

Oliver König

## Familienaufstellungen - Kurzzeittherapie in der Gruppe Möglichkeiten und Grenzen eines Verfahrens.

Erschienen in: Bernhard Strauss & Michael Geyer (Hrsg.), Psychotherapie in Zeiten der Globalisierung, Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, S. 71-90.

### 1. Zur Einführung: Über das Problem, vom Rand her den Rand zu kritisieren

Als Sozialwissenschaftler eine reflexive Haltung einzunehmen erfordert ein Wissen darum, „dass das Besondere seines Standpunktes darin besteht, ein Standpunkt im Hinblick auf einen Standpunkt zu sein“ (Bourdieu 1997, 802). Die einzige Möglichkeit, die Einschränkungen der Standortgebundenheit unserer Wahrnehmungen und Analysen zu relativieren, besteht daher darin, die Perspektivität des eigenen Standpunktes auszuweisen. Dies ist um so notwendiger, wenn es um ein Thema geht, das so umstritten ist und innerhalb der psychosozialen und therapeutischen Profession derart skandalisiert wurde, wie dies für die Methode der Familienaufstellungen der Fall ist.

In meinem Fall ist dieser Standpunkt in mehrerer Hinsicht randständig. Ich arbeite in freier Praxis psychotherapeutisch mit Familienaufstellungen, bin aber in der Perspektive des „Zentrums“ kein Psychotherapeut, sondern firmiere unter dem Begriff „Heilpraktiker“. Mit „Zentrum“ ist in diesem Fall jene hegemoniale Figuration von Institutionen und Personen gemeint, die in der Frage, was Psychotherapie und wer ein Psychotherapeut sei, die Definitionsmacht haben. Von dieser Position am Rande trete ich nicht nur als Vertreter der Arbeit mit Familienaufstellungen auf, sondern zugleich als ihr Kritiker. Da diese Kritik nicht von außen kommt, sondern von jemandem, der die Methode selber praktiziert, kann sie sich nie ganz von dem hegemonialen Beigeschmack befreien, ihrerseits definieren zu wollen, wie man diese Arbeit eigentlich machen müsse. Insofern führe ich vom Rande aus einen hegemonialen Diskurs gegenüber dem Rande. Dabei gerät aus dem Blick, dass die hegemoniale Definitionsmacht hinsichtlich des Feldes der Psychotherapie im Zentrum angesiedelt ist. Ein kritischer Blick auf die Arbeit mit Familienaufstellungen hat nur dann eine Chance, sich von dieser Einseitigkeit der Kritik zumindest partiell zu befreien, wenn sie die gegenseitige Bezogenheit von Rand und Zentrum im Auge behält.

Um dies zu tun, ist wiederum der Rand besser geeignet als das Zentrum, vorausgesetzt natürlich, man schließt sich an diesem Rande nicht einem jener Zirkel an, die sich in ihr Randdasein eingraben und zur Gemeinde werden, wie dies für die Szene um Bert Hellinger herum in der Vergangenheit zu beobachten war. Um in diesem Bild zu bleiben, geht es also um eine doppelte Randständigkeit. Der Preis dafür sind unklare Zugehörigkeiten. Der Vorteil ist jedoch, in dieser Position nicht so schnell von den Denk- und Handlungsselbstverständlichkeiten des beruflichen Feldes aufgesaugt zu werden, dem man angehört. Unterstützt wird dies dadurch, dass ich aus der Soziologie komme und in das berufliche Feld der Psychotherapie vorgedrungen bin, das traditionell von anderen Fächern als ihr Territorium angesehen wird, der Medizin und der Psychologie. Je länger ich mich in diesem Feld bewege, um so mehr wächst in mir die Auffassung, dass der Psychotherapie ein Selbstverständnis gut anstehen würde, sich als Teil der angewandten Sozialwissenschaften zu verstehen, zu der ich auch die Psychologie zählen würde. Als Sozialwissenschaft hat sie sicherlich eine wesentliche Schnittstelle zu den biologischen Wissenschaften vom Menschen, aber eben in dieser Gewichtung und nicht umgekehrt. Solange Psychotherapie „talking cure“ ist und bleibt, ist sie soziales Geschehen und sollte auch als solches analysiert und begründet werden.

## 2. Über Grenzen

Bevor ich zum eigentlichen Gegenstand komme, möchte ich noch die diskursiven Formationen untersuchen, die anklingen, wenn man über „Möglichkeiten und Grenzen“ eines Verfahrens redet. Als erstes wäre zu nennen die Idee vom wissenschaftlichen Fortschritt, nach dessen Logik die Möglichkeiten ständig erweitert und die Grenzen immer wieder neu definiert werden. Neue Verfahren sind bislang immer mit dem Anspruch aufgetreten, es besser zu machen als ihre Vorgänger. Dies bekommt eine neue Qualität dadurch, dass der psychotherapeutische Fachdiskurs (wieder) verstärkt beeinflusst wird von den Biowissenschaften, vor allem den Entwicklungen innerhalb der Neurologie, was wiederum mit der Entwicklung der relevanten Untersuchungstechniken zusammenhängt. Hirnforscher entwickeln „zunehmend Interesse an der Frage, ob Freud ‚Recht hatte‘“, so einer ihrer prominenten Vertreter (Roth 2003, 23). Zur Zeit werden gerade im psychotherapeutischen Mainstream viele Psychotherapeuten von den Verlockungen der Objektivität angezogen, die in einer solchen Sichtweise angelegt ist, und sind darin durchaus vergleichbar mit jenen aus der Profession, die den Ordnungsvorstellungen Bert Hellingers folgen. So macht z.B. in einer Diskussion ein ärztlicher Psychotherapeut die Bemerkung, mit diesen Entwicklungen der Gehirnforschung sei man doch ein gutes Stück dem alten Traum Freuds näher gekommen, die Psychotherapie naturwissenschaftlich zu fundieren.

