

Familienaufstellung mit Einzelklienten mit Hilfe von Figuren

Jakob Schneider

Die Familien- und Systemaufstellungen in Gruppen und die damit verbundene systemische Lösungsarbeit und phänomenologische Psychotherapie haben im psychosozialen Bereich eine derart grundlegende Bedeutung erlangt, daß sie auch in die verschiedenen Formen der Einzeltherapie hineinwirken.

Es gibt sehr viele Berater und Therapeuten, die in Kontexten arbeiten, die keine Aufstellungen in Gruppen ermöglichen. Manche trauen sich vielleicht auch die Arbeit mit Gruppen nicht zu. Und dennoch fühlen sie sich von dem Instrumentarium der Aufstellungen in Gruppen und dem sie tragenden Geist zutiefst angesprochen. Sie suchen nach Wegen, die Methode des Familienaufstellens in ihre Arbeit mit Einzelklienten oder Paaren (oder vielleicht auch Familien und kleinen Supervisionsgruppen) zu integrieren. Eine einfache und direkte Möglichkeit dafür ist die Aufstellung mit Figuren oder Gegenständen, die, auf einen Tisch oder im Raum gestellt oder gelegt, die Familienangehörigen oder die für das gestellte System wichtigen Personen repräsentieren.

Die Figuren

Ich gehe im Folgenden von meiner Erfahrung aus, die sich auf Figurenaufstellungen bezieht. Schon bald nach meinem ersten Erleben von Familienaufstellungen bei Bert Hellinger und meinen ersten Versuchen, damit in Gruppen zu arbeiten, griff ich zu den im Keller schlummernden Playmobilfiguren meines Sohnes und nahm sie in einer Plastiktüte überall mit hin, wo ich mich in der Beratungs- und psychotherapeutischen Arbeit auf keine Gruppe stützen konnte: in die Ehe- und Familienberatungsstelle, in die psychosomatische Klinik, zu kleinen Supervisionsgruppen und in die eigene Praxis.

Ich „mußte“ das irgendwie tun. Schon nach den ersten Erlebnissen mit Familienaufstellungen in Gruppen wußte ich, das ist „meine“ Methode und „meine“ Art, therapeutisch zu arbeiten, egal ob in Gruppen oder mit Einzelklienten. Daß ich für die Figurenaufstel-

lungen zu den Playmobilfiguren griff, geschah ohne große Überlegung. Sie waren einfach da, praktisch mitzunehmen, sie zeigten wenig Unterschiede, es gab nur Mann und Frau und verschiedene Farbkombinationen.

Gott sei Dank habe ich damals niemanden gefragt. So konnte ich ohne Bedenken und Einwände von außen einfach meine Erfahrungen mit den Figuren sammeln. Heute gibt es diese einfachen Playmobilfiguren – soweit ich weiß – nicht mehr zu kaufen. Es ist aber ziemlich unerheblich, welche Art von Figuren man wählt. (Es gibt z. B. ein sogenanntes Familienbrett mit Holzfiguren im Handel.)

Ein paar Kriterien für die Figurenwahl möchte ich aber nennen:

- Die Figuren müssen so sein, daß der Therapeut gut damit arbeiten kann. Man darf dabei nicht auf die Akzeptanz durch die Klienten schauen. Wenn die Methode und die Hilfsmittel für den Therapeuten stimmen, dann geht auch der Klient mit – fast immer.
- Die Figuren sollten möglichst wenig „Charakter“ haben und somit die Anschauung möglichst wenig festlegen und auch möglichst wenig ablenken zu Unwichtigem und Unwesentlichem hin. Sie zählen nicht für sich, sondern nur in ihrer räumlichen Projektion für die Angehörigen des gestellten Systems. (Zur räumlichen Projektion werde ich weiter unten noch etwas anmerken.)

Es erleichtert die Aufstellungsarbeit mit Figuren, wenn die Figuren ein paar einfache Unterscheidungen erlauben: Mann und Frau, die Blickrichtung und vielleicht noch Farben oder anderes, was eine Minimalunterscheidung zwischen den Personen erlaubt. Kleine Figuren für Kinder sind vielleicht schon ablenkend. Denn sie suggerieren unter Umständen, sich in der Aufstellung an der Kinderzeit zu orientieren, und erschweren das „Zeitlose“ der Aufstellungsarbeit.

