppe stattfindet, und der Begleitung eines Aufstellungsprozesses, der sehr unterschiedlich abläuft. Manchmal erledigt sich das „Problem“ mit einer Aufstellung, dann ergibt sich kein weiterer Kontakt.

Die relative Verbindlichkeit, die sich durch das Vorgespräch ergibt, hat sich in der Praxis bewährt. Wenn Schwierigkeiten nach der Aufstellung auftreten, besteht keine Barriere, Kontakt aufzunehmen und Hilfe zu suchen. Es ist nicht häufig der Fall, aber es ist schon gelegentlich vorgekommen, dass überwältigende Gefühle nach einer Aufstellung auftraten, einmal sogar spontane Suizidtendenzen bei einer Klientin, die nur als Stellvertreterin in einer Aufstellung gestanden und keine eigene Aufstellung gemacht hatte.

Relativ häufig bekomme ich einige Zeit nach der Aufstellung einen erneuten Anruf. Zum Beispiel nachdem die Gegenwartsfamilie aufgestellt wurde, wird jetzt deutlich, dass auch in der Herkunftsfamilie Verstrickungen bestehen. Oder die Erfahrung mit der Aufstellung war so positiv, dass die Person auch andere Themen mithilfe der Aufstellung klären möchte. Das muss dann nicht immer in einer Gruppe geschehen. Wenn einmal die Erfahrung mit einer Aufstellung mit der Gruppe gemacht wurde, ist die Arbeit mit den einzeltherapeutischen Formen wesentlich lebendiger.

Manchmal geschehen nach der Aufstellung überraschende Dinge im Leben einer Person, zum Beispiel waren die Beziehungen zu Männern für eine Frau lange Zeit blockiert, in der Aufstellung findet eine Verstrickung mit ihrem Vater zu einer Lösung. Nun eröffnen sich auf einmal neue Möglichkeiten, die Frau fühlt sich diesen neuen Möglichkeiten aber nicht gewachsen. Sie entwickelt Ängste in den Beziehungen, die ihr jetzt möglich sind, und kommt erneut in die Praxis.

Hier wende ich gern eine Kombination von gestalt- und hypnotherapeutischer Form der Aufstellungsarbeit in der Einzelsitzung an, um die Unterstützung der Lösungssituation in den neuen Lebenssituationen zu verankern. Zum Beispiel lasse ich die Klientin in einer Halbtrance zurückkehren in das Lösungsbild, lasse sie spüren, was sie dort empfindet, und die Unterstützung erfahren, die sie dort hat, und mit diesen Ressourcen kehrt sie dann in ihre jeweilige Beziehungssituation zurück und findet Lösungen mit der Hilfe ihrer „erlösten“ Familie. Das kann je nachdem einige oder mehrere Sitzungen beanspruchen. Offensichtlich wird die Lösung in einer Aufstellung nicht immer vollständig genommen. In dem beschriebenen Beispiel war die Mutter nicht wirklich genommen worden. Nach dem Durcharbeiten einiger kindlicher Trennungssituationen konnte das geschehen, sodass die Klientin in einer Halbtrance die Hinwendung zur Mutter vollziehen und das Frau-sein von der Mutter nehmen konnte. Mit der inneren Unterstützung der Mutter konnte sie sich nun in Beziehungen sicherer fühlen.

Eine andere Form der Kurztherapie besteht darin, dass die Familie in der Einzeltherapie mit den beschriebenen Techniken aufgestellt und die Lösung dann in einigen weiter auseinander liegenden Sitzungen verankert wird.

Nach wie vor arbeite ich in Einzeltherapie mit Menschen, die unter anderem Traumata erfahren haben, unter Ängsten und Depressionen leiden, Zwängen unterliegen und so weiter. Nicht immer sind die Menschen, die zu mir in Einzeltherapie kommen, bereit zu einer Familienaufstellung. Manche sind auch schon traumatisiert von Familienaufstellungssituationen, in denen merkwürdige Dinge passierten oder Druck auf sie ausgeübt wurde, oder sie waren in Familienaufstellungen, die „nichts gebracht“ haben. Offensichtlich ist die Familienaufstellung in der Gruppe nicht für jeden das richtige Instrument.