Nun ist es meine Vermutung, wenn sich Freud länger mit diesem Traum der naturwissenschaftlichen Fundierung der Psychotherapie aufgehalten hätte, dann wäre er, von heute aus gesehen, einer jener materialistischen Wissenschaftler des 19. und 20. Jahrhunderts geworden und geblieben, die heute – zu recht – vergessen sind. Stattdessen hat er sich mit der Kategorie „Sinn“ beschäftigt, mit den bekannten Folgen. Es gibt nun nicht nur eine – aus heutiger Sicht - nicht zu überschreitende erkenntnistheoretische Grenze im Hinblick auf den Zusammenhang von natürlicher Basis und kultureller Sinnggebung, die auch die Hirnforschung nicht aufheben wird. Sondern darüber hinaus lassen sich Fragen kultureller Sinnggebung und ihre Veränderungen überhaupt nicht mit den Sprachfiguren des Fortschrittsmodells erfassen.

Des Weiteren wäre dieser Traum für mich als Soziologe ein Albtraum. Denn selbst wenn es diese Erkenntnisgrenze nicht gäbe, so ist es die Bedingung der Möglichkeit von Freiheit, dass jedem Handeln, dass Einfluss auf andere zu nehmen versucht, Grenzen gesetzt sind. Das Paradox psychotherapeutischen Handelns liegt darin verborgen, jemanden dabei zu helfen, sich diesen seinen Freiraum zu erobern. Wenn diese Hilfe zu mächtig würde, unterläuft sie diese Freiheit. Der Albtraum einer neurologischen und biochemischen Fundierung der Psychotherapie würde diese Grenze aufheben bzw. zumindest essentiell bedrohen.

Als zweites berührt die Rede von „Möglichkeiten und Grenzen“ eines Verfahrens das Denken in Therapieschulen (Eckert 1999) und bleibt damit untergründig dem Verteilungskampf im psychotherapeutischen Feld verpflichtet. Ich bezweifele, dass damit die „Realität“ psychotherapeutischen Handelns erfasst werden kann, das weniger von Verfahren als von institutionellen Rahmungen und therapeutischen Situationen bestimmt wird. „Traue niemand, der zu sehr einem, und zudem meist seinem Verfahren traut“, so würde ich meine Haltung gegenüber einer Verfahrenorientierung der Psychotherapie beschreiben. Denn Möglichkeiten und Grenzen eines Verfahrens sind jeweils zwei Seiten einer Medaille, aus den Möglichkeiten ergeben sich die Grenzen und umgekehrt.

Sinnvoller erscheinen mir für mein Thema zwei andere Bedeutungsräume von Grenze, die den metaphorischen Charakter des Begriffs hervorheben. Im dem einen Bild markiert eine Grenze die Linie, an der zwei Territorien aneinander stoßen. Man weiß überhaupt nur, dass es ein Territorium gibt, weil es ein anderes gibt, das diese Grenze markieren hilft. Oder systemtheoretisch formuliert: Ein System definiert sich durch seine Grenzen. Die Systeme können gleichgewichtig oder ungleichgewichtig sein und zwischen den derart definierten Systemen können diverse Formen des Austausches stattfinden: Besuche, Handel, Migrationen, Abmachungen, Verträge, aber auch Krieg, Eroberung, Einverleibung.

Ein anderes Metaphernbild von Grenze ist das schon benutzte von Zentrum und Peripherie. Im Zentrum sitzen die, denen zweierlei gelungen ist: zu definieren, was das Zentrum ist und diesen Ort auch einzunehmen. Um dieses Zentrum angesiedelt, in konzentrischen Kreisen, diejenigen, die sich diesem Zentrum zuwenden, ohne doch dazu zugehören. Zentrum und Peripherie sind jedoch gegenseitig aufeinander angewiesen. Ohne Gefolgschaft keine Führung, ohne Peripherie kein Zentrum. Das Zentrum, das einerseits mit der Aufrechterhaltung seiner Position beschäftigt ist, muss andererseits aber zugleich Anreize an die Peripherie senden, damit sie in ihrer Perspektive auf das Zentrum bezogen bleibt, so wie der Burgherr seinen Bauern Sicherheit geben muss vor fremden Eindringlingen, weil diese ihn sonst nicht mit Brot und Wein versorgen würden. Je weiter weg man sich von diesem Zentrum bewegt, desto größer wird nun die Wahrscheinlichkeit, dass sich die Einflussbereiche anderer Zentren bemerkbar machen. Der Bauer bringt sein Brot woanders hin, bekommt seinen Schutz nun hier, und wenn er dafür ein anderes Glaubenssystem annehmen soll, dann ist es auch recht. Übersetzt auf die Psychotherapie-Landschaft heißt dies: Die an ihrem Rande angesiedelten Varianten sehen sich immer auch anderen Einflüssen ausgesetzt, sei es aus Philosophie, Theologie oder Esoterik.

### 3. Eine kleine Geschichte der Aufstellungsarbeit

So ungefähr kann man sich auch die Entwicklung der Psychotherapie denken, in der es von Burgherren und einigen Burgfrauen wimmelt. Hinzu treten hier nur der Faktor der Zeit und damit das Problem, wann denn alles seinen Anfang gehabt haben soll. Es braucht einen „Ursprungsmythos“ oder eine Gründungsgeschichte, kommunikationstheoretisch muss eine Interpunktion gesetzt werden, ein Anfang eben. Um sich als solchen legitimieren zu können, müssen dafür die Spuren der Vorgänger getilgt oder einem anderen Zeitalter zugesprochen werden. So gibt es dann eine Zeit vor und nach Freud, bzw. in unserem Fall eine Zeit vor und nach Bert Hellinger.