Die Vorerfahrung mit Aufstellungen in der Gruppe

Noch eine Anmerkung möchte ich machen, bevor ich näher auf die Aufstellungsarbeit mit Figuren eingehe. Ich selbst arbeite in erster Linie mit Gruppen. Meine Arbeit mit den Figuren im Einzelsetting ist ganz an der Aufstellungsarbeit in Gruppen orientiert. Ich kann mir

die Figurenaufstellungen ohne die Erfahrung mit Gruppenaufstellungen nicht vorstellen. Ich denke deswegen, man braucht für gute Figurenaufstellungen die Erfahrung mit Gruppenaufstellungen, am besten auch mit einer persönlichen Familienaufstellung in einer Gruppe, die Beobachtungen von Systemaufstellungen in Gruppen oder einen Eindruck von ihnen über Videos, nicht unbedingt aber das eigene Arbeiten mit Aufstellungen in Gruppen. Ich kenne Therapeuten und Berater, die mit Figuren arbeiten, ohne je selbst Aufstellungen in Gruppen geleitet zu haben. Ich kenne niemanden, der mit Figuren arbeitet, ohne je eine Aufstellung in der Gruppe gesehen zu haben.

Ich möchte nun im Folgenden berichten, wann eine Figurenaufstellung angebracht ist, wie ich in Einzelsitzungen vorgehe, wenn ich eine Figurenaufstellung benütze, wie ich sie für den Klienten anleite, wie ich im einzelnen mit der Figurenaufstellung arbeite. Dann werde ich auf Risiken und Chancen der Figurenaufstellung eingehen und schließlich etwas sagen zu Figurenaufstellungen und „Seelenarbeit“ und dem Wert, den dabei das methodische Vorgehen hat.

Der therapeutische „Sitz“ von Figurenaufstellungen

Man kann die Lösungsprozesse, um die es in Beratung und Therapie geht, auf folgende Weise unterscheiden: Da sind zunächst die Probleme, die sich durch Verhaltensänderung, durch Lernen, durch Kreativität und durch Spiritualität lösen lassen, gewissermaßen durch eine Art von geistiger Aktivität, die von blockierendem Denken und Handeln löst.

Dann gibt es den Bereich des Traumatischen, die seelischen Verwundungen, die meist mit einer Unterbrechung der liebenden Hinbewegung zur Mutter, zum Vater, zu anderen lebenswichtigen Bezugspersonen und zum Leben überhaupt verbunden sind, und die sich meist in der frühen Kindheit ereignet haben. Sie lassen sich lösen durch in der Seele rückwirkend heilende Prozesse zwischen einer lebenswichtigen Bezugsperson und dem Kind.

Und schließlich gibt es den weiten Bereich von Bindung und Lösung in Beziehungen. Probleme ergeben sich durch die tiefe Einbindung in Schicksalsgemeinschaften, vor allem die der Familie und Sippe, und ihre Folgen, und Lösungen ergeben sich durch die Einsicht in die „Ordnungen der Liebe“.

Die Aufstellungsarbeit bezieht sich auf die seelischen Prozesse von Bindung und Lösung. Lösungen ergeben sich hier im Blick auf das ganze Beziehungssystem: daß jeder ebenbürtig dazugehören darf und den ihm gemäßen Platz einnehmen kann, daß jeder sein Schicksal selbst trägt, daß jeder verzichtet, in das Schicksal anderer einzugreifen, daß jeder vorbei sein läßt, was vorbei ist. Es geht um Leben und Tod, um Glück und Unglück, Gesundheit und Krankheit, um gelingende und scheiternde Beziehungen, um Dazugehören und Ausschluß, um Geben und Nehmen, um Ausgleich und Schuld, um persönliche Bestimmung und Stellvertretung.

Damit sind im wesentlichen auch die Kriterien angegeben, wann eine Familienaufstellung als hilfreiche Methode angezeigt ist: immer dann, wenn in der „Gruppenseele“ etwas in Ordnung, in Frieden, zu Ende kommen muß, wenn Verstrickungen eine Lösung behindern, wenn schwere Familienschicksale belasten.

Das Vorgehen in einer Beratungs- oder Therapiestunde mit Figurenaufstellung

Viele Therapeuten und Berater werden eine Familienaufstellung mit Figuren in ihre Art zu arbeiten und in ihr therapeutisches Grundverständnis integrieren. Ich selbst arbeite bei Fragen von Bindung und Lösung meist nur mit einer einzigen Sitzung, und die ganze Arbeit konzentriert sich auf die Figurenaufstellung. Hier gibt es aber sicher einen großen Verfahrensspielraum.