In Fällen, wo ein Widerstand der Familienaufstellung gegenüber besteht, respektiere ich diesen und übe keinerlei Druck oder Einfluss in dieser Richtung aus. Auf einem langsameren Weg führt aber meine Art zu arbeiten häufig dazu, dass diese Person ihren Platz in ihrem System erkennen und Lösungen finden kann, ohne dass ich irgendeine der Aufstellungstechniken angewendet hätte, denn meine eigene Auseinandersetzung mit der Familienaufstellung hat dazu geführt, dass ich auch mit dem inneren System lösungsorientiert arbeite, wenn ich einfach nur mit dem Material arbeite, das der Klient bringt. So ist die Versöhnung mit dem Leben meist auch eine Versöhnung mit der inneren Familie.

Inzwischen habe ich gelernt, auf die systemische Komponente von Träumen zu achten, die Klienten mir erzählen und ich weise meine Klienten auch darauf hin, im Zusammen-

hang mit der Aufstellungsarbeit auf ihre Träume zu achten. Es ist nicht selten, dass eine Person, die für das System relevant ist, aber nicht offensichtlich dazugehört, in einem Traum erscheint. Zum Beispiel träumte eine Frau nach einer Aufstellung davon, dass sie in der Wohnung einer Großtante eine verwesende Leiche fand. Als wir dem nachgingen, kam heraus, dass der Mann dieser Tante im Ersten Weltkrieg kopfverletzt wurde und danach geistig behindert war. Ein Sohn, Cousin der Mutter der Frau, litt so stark unter der Bedrohung der Familie durch Euthanasie im Dritten Reich, dass er sich 16-jährig erschoss. Eine weitere Aufstellung zeigte, dass die Klientin mit dieser Situation, die sie vollständig „vergessen“ hatte, identifiziert war. Ich habe auch sehr positive Erfahrungen damit gemacht, Traumsymbole aus systemischer Perspektive zu betrachten. Dazu eignet sich die Gestalt-Traumarbeit sehr gut, die den Traum im Rollenspiel erarbeitet. Das kann in der Halbtrance geschehen, mit Bodenankern oder Figürchen oder auch damit, den Traum in der Gruppe aufzustellen.

Wenn ich keinen Widerstand wahrnehme, biete ich die Möglichkeit der Aufstellung meinen Therapie-Klienten im Allgemeinen dann an, wenn deutlich wird, dass ein Bedürfnis dazu besteht und die Aufstellung hilfreich sein könnte. Nach der Aufstellung wird nicht an der Lösung oder an der Aufstellung gearbeitet, sondern an dem Material, das der Klient bringt. Die Lösung ist jedoch eine Ressource, die stabilisierend und unterstützend wirkt.

Aus der Palette meiner Möglichkeiten kann ich jeweils das Passende wählen. Es kann sehr wohl sein, dass jemand seine Familie zuerst mit Figürchen oder Bodenankern aufgestellt hat, dadurch eine Abwehr gegenüber der Gruppensituation überwindet und dann doch noch in eine Gruppe kommen will. In der Praxis habe ich nicht feststellen können, dass dadurch irgendein Nachteil entstanden wäre, im Gegenteil. Die Aufstellung wird oft tiefer und vollständiger angenommen, wenn eine gewisse Vorbereitung möglich war.

So stelle ich fest, dass die Begegnung mit der Familienaufstellung nach Hellinger meine einzeltherapeutische Praxis gewandelt, aber keineswegs überflüssig gemacht hat. So wertvoll die Familienaufstellung ist, sie stellt kein Allheilmittel dar, und der langsame und manchmal mühsame Prozess der Entwicklung, um den es in der Einzeltherapie geht, ist für die, die es betrifft, nach wie vor notwendig oder wertvoll. Mit dem Wissen und der Erfahrung aus den Familienaufstellungen können aber manche Umwege und Sackgassen dieses Prozesses vermieden werden.