Vor Bert Hellinger war die Arbeit mit Familienaufstellungen bereits seit Jahrzehnten bekannt, ohne dass sie großes Aufsehen erregt hätte. Ihre Quellen liegen im Psychodramas Morenos und der Familienskulptur Virginia Satirs. So berichtet z.B. Satir von einer Aufstellungsarbeit zu diagnostischen und supervisorischen Zwecken, ohne sie als solche zu bezeichnen, aus dem Jahre 1954 (Satir 1975, 207). In einer solchen Ausbildungsfunktion sind Aufstellungen seit langem verbreitet und anerkannt (Arnold u.a. 1996, Schweizer & Weber 1982). Daneben wurde die Arbeit mit der Familienskulptur von den Schülern Satirs als Familienrekonstruktion zu einer Methode in Selbsterfahrung und Gruppenpsychotherapie weiterentwickelt (Nerin 1989, Kaufmann 1990).

Bert Hellinger und die von ihm inspirierte Arbeit mit Familienaufstellungen taucht das erste Mal in einer breiteren Öffentlichkeit auf mit der Publikation des von Gunthard Weber 1993 herausgegebenen Buches „Zweierlei Glück“. Er galt vorher als ein Geheimtipp, hatte kaum publiziert und arbeitete im Wesentlichen in 5tägigen Seminaren in Ainring unweit der österreichischen Grenze bei Salzburg. Im Klappentext zu diesem Buch heißt es:

„Nachdem er lange als Priester und Schulleiter im Zululand in Südafrika tätig war, trat er aus dem Orden aus und arbeitet seitdem als niedergelassener Psychotherapeut. Er beschäftigte sich intensiv mit der Gruppendynamik, wie sie im angloamerikanischen Bereich praktiziert wird und integrierte Elemente unterschiedlicher Psychotherapiemethoden in seine Arbeit (Primärtherapie, Transaktionsanalyse, Eriksonsche Hypnotherapie, NLP; Bioenergetik, Kontextuelle Psychotherapie Ivan Boszormenyi-Nagys, u.a.). Vor allem in den 80iger Jahren entwickelte er ausgehend von der systemorientierten Skriptanalyse innovative Einsichten über die Vorgänge in Familien, besonders zu tragischen Verstrickungen, und sehr wirksame lösungsorientierte Vorgehensweisen. Diese gewinnen in den letzten Jahren im deutschsprachigen Bereich eine zunehmende Beachtung.“

Das Buch ist ein Bestseller mit inzwischen über 120.000 verkauften Exemplaren, mit Übersetzungen ins Englische und Französische, gefolgt von inzwischen ca. 30 weiteren Büchern, zahlreichen Videos und CDs, der Gründung eines Verbandes „Internationale

Arbeitsgemeinschaft Systemische Lösungen nach Bert Hellinger“, sowie zweier Zeitschriften. Hinzu tritt die Arbeit mit Aufstellungen in Großgruppenveranstaltungen auf einer Bühne vor mehreren Hundert Zuschauern, denen die mediale Aufbereitung ihren Stempel aufdrückt und an denen sich die Fallgruben der Popularisierung gut studieren lassen (König 2000).

Die Aufstellungsarbeit steht bei Hellinger anfangs eher im Hintergrund, mehr Raum nehmen seine Vorstellungen von Familie ein, die wesentlich breiter angelegt sind als die von Moreno und Satir. Auch hat Bert Hellinger während seiner regulären Arbeit nie Seminare unter dem Titel „Familienaufstellungen“ angeboten, anfangs auch nicht seine ersten Schüler. Erst mit der einsetzenden Popularisierung der Arbeitsweise rückt der handwerkliche Teil der Aufstellungsarbeit in den Vordergrund und wird zunehmend unter Verfahrensfragen diskutiert. Die Popularisierung schafft also erst dieses Label „Familienaufstellungen“, und damit einen Anspruch der Eigenständigkeit der Vorgehensweise. Einher geht dies mit einer Verschulung, Technisierung und Manualisierung der Arbeit. Hier ähnelt die Entwicklung der Aufstellungsarbeit dem Mainstream der Psychotherapie, in der es gleichfalls zu einer zunehmenden Manualisierung psychotherapeutischen Handelns kommt. Da aber in der Aufstellungsarbeit das Große und Ganze, die „Bewegungen der Seele“, manualisiert werden, bewegt sich die Szene immer am Rande des unfreiwillig Parodistischen.

Hellinger reist währenddessen auf Veranstaltungen rund um die Welt und zieht sich zunehmend in die Rolle eines Botschafters des Transzendenten zurück, der von seinen „Einsichten“ in die familiäre Ordnung berichtet, seine Arbeit wird zur „angewandten Philosophie“, andere würden sagen zur Esoterik. In den letzten Jahren ist er hervorgetreten mit provokanten Thesen zum Nationalsozialismus und der Dynamik von Tätern und Opfern, was in den Medien und in der professionellen Szene mit heftigen Affekten aufgenommen und entsprechend skandalisiert wurde. Trotz heftigen Widerspruchs in einzelnen Fragen wird er aber auch in der israelischen Psychotherapie rezipiert und seine Arbeit dezidiert gewürdigt, so z.B. von Haim Dasberg, Prof. für Psychiatrie und Psychotherapie aus Israel, einem Mitbegründer des Nationalen Zentrums für die Vereinigung der Opfer des Holocaust in Jerusalem.

#### 4. Die Aufstellungsarbeit als Arbeitssetting und Arbeitsform

Entstanden ist die Aufstellungsarbeit als eine Form des Seminars, angeboten auf dem freien Markt, nur zum geringen Teil eingebunden in die Rahmenbedingungen kassenärztlicher Psychotherapie. Diese Seminare umfassten in den Anfängen 5-7 Tage in Gruppen zwischen 15 und ca. 30 TeilnehmerInnen. Wie alle Seminarformen dieser Art haben sie einen Schrumpfungsprozess durchgemacht, heute sind es bei den meisten Anbietern 3tägige Veranstaltungen, manche bieten fraktionierte Gruppen über mehrere Termine an. Ich arbeite in Settings von 5 Tagen, am liebsten mit einer Teilnehmerzahl von ca. 14 Personen.