Folgende Elemente sind für das Vorgehen bei einer Figurenaufstellung wichtig: Wie bei einer Aufstellung in der Gruppe muß auch die Aufstellung in einer Einzelsitzung von einem ernsthaften Anliegen und der Kraft des Klienten getragen sein. Der Therapeut ist auf diese zur Lösung drängende Energie und das „seelische Gewicht“ der Frage des Klienten angewiesen, um helfen zu können. Deshalb ist die Frage nach dem Anliegen und nach dem, „was Gutes aus dem Gespräch herauskommen soll“, der Ausgangspunkt, dessen Klarheit und Kraft über den „Erfolg“ einer Familienaufstellung vorentscheidet. Der Therapeut und der Klient müssen gleich zu Anfang wissen, worauf sie ihre Energie richten. Es muß für beide etwas von der „Gruppenseele“ spürbar sein, die sie im Bemühen um eine gute Lösung trägt.

Nun ist das eigentliche Anliegen des Klienten und seine auf die Lösung wirkende Kraft häufig am Beginn einer Einzelstunde noch verdeckt. Es bedarf einer Hinführung zur Aufstellungsarbeit und den sie tragenden seelischen Prozessen. Diese Hinführung muß eher kurz sein, sofort wegführen von Nebensächlichem und Ablenkendem, die Aufmerksamkeit und Spannkraft auf die grundlegenden familiären Prozesse lenken und Vertrauen schaffen für die gemeinsame Arbeit. Meist gebe ich kurze Hinweise zu meiner Arbeitsweise, zu Verstrickungen in Familiensystemen und Krisen in Beziehungen und zu den Dingen, worauf ich schauen werde. Wenn ich schon eine Ahnung habe, wohin die „Reise“ geht, erzähle ich vielleicht auch gleich eine oder mehrere „passende“ Fallgeschichten. Gibt es noch kein Gefühl für eine Richtung der Arbeit, hilft manchmal eine offene und öffnende Mischung von kurzen Fallbeispielen und die Wahrnehmung der Reaktionen des Klienten darauf.

Die Grundlage für die lösenden Schritte mit Hilfe einer Aufstellung bilden die dafür relevanten Informationen: die wichtigsten Ereignisse in der Geschichte der Gegenwartsfamilie und/oder der Herkunftsfamilie und die Schicksale in der Familie und Sippe. Diese Informationen und die Art, wie der Klient sie mitteilt, führen oft schon zu einer tiefen Berührung durch das Beziehungssystem und einem ersten Aufblitzen der in ihr wirkenden Liebe, Verstrickung und Würde. Oder man spürt gleich, welche Informationen eher Kraft haben oder eher nicht und ob Wichtiges nicht erwähnt wird oder dem Klienten entscheidende Informationen fehlen.

Dieser Informationsprozeß ist ein dialogischer Prozeß. Er braucht den Kontakt von Klient und Therapeut mit der „Gruppenseele“. Er lebt vom Wesentlichen. Er dient von vornherein der Lösung. Er gelingt nur mit Achtung und Einverständnis im Blick auf die Ereignisse und Schicksale, um die es geht.

Im Zentrum der systembezogenen Arbeit stehen dann die Figurenaufstellung selbst, das Finden der oder besser das Sich-berührenlassen von der Dynamik des Beziehungssystems, die Veränderung der „Plätze“ der Figuren zu einem „Lösungsbild“ und das Aussprechen der gemäßen Bindungs- und Lösungssätze.

Die Anleitung zur Figurenaufstellung

Wenn Personen Familienaufstellungen in Gruppen schon einmal erlebt oder gesehen haben oder sie von Büchern oder Videos von Bert

Hellinger her kennen, brauchen sie für die Figurenaufstellung kaum eine Anleitung, und man kann sie gleich bitten, ihre Familienmitglieder mit den Figuren aufzustellen. Dennoch beziehe ich mich meist auch bei ihnen wie bei Personen, für die eine Familienaufstellung unbekannt ist, auf die Aufstellungsarbeit in Gruppen und erzähle kurz, wie eine Aufstellung in der Gruppe abläuft. Zumindest für mich erleichtert es die Arbeit, wenn ich mit Figuren wie in einer Aufstellung mit Stellvertretern arbeite.