Im Zuge der Popularisierung wurde die Aufstellungsarbeit in nur wenigen Jahren auf eine Vielzahl von Themen, Felder und Settings angewandt bzw. übertragen. Das können im Einzelnen sein:

- Spezielle Themen: Krebs, Psychosomatik, Trauma, Liebe, Bindung, Versöhnungsarbeit, Spiritualität;
- spezielle Klientengruppen: Psychotiker, Kinder und Jugendliche, Paare;
- Kombinationen mit anderen Methoden: Aufstellungsarbeit und Psychoanalyse, Psychodrama, Gestalt, Mediation, Körpertherapie;
- Anwendung in verschiedenen institutionellen Settings: Einzelarbeit, Klinik, Psychiatrie, Schule, Coaching, Supervision, Organisationsberatung
- Religion und Esoterik: Schamanismus, „das Göttliche“, „die Seele“;

Diese Ausweitungsbewegung haben in der Geschichte der Psychotherapie alle Verfahren gemacht und erst über die Jahre hat sich dann eine Art von stiller Arbeitsteilung ergeben, wer für was am ehesten zuständig ist. Inzwischen haben sich jedoch in der Psychotherapie durch ihre gesetzliche Rahmung die Bedingungen für diese Selbstorganisation von Zuständigkeiten

verändert. Das hegemoniale Zentrum hat seine Zugbrücken eingezogen und die Ritter der Wissenschaft als Burgwächter angestellt, die definieren, was ein wissenschaftlich anerkanntes Verfahren sei. Es lohnt sich also zunehmend weniger für die Peripherie, sich weiterhin dort sichtbar zu machen. Also wendet sie sich anderen Reichen zu: Im Falle der Aufstellungsarbeit sind dies das religiöse, spirituelle und esoterische Feld. Dies ist die deutlichste Grenzüberschreitung der Aufstellungsarbeit gegenüber dem Reich der Psychotherapie. Ironischer Weise kehrt sie zurück in die Arme eines Reiches, aus dem sich die Psychotherapie einstmals ausdifferenziert hat: Dem religiösen Denken. Währenddessen findet im Zentrum bzw. im Mainstream eine ähnliche Rückkehr statt, hier in die Arme der Medizin und der Biologie.

## 5. Aufstellungsarbeit als Gruppenpsychotherapie

Die Aufstellungsarbeit ist zuallererst eine Form der Gruppenpsychotherapie, und nicht der Familientherapie. Dieser Irrtum, bzw. diese konzeptionelle Unklarheit trägt sich bis heute sowohl im professionellen wie im medialen Diskurs durch. Genährt wird sie u.a. durch Hellinger selber. In den Klappentexten seiner Bücher wird immer wieder von „Familientherapie“ geredet. Gearbeitet wird aber nicht mit einer realen Familie, wie dies z.B. Virginia Satir und andere Vertreter der Familientherapie seit je her getan haben und wie dies bis heute praktiziert wird. Gearbeitet wird in einer klassischen Stranger-Group, die bei den meisten Vertretern der Aufstellungsarbeit deutlich größer ist als die Gruppen klassischer Gruppenpsychotherapie (Tschuschke 2001). Sie fällt in den Bereich der „Median Group“, ein Begriff, den die britische Gruppenpsychotherapie geprägt hat.

Im Unterschied zu anderen Verfahren der Gruppenpsychotherapie, z.B. Gruppenanalyse, tiefenpsychologischen und psychodramatischen Verfahren, ist die Aufstellungsarbeit kein interaktionelles Verfahren. Es wird also nicht an und mit den realen Beziehungen in der Gruppe gearbeitet. Eine eher orthodoxe Sicht auf die Gruppenpsychotherapie würde der Aufstellungsarbeit daher auch das Label „Gruppenpsychotherapie“ absprechen und von Einzeltherapie in der Gruppe sprechen. Ich halte das nicht für eine ergiebige Sichtweise. Es ist viel interessanter festzustellen, dass die kassenärztlichen Psychotherapeuten in den letzten zehn Jahren über das nachlassende Interesse an Gruppenpsychotherapie klagen. Es gäbe zunehmend weniger Nachfrage danach, und erst 2005 ist eine finanzielle Bewertung durch die Kassen erfolgt, die es für einen Psychotherapeuten in eigener Praxis überhaupt attraktiv macht, Gruppen anzubieten. Der weilen zeigt sich aber auf dem freien Markt, wo die Leute selber bezahlen, etwas anderes: Die gruppenpsychotherapeutische Arbeit mit Familienaufstellungen ist auf diesem Markt äußerst erfolgreich.

Der Ablauf einer Aufstellungsarbeit im engeren Sinne ist etwa folgender: Der Protagonist - ich übernehme diesen Begriff aus dem Psychodrama - stellt mit Hilfe der anderen Anwesenden, die seine Familienmitglieder repräsentieren, sein inneres Bild von seiner Familie und sucht auch für sich einen Stellvertreter aus. Dann tritt der Protagonist zurück und kann von außen miterleben, wie unter der Anleitung des Therapeuten die Stellvertreter mit ihren Wahrnehmungen und Gefühlsreaktionen die Grunddynamik seines Familiensystems verlebendigen. In einem zweiten Schritt tritt er selbst in dieses emotionale Universum hinein, kann dort in einem Art Probehandeln seinen Platz in dieser Familie erfahren, emotionale Blockaden lösen und korrektive Erfahrungen machen, die seine Such- und Entwicklungsprozesse befördern. Innerhalb eines solchen Ablaufes, aber auch vorher und nachher, ergeben sich eine Fülle von Situationen und ihrer therapeutischen Gestaltung, die alle genutzt werden können. Sie können hier gar nicht im Einzelnen dargestellt werden.

Was die Aufstellungsarbeit als gruppenpsychotherapeutisches Verfahren kennzeichnet, sind die Vielzahl an Rollen und Perspektiven, die der einzelne im Verlauf seiner eigenen Arbeit und der Arbeit in und an den Aufstellungen der anderen einnehmen kann. Er ist Protagonist, als solcher sowohl in der Außensicht wie in der Innensicht auf sein familiäres System. Er ist Zuschauer bei den Aufstellungen anderer, aber auch Mitspieler, Stellvertreter. In der Vielfalt der Erfahrungen mit verschiedenen familiären Rollen und Perspektiven erfährt der Blick auf die

eigene Familie, quasi en passant, eine stetige Anreicherung mit neuen Ideen. Es tauchen hier also in veränderter Form all die therapeutischen Wirkfaktoren auf, die auch für interaktionelle Gruppen angenommen werden, das Wiederdurchleben der Familiensituation und Katharsis, psychoedukative Faktoren durch Vermittlung von Wissen über familiäre Strukturen und Prozesse, Identifizierung mit anderen und die Hoffnung, dass Veränderung möglich ist, das Erleben von Gruppenkohäsion und das Gefühl angenommen und verstanden zu sein, um nur einige zu nennen (vgl. Yalom 1989, 82ff., Tschuschke 1993).

## 6. Aufstellungsarbeit als Kurzzeittherapie in der Gruppe

Die Aufstellungsarbeit ist als Kurzzeittherapie konzipiert, zumeist in einer Kompaktform und nicht fraktioniert. Sie folgt damit einem Trend zu kürzeren Prozessen, der insgesamt alle Zweige der Psychotherapie und ihre jeweiligen institutionellen Rahmungen durchzieht. Konzeptionelle Begründungen, ökonomische Faktoren, Beschleunigungseffekte anderer Art, Zeitgeist-Ideologien, alles ist hierbei vermischt.

Die gruppenpsychotherapeutische Forschung hat zwar darauf hingewiesen, dass positive Veränderungen, die sich nicht schon in den ersten ca. 10 Sitzungen zumindest als Möglichkeit zeigen, auch später mit geringerer Wahrscheinlichkeit auftreten, und dass auch die Effektstärken von Veränderungen in diesen ersten Sitzungen am größten sind. Brisant werden solche Ergebnisse nur durch eine ökonomische Rahmung, bei der die einen 20 Stunden aus dem finanziellen Topf haben wollen, die anderen aber 200 Stunden aus dem gleichen Topf. Wäre diese Konkurrenzsituation so nicht gegeben, dann könnte man etwas entspannter über die sich verändernde kulturelle Funktion von Psychotherapie reden und einen entsprechenden Umgang der Klienten damit.

Je selbstverständlicher dieser Umgang ein Teil der Alltagskultur wird, um so mehr gehen die Klienten mit der Ware „Psychotherapie“ um wie mit anderen Waren auf dem Markt eben auch. Man vergleicht die Preise und sonstige Aufwandskosten, schaut ob man noch etwas im Küchenschrank hat, oder ob es vergleichbare Produkte beim Aldi gibt, oder probiert einmal ein anderes Restaurant, zu Festtagen auch einmal etwas besonderes. D.h. auch, die Sorge um sich, wie dies Michel Foucault genannt hat, wird marktförmiger.

In der Aufstellungsarbeit verbinden sich zwei Trends, die nur scheinbar widersprüchlich sind, und auch keineswegs für die Aufstellungsarbeit alleine gelten. Die Klienten suchen Orte von höherer Erlebnisintensität bei gleichzeitiger geringerer Verbindlichkeit, sowohl zeitlich, örtlich wie personell. Sie möchten in einen kurzen und intensiven Prozess einsteigen, der sie ein Stück weiterbringt, bzw. ihnen einen kräftigen Anschub nach vorne gibt, aber nicht um den Preis einer langfristigen Bindung an einen Therapeuten oder eine Gruppe.

Was die Kurzzeittherapie darüber hinaus nicht nur für die Klienten, sondern auch für die Therapeuten interessant macht, wurde mir vor kurzem im Gespräch mit einem befreundeten Analytikerkollegen bewusst, der sich inzwischen auf Traumatherapie spezialisiert hat, EMDR und andere Verfahren, und damit sehr erfolgreich ist. Es sei erstaunlich und für beide Seiten hoch befriedigend, in nur 5 bis 10 Stunden mit einem Klienten eine traumatische Situation zu bearbeiten, die ihn manchmal schon über Jahrzehnte belaste, und danach seien die Symptome einfach verschwunden. Dem stellte er das mühsame Arbeiten in kleinklein an der verkorksten Lebensgeschichte eines 50ig Jährigen gegenüber.

## 7. Die Besonderheit der Leitungsrolle

Im Modell der Kurzzeittherapie insgesamt enthalten ist eine andere Gestaltungsform der Leitungsrolle. Sie ist aktiver und strukturierender. In der Arbeit mit Gruppen heißt dies auch, dass der Leiter in starkem Maße in die Eigendynamik der Gruppe eingreift, sie nach seinen Vorstellungen von einem lösungsorientiertem Vorgehen formt und kanalisiert. Die interaktionellen Verfahren zielen darauf ab, dass sich in der Gruppe die problematischen Verhaltensweisen und Selbstbilder ihrer Mitglieder entfalten, um sie dann über Feedbackprozesse, Bearbeitung von Übertragungen und manches mehr, dem Verstehen

zugänglich zu machen und so Veränderungen einzuleiten. Ich halte dies für ein unersetzliches Lernfeld, in der Gruppendynamik praktiziere ich genau ein solches Vorgehen im Rahmen eines Selbsterfahrungssettings.

Die Aufstellungsarbeit geht, wie andere Verfahren der Kurzzeittherapie auch, einen anderen Weg. Sie kanalisiert die Eigendynamik der Gruppe in starkem Maße, damit sie sich gerade *nicht* frei entfaltet. Zentrales Mittel, um dies in der Gruppe zu gewährleisten, ist der im Wesentlichen dyadische Charakter des Dialoges zwischen Leiter und Teilnehmern. Gerade diese Leiterorientierung macht die Aufstellungsarbeit anfällig für autoritäres und normatives Auftreten, das den Vertretern dieser Arbeitsweise zu Recht vorgeworfen wird. Neutral formuliert wird das Aufklärungsmodell der Psychotherapie wieder stärker durch ein Expertenmodell ersetzt. Zugleich zeigt sich auch hier wieder eine erstaunliche Parallelität in der Entwicklung von Peripherie und Zentrum bzw. Mainstream.