Nach dieser Verbindung des Figurenaufstellens mit der Gruppenaufstellung lege ich mit dem Klienten fest, welche Personen für die Aufstellung wichtig oder zunächst wichtig sind, und lege die dafür nötigen Figuren auf das Tischchen. Dann bitte ich ihn, die Figuren zueinander in Beziehung zu stellen, wie es seinem inneren Bild entspricht, ohne Zeit, ohne Gründe, so, daß es gefühlsmäßig irgendwie stimmt, und ohne zu sprechen oder etwas zu erklären. Normalerweise stellen die Klienten dann problemlos auf.

Wenn Schwierigkeiten auftauchen, sind diese meist nicht anders als in der Gruppe. Es ist vielleicht nicht der rechte Zeitpunkt zum Stellen, die innere Bereitschaft fehlt, das Vertrauen in die Methode oder den Therapeuten fehlt, es steht eigentlich das Stellen eines anderen Beziehungssystems an, zum Beispiel des Herkunftssystems statt des Gegenwartssystems oder umgekehrt.

Hier zeigt sich freilich ein großer Nachteil der Einzeltherapie gegenüber der Gruppenarbeit. In der Gruppe kann ich zuerst mit Personen arbeiten, die bereit sind. Die Zurückhaltenden und Zweifelnden und Unentschiedenen können über die Prozesse bei den anderen und das Aufgestelltwerden in fremden Familiensystemen langsam in diese Arbeit hineinkommen und sich in ihrem inneren Prozeß mehr Zeit lassen. Fällt es jemandem schwer, die Figuren in Beziehung zueinander zu stellen, stelle manchmal ich für den Klienten, nach meinem Gefühl von den Informationen her, und bitte den Klienten, meine Aufstellung zu korrigieren. Manchmal muß man auch jemanden bitten, die Aufstellung noch mal zu überprüfen, wenn der Eindruck entsteht, es wurde vom Kopf her gestellt, oder die Aufstellung stimmt irgendwie nicht mit den Informationen überein, oder jemand hat alle Personen in einer Linie zu sich selbst hingestellt, wie er da am Tisch sitzt.

Letzteres kommt immer wieder vor, läßt sich aber leicht korrigieren, wenn man darauf hinweist, daß man ja selbst als Figur mit dabei

ist und daß die Aufstellung die Beziehung von jedem zu jedem in der Familie wiedergeben muß.

Die Arbeit mit der Figurenaufstellung

Die Figurenaufstellung dient dazu, daß die Verstrickung des Klienten innerhalb seines Familiensystems ans Licht kommt, daß Bindung und Lösung für ihn offenkundig werden, daß er den rechten Platz im Beziehungssystem einnehmen und von dort aus Vater und Mutter nehmen, achten und lieben kann, daß er mit Liebe gehen lassen kann, wen er ziehen lassen muß, und in das System und sein Herz hereinnimmt, wer ausgeschlossen war und dazugehört.

Die bindende und lösende Dynamik muß also über die Figurenaufstellung deutlich werden. Nun fehlen hier die Protagonisten mit ihren Gefühlen und Mitteilungen. Die Figuren fühlen nicht und sprechen nicht. Es ist nun Aufgabe des Therapeuten oder Beraters, sich über die Figurenkonstellation in das System einzufühlen und die Gefühle zum Ausdruck zu bringen, die die Familiendynamik wiedergeben.

Man kann natürlich auch den Klienten bitten, das selbst zu tun. Auch das ergibt manche Aha-Effekte. Meiner Erfahrung nach ist aber der Klient in den wesentlichen Dingen der Familiendynamik blind. Er bringt zwar ein unbewußtes Wissen mit, sonst könnte er nicht so stellen, wie er stellt, und auch der Therapeut könnte sich nicht einfühlen. Aber er bringt dieses Wissen auf verborgene Weise mit, und die Aufgabe des Therapeuten ist es, als Außenstehender sich der Gruppenseele des Klienten so zu öffnen, daß das Verborgene sich ihm zeigt und ausgesprochen werden kann.