Nun halte ich es für naiv anzunehmen, dass einem Gruppenleiter in der interaktionellen Arbeit weniger Machtfülle zukäme als bei einem leiterorientiertem Vorgehen (König 2002). Es spricht sogar einiges dafür, dass auch das Umgekehrte der Fall sein kann. Der aktive Leiter wird schneller greifbar. Sich an seiner Aktivität orientieren zu können, heißt für einen Klienten auch, wählen zu können. Er sieht, was er kriegt, und wenn es ihm nicht passt, dann geht er eben woanders hin. Dies ist gleichermaßen ein Zeichen von Freiheit der Wahl wie von Beliebigkeit in der Beziehung.

Damit ein solches Leitungsmodell im Sinne der Klienten arbeitet und ihm nicht etwas überstülpt, braucht es die Orientierung an einem klaren Kontrakt, bzw. eine Vorgehensweise, die diesen Kontrakt in allen Schritten gegenwärtig hält und fortschreibt. Kontrakt heißt hier, dass Leiter und Teilnehmer aushandeln, welche Fragestellung der gemeinsamen Arbeit zugrunde liegt. Der Leiter überprüft, ob er sich auf die Fragestellung einlassen kann und bietet hierzu etwas an. Der Teilnehmer überprüft, ob dies seinen Vorstellungen entspricht. Er gibt dabei notwendigerweise dem Leiter einen Vertrauensvorschuss, weil er genau genommen diese Überprüfung erst nach der Arbeit vornehmen kann, und häufig genug erst in einigem zeitlichem Abstand. Ein solcher Kontrakt ermöglicht also die Kooperation und grenzt sie gleichzeitig ein, indem eben an *diesem* Auftrag gearbeitet wird und nicht an einem anderen, und eine Veränderung des Auftrages selber wiederum ein Gegenstand der Arbeit wäre. Dieses Prinzip „Kooperation“ hebt zugleich das prinzipielle Ungleichgewicht zwischen Leiter und Teilnehmer nicht auf, sondern hilft nur, es zu rahmen. Denn der Teilnehmer kommt zu einem Therapeuten, gerade weil der etwas hat, was ihm nicht zur Verfügung steht.

## 8. Die zugrundeliegenden Vorstellungen über Familie

Die Aufstellungsarbeit stellt nun nicht nur ein spezifisches Vorgehen zur Verfügung, sondern eben auch ein spezifisches Modell über Familie (ausführlich dazu König 2004). Auch hier wieder liegen damit verbundene Möglichkeiten und Grenzen eng beieinander. Befreit man Bert Hellinger und seine Adepten von ihrem ideologischen Ballast, dann wird der Blick frei auf eine Familientheorie, deren Grundlagen durch die Sozialwissenschaften und die Familientherapie gut belegt sind. Verwandtschaft ist der Name für die Organisation der beiden Ebenen, die Familie ausmachen, Generation und Geschlecht. Familie realisiert sich in den elementaren Strukturen dieser Verwandtschaft, die jedem, der zu dieser Familie dazugehört, einen spezifischen Platz zuschreiben, als Vater und Mutter, Sohn und Tochter, Schwester und Bruder, Onkel und Tante, Großvater und Großmutter, um nur die zentralen Rollen der familiären Grundstruktur zu nennen.

In dieses Familiensystem werden wir geworfen ohne unser Zutun. Wir haben keine Wahl außer der, dieses Geworfensein anzuerkennen. Geprägt sind diese primären Beziehungen durch den Modus der Bindung, dies ganz im Einklang zur aktuellen Diskussion über die Bindungstheorie. Diese Bindung kann dabei durchaus bizarre Formen annehmen. Die familiäre Grundaufgabe bzw. das familiäre Paradox besteht darin, eine stabile Bindung zu schaffen, um

diese dann zu lösen im Sinne einer „bezogenen Individuation“, wie dies Helm Stierlin (1989) genannt hat, bzw. um neue Bindungen an ihre Stelle treten zu lassen.

Das Verhältnis der Generationen wird als hierarchisch strukturiert angesehen, wie dies z.B. in der strukturellen Familientherapie Salvador Minuchins formuliert ist, aber auch in den meisten sozialwissenschaftlichen Familienmodellen. Innerhalb der Generationen wirkt die Rangfolge des Früher und Später. Beide Vorstellungen, das Kaskadenmodell der Generationen wie das Rangfolgemodell, weisen zurück auf den Fluss der Zeit, der nur in eine Richtung fließt.

Die Prozesse in diesen derart strukturierten Beziehungen, die im eigentlichen Sinne diese Strukturen überhaupt erst hervorbringen, werden austauschtheoretisch beschrieben. Oder anders gesagt, die Beziehungen zwischen den verschiedenen familiären Positionen und den Personen, die sie einnehmen, sind durch die Dynamik von Geben und Nehmen charakterisiert, bzw. werden durch dieses Geben und Nehmen erst zu dem, was sie sind. Familienbeziehungen realisieren sich in einem andauernden Austauschprozess.

Dieser Austauschprozess ist notwendigerweise konflikthaft, weil in ihm Gegensätzliches zum Ausgleich gebracht werden muss, in jeder neuen Familie z.B. die verschiedenen Rechnungsgrundlagen zweier Herkunftsfamilien, innerhalb dieser neuen Familie zentral die Kräfte von Bindung und Lösung. Der Umgang mit diesen Konflikten realisiert sich in familiären Entwicklungsprozessen, die einerseits Familie überhaupt erst ausmachen, andererseits in jedem Schritt einen Beitrag zu ihrer Auflösung darstellen. Dies folgt einem dialektischen Modell, wie es in seinen Grundzügen von Helm Stierlin (1976) formuliert worden ist. Und: Die Logik dieses familiären Ausgleich kann letztendlich erst verstanden werden, wenn mindestens drei Generationen einbezogen sind (Boszormenyi-Nagy & Spark 1981).

Insgesamt weisen die Vorstellungen von Familie in der Aufstellungsarbeit starke Ähnlichkeiten auf mit einem strukturalen Familienmodell, wie es von Tilmann Allert (1998) und Bruno Hildenbrand (2002, 2005) formuliert worden ist, mit seinen Eckpfeilern „Nichtaustauschbarkeit der Personen“, „erotische Solidarität“, „affektive Solidarität“, „Solidarität des gemeinsamen Lebensweges“.

Sieht man einmal von ihrer popularisierten Form ab, so stellt dieser familientheoretische Rahmen ein umfassendes und brauchbares Familienmodell und ein daraus abgeleitetes Arbeitsmodell zur Verfügung, das die Aufstellungsarbeit manch anderem „wissenschaftlich anerkannten“ psychotherapeutischen Ansatz voraus hat. Als Strukturmodell, das notwendigerweise universalistisch denken muss, bringt es zugleich diverse Schwierigkeiten mit sich, im Zentrum die, wie in der Praxis das Verhältnis zwischen „objektiver“ Struktur und subjektiv erfahrenen bzw. konstruiertem Sinn gestaltet werden kann. Oder nochmals anders ausgedrückt. In meinem Verständnis der Aufstellungsarbeit steht als Basis des theoretischen Entwurfes das Spannungsfeld von basaler Weltorientierung und überindividuellen Strukturen und Prozessen einerseits und den individuellen Stellungnahmen dazu andererseits.

Ein solches Konzept stellt einen vor das Problem, wie man mit der Annahme von universalistischen Strukturen arbeiten kann, ohne diese gleichzeitig fortwährend zu reifizieren. Wie kann man also auf der Grundlage eines solchen Strukturmodells den rapiden Wandel von Familienformen beschreiben, ohne neue Formen fortwährend an einem normativen Modell zu messen, das empirisch zunehmend die Ausnahme darstellt? Kurzum: ein solches Strukturmodell muss fortwährend auf den Prüfstand, sonst erstarrt es oder gerinnt in seiner popularisierten Form zur Familienideologie bzw. Familientheologie.

## 9. Sinn als zentrale Kategorie psychotherapeutischer Arbeit

Ohne eine solche Familientheorie, wie sie gerade skizziert wurde, könnte die Aufstellungsarbeit überhaupt nicht das leisten, was ich zunehmend als ihre Stärke wahrnehme: Der Tatsache des eigenen Geworfenseins ins Leben, dem Platz, der daraus hervorgegangen ist, und den Ereignissen, die diesen Platz bislang ausgemacht haben, einen Sinn zu geben. Diese Sinnggebung geschieht nicht in einem freien Raum der reinen Konstruktion, sondern in der Doppelgestalt von objektiver Faktizität und subjektiv gemeintem Sinn, d.h. gerahmt von tradierten symbolischen



Sinnwelten, die subjektiv immer wieder neu angeeignet werden müssen. Ich folge hier den Annahmen des Sozialkonstruktivismus in der Tradition von Peter Berger und Thomas Luckmann (1980). „Die symbolische Sinnwelt bringt Ordnung in die subjektive Einstellung zur persönlichen Erfahrung“, so eine Formulierung von Berger und Luckmann (ebd. 104). Und weiter: „Diese ‚nomische‘ Funktion, die symbolische Sinnwelten für das individuelle Bewusstsein erfüllen, kann ganz einfach als diejenige bezeichnet werden, die ‚jedes Ding an seinen rechten Platz rückt‘“ (ebd.).

Sinngebung erfolgt in einem psychotherapeutischen Prozess in einer doppelten Form. Niemand sucht einen Psychotherapeuten auf, weil er alles so belassen will, wie es ist. Wir können aber unsere Vergangenheit, zumal je mehr sie uns ausmacht, d.h. je älter wir sind, nicht einfach als sinnlos erklären, als vergeudetes Leben. Die meisten Klienten halten lieber an einer unerträglichen Vergangenheit fest, bevor sie diese Vergangenheit derart allen Sinns entleeren würden. Die Aufstellungsarbeit respektiert diesen Wunsch nach Sinn und hilft, einen solchen zu finden, indem sie der Vergangenheit einen Sinn im Netzwerk der relevanten familiären Beziehungen gibt, etwas abgekürzt formuliert: als Dienst an der Familie bzw. einzelner ihrer Angehöriger. Die Grundrituale der Aufstellungsarbeit, der Dank an die Eltern z.B., Anerkennen, was ist, dienen genau dieser Sinnkonstitution. Erst der erfüllte Sinn kann entlassen werden, so der zentrale Gedanke, und einem neuen Sinn Platz machen, der lebensfreundlicher ist, frei von alten Bindungen, frei zur Wahl neuer Bindungen.

Dieser Prozess folgt nur bedingt der Rationalität von Erkenntnis und Einsicht, zu sehr bewegt er sich zwischen unvereinbaren Polen, z.B. von Veränderungswunsch einerseits, Beharrungskraft (oder Widerstand) andererseits. Erst zumeist im Rückblick erscheint eine Veränderung, die in der psychotherapeutischen Arbeit irgendwann stattgefunden hat, als etwas, was wir mit unserem Verstand als einen (psycho)logischen Ablauf rekonstruieren können. Die Sinngebung geht der Erfahrung nicht voraus, sie folgt ihr nach. Wäre dies nicht so, dann hätten wir es nicht mehr mit Psychotherapie zu tun, sondern mit Religion oder Weltanschauung. Genau diese Gefahr liegt jedoch in einem solchen Ansatz verborgen.