Da ich das „Vorbild“ der Gruppenaufstellung von vornherein anspreche, beziehe ich mich auch in der Wiedergabe der Familiendynamik auf die Gruppe und spreche aus, wie man sich als fremde Person in der Rolle des jeweiligen Familienmitglieds auf dem gestellten Platz fühlt. Ich gebe also nicht wieder, wie sich die Familienmitglieder des Klienten auf den gestellten Plätzen fühlen, sondern was Stellvertreter vermutlich fühlen. Ich treffe diese Unterscheidung, weil sie dem Klienten etwas Distanz zu dem vordergründigen Erleben seiner Familienmitglieder gibt, weil sie mich und den Klienten in der Wahrnehmung und in der Annahme des Gesehenen freier läßt und weil sie mir leichter die Möglichkeit gibt, Äußerungen zu korri-

gieren und Widerstände zu umgehen. Trifft und berührt das, was ich zu der Familiendynamik und den Gefühlen der Rollenträger sage, ist der Klient ohnehin wie in einem mehr oder weniger tiefen Tranceprozeß bei seiner Familie.

Während ich spreche, nehme ich die Reaktionen des Klienten wahr. Manchmal frage ich auch zurück, ob mein Empfinden stimmig ist und Sinn macht. Gelingt es mir, mich richtig in das gestellte System und seine Dynamik einzufühlen, habe ich den Klienten „gewonnen“, und es steht der Arbeit auf eine gute Lösung hin meist nichts mehr im Wege. Nicht selten sagt dann der Klient erstaunt: „Woher wissen Sie das?“

Im nächsten Schritt arbeite ich mit den Figuren weiter wie in einer Gruppenaufstellung. Ich verändere die Stellung der Figuren, gebe die veränderte Dynamik und die veränderten Gefühle wieder, bis ans Licht kommt, was ans Licht möchte, und bis hin zur Lösungsaufstellung. Bin ich mir sicher durch meine eigene Berührung und die des Klienten, bleibe ich einfach bei dem, was sich mir zeigt, und gebe es wieder. Bin ich mir nicht sicher, unterbreche ich immer wieder diesen Prozeß. Ich frage zurück, was der Klient fühlt, wenn er die Bewegung der Figuren für sich und die Familienmitglieder mitvollzieht, frage nach weiteren Informationen oder probiere andere Stellungen der Figuren aus, welche vielleicht stimmiger sind, bis sich die Dynamik und die Lösung klar genug zeigen.

Ich bitte den Klienten, daß er sich in den Lösungsplatz einfühlt, und frage ihn, wie es ihm dabei geht. Ich achte darauf, ob dieser Platz ihn erleichtert und sich in ihm lösend oder heilsam oder wohltuend widerspiegelt. Manchmal beende ich dann die Arbeit mit der Figurenaufstellung.

Häufig, vor allem wenn es noch Probleme gibt, den neuen Platz im System einzunehmen, oder die Lösung noch nicht „greift“, oder es zu ihrer Vertiefung und Ergänzung nötig erscheint, gebe ich dann die Sätze wieder, die ich den Klienten in einer Gruppenaufstellung sagen lassen würde, wenn er statt des Stellvertreters selbst in sein System hineingestellt wird, oder die ich die Stellvertreter zum Klienten hin sprechen lassen würde.

Häufig ist das der wichtigste Teil im Prozeß der Figurenaufstellung (wie auch bei einer Aufstellung in der Gruppe): die Berührung durch die Sätze, in denen die Bindung ans Licht kommt, und die Erleichterung und „Erlösung“ in den Sätzen der Kraft. Häufig bitte

ich auch den Klienten, die entsprechenden Sätze innerlich oder auch laut zu sprechen oder im inneren Bild oder manchmal auch direkt die Gesten, zum Beispiel eine Verneigung, zu vollziehen.

Treffe ich in meiner Einfühlung die Dynamik des Systems nicht, bekomme ich kein Gefühl für die in den Figuren gestellten Familienangehörigen und die Dynamik des Systems, oder bleibt der Klient völlig unbetroffen von meinen „Bildern“ in bezug auf sein Beziehungssystem, dann unterbreche ich den Prozeß der Figurenaufstellung, sammle weitere Informationen, erzähle Geschichten oder breche auch ab.

Risiken und Chancen der Figurenaufstellung

Die Gefahren der Figurenaufstellung und die Fehler, die man mit ihr machen kann, sind zunächst die gleichen wie bei einer Aufstellung in der Gruppe:

- daß man ohne wirkliche Bereitschaft und Kraft des Klienten arbeitet;
- daß man sich von einer Schematik leiten läßt, die das jeweils andere und Neue einer Aufstellung nicht in den Blick kommen läßt;
- daß man mit zuviel Informationen arbeitet oder die entscheidende Information nicht hat;
- daß man sich von visuellen Mustern und von Assoziationen leiten läßt und so nicht in Einklang mit der Seele kommt.