## 10. Über den Zeitgeist

In der Psychotherapie liegen fachliche Entwicklungen und Zeitgeistphänomene immer dicht beieinander, auch wenn dies auch hier häufig erst im Rückblick sichtbar wird. Diese Koppelung macht gleichermaßen die Stärke und Schwäche, bzw. die Möglichkeiten und Grenzen von Psychotherapie aus. Dabei zeigen sich einige erstaunliche Parallelen in den Entwicklungen von Aufstellungsarbeit und psychotherapeutischem Mainstream, die ich nochmals benennen möchte.

1. Die Erwartung auf eine neurologische und biochemische Fundierung von Psychotherapie hat eine Entsprechung im Ordnungsdenken Hellingers. In beiden Fällen wird eine objektive Instanz außerhalb der menschlichen Ideenwelt angesiedelt, die es zu entdecken und deren Gesetze es anzuwenden gilt.
2. Wann immer sich Psychotherapie in dieser Art mit den „großen“ Fragen beschäftigt, und die Antworten „außerhalb“ sucht, sind das Tor bzw. die Fallgruben der Ideologie und Weltanschauung weit geöffnet, seien sie nun theologisch oder naturwissenschaftlich geprägt.
3. Die Aufklärungsfunktion von Psychotherapie rückt dabei zunehmend in den Hintergrund und wird ersetzt durch ein Expertentum, das mehr oder weniger klar begrenzten Aufträgen folgt.
4. In diesem Expertentum entwickeln sich neue Formen der Autorität, die von den Klienten gesucht werden. Zwar bleiben einzelne an diesen Autoritäten hängen, sie ist aber dennoch prinzipiell austauschbar, bleibt eine Autorität auf Zeit.
5. Je mehr Psychotherapie zu einer kulturellen Selbstverständlichkeit wird, um so mehr wird sie zu einer alltäglichen Dienstleistung, die denselben Mechanismen folgt, wie andere Dienstleistungen auch. Sie wird marktformiger.
6. Je mehr sich tradierte Lebensformen auflösen und die dazugehörigen Sinnwelten unsicher werden, umso mehr kommt Psychotherapie die Aufgabe zu, auf das entstehende Sinnvakuum

eine Antwort zu geben. In dem Maße, wie sie dies tut, überschreitet Psychotherapie ihre Zuständigkeiten und wird zu etwas anderem: zu einer Suche nach einer Kunst der Lebensführung, zu einer Heilslehre, zu einem Teil der Kulturindustrie, zu einer Selbstfunktionalisierung, zu einer neuen Form des Selbstverhältnisses also, von dem wir noch nicht wissen, inwieweit es Teil der Lösung oder Teil des Problems sein wird.

## Literaturverzeichnis

- Allert, Tilman (1998), Die Familie. Fallstudien zur Unverwüstlichkeit einer Lebensform, Berlin/New York.
- Arnold, Stephan; Joraschky, Peter; Cierpka, Astrid (1996), Die Skulpturverfahren, in: Manfred Cierpka (Hg.), Handbuch der Familiendiagnostik, Berlin, S. 339-365.
- Berger, Peter; Luckmann, Thomas (1980), Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit, Frankfurt, New York 1966.
- Boszormenyi-Nagy, Ivan; Spark, Geraldine M. (1981), Unsichtbare Bindungen. Die Dynamik familiärer Systeme, Stuttgart (New York 1973).
- Bourdieu, Pierre u.a. (1997), Verstehen, in: Das Elend der Welt. Zeugnisse und Diagnosen alltäglichen Leidens an der Gesellschaft, Konstanz, S. 779-822.
- Eckert, Jochen (1999), Zwischen Therapieschulen und Allgemeiner Psychotherapie: Verstellen neue „Säulen“ nicht den Blick in jede Richtung, in: Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik Jg. 35, H. 2, S. 145-155.
- Hildenbrand, Bruno (2002), Familienaufstellungen und die Struktur sozialisatorischer Interaktion, in: Praxis der Systemaufstellungen. Beiträge zu Lösungen in Familien und Organisationen, Jg. 3, H. 1, 2002, S. 24-28.
- Hildenbrand, Bruno (2005), Einführung in die Genogrammarbeit, Heidelberg.
- König, Oliver (2000), "Die zwei Welten". Psychotherapie zwischen Wissen und Glauben, Reflexion und Aktion, in: Familiendynamik, H. 4, S. 504-531. Wiederabgedruckt in: Ders., Gruppendynamik und die Professionalisierung psychosozialer Berufe, Heidelberg 2007, S. 123-159.
- König, Oliver (2007), Macht in Gruppen. Gruppendynamische Prozesse und Interventionen, 4. Auflage, München.
- König, Oliver (2004), Familienwelten. Theorie und Praxis von Familienaufstellungen, München.
- Roth, Gerhard (2003), Fühlen, Denken, Handeln. Wie das Gehirn unser Verhalten steuert, Frankfurt
- Satir, Virginia (1975), Selbstwert und Kommunikation. Familientherapie für Berater und zur Selbsthilfe, München, zit. n. der Ausgabe von 1993.
- Schweitzer, Jochen; Weber, Gunthard (1982), Beziehung als Methapher: Die Familienskulptur als diagnostische, therapeutische und Ausbildungstechnik, in: Familiendynamik H. 7, S. 113-128.
- Stierlin, Helm (1976), Das Tun des Einen ist das Tun des Anderen, Frankfurt.
- Stierlin, Helm (1989), Individuation und Familie, Frankfurt.
- Tschuschke, Volker (1993), Wirkfaktoren stationärer Gruppenpsychotherapie, Göttingen.
- Tschuschke, Volker (2001), Gruppenpsychotherapie – Entwicklungslinien, Diversifikation, Praxis und Möglichkeiten, in: Psychotherapie im Dialog, Themenheft Gruppentherapie, Jg. 2, H. 1, S. 3-15.
- Weber, Gunthard (1993), Zweierlei Glück. Die systemische Psychotherapie Bert Hellingers, Heidelberg.
- Yalom, Irvin D. (1992), Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie, München.