Das entscheidende Manko gegenüber einer Aufstellung in der Gruppe besteht darin, daß für den Therapeuten oft erst über die manchmal sehr überraschenden Aussagen der Protagonisten die Systemdynamik einfühlbar wird. Vor allem bei schwierigen Fällen, unerwarteter und „neuer“ Dynamik fällt das ins Gleichgewicht. Will zum Beispiel einer im System stellvertretend für einen anderen gehen, wird das oft nicht gleich über die Konstellation deutlich, und erst die Aussagen der Protagonisten geben vielleicht darauf einen Hinweis. Hat der Therapeut eine entsprechende Vermutung, kann sie in der Gruppe leichter überprüft werden, zumal die Energie und Beteiligung der die Aufstellung verfolgenden Gruppenmitglieder oft einen ganz wichtigen Hinweis auf die Stimmigkeit solcher Vermutungen bieten.

Diese Schwierigkeit der Figurenaufstellung gegenüber der Aufstellung in der Gruppe ist aber nicht fundamental. Die Dynamik in der Gruppenseele eines Klienten öffnet sich ja auch in der Gruppe nicht von den Rollenträgern, sondern von der Seele des Klienten her. Und auch in der Einzelsitzung gibt es das Erlebnis der „Kraft“, die spürbar wird, wenn eine Vermutung etwas Wirkliches ans Licht bringt.

Letztes Kriterium bleibt die „Stimmigkeit“ und die Berührung von Therapeut und Klient, die auch bei der Figurenaufstellung oft erstaunlich ist. Der Therapeut sieht die Lösung, wenn sie aufscheint, in der unmittelbaren Wahrnehmung des Klienten. Wahrnehmung bedeutet das Nehmen dessen, was sich aus dem Verborgenen heraus offenkundig macht. Der altgriechische Wortsinn von Wahrheit heißt „Unverborgenheit“. Was löst, kommt meist unerwartet und berührt, es kommt eher leise und dient dem Handeln und dem Frieden. Es würdigt alle und kommt allen im System zugute.

Die Figurenaufstellung bietet auch eine Chance gegenüber der Gruppenaufstellung, und zwar immer dann, wenn der Berater oder Therapeut sich den Gruppenprozessen nicht gewachsen fühlt. Und ohne klaren Blick, genaue Wahrnehmung und bestimmtes Führen des Therapeuten kann die Aufstellung in der Gruppe auch eine Eigendynamik bekommen, die dem System des Klienten dann nicht mehr gerecht wird. Auch die Gefahr, daß Stellvertreter zu sehr ihre eigene Problematik einbringen, wird mit der Figurenaufstellung vermieden, freilich um den Preis, daß Vorurteil und „Blindheit“ des Therapeuten weniger Korrektur erhalten und der Therapeut dem manchmal beträchtlichen „Sog“ des Klienten im Einzelsetting stärker ausgesetzt ist.

Figurenarbeit und Seelenarbeit

In Gruppenaufstellungen „schwingen“ die gestellten Personen mit der Seele des aufgestellten Systems mit. Das können Figuren nicht. Sie bleiben Dinge, etwas Vorgestellt-Bildhaftes. (Figuren muß man nicht bitten, aus der Rolle wieder herauszugehen).

Nun kann man sich auf die Figurenaufstellung als Bilderarbeit beschränken. So war das bei mir die ersten Jahre. Die Figurenarbeit bildete dann eine visuelle Brücke, eine Anschaulichkeit für das, worüber geredet wurde, eine viele indirekte Suggestionen ermöglichende Methode. Und das ist oft schon sehr hilfreich. Aber die

Figurenaufstellung kann mehr leisten. Es ist erstaunlich, wie schnell sie für die Seele einen Raum herstellt, in dem die Gruppenseele „schwingt“, so daß Klient und Therapeut mitschwingen können. Aufstellungsarbeit ist ja keine bloße Bilderarbeit; sie wirkt so berührend und bewegend, weil sie Bildern „Raum“ gibt. „Raumbilder“ unterscheiden sich von „flachen Bildern“ nicht nur darin, daß sie für Beziehungen die richtige Dimension herstellen, sondern vor allem darin, daß aus ihnen etwas – schwer zu Beschreibendes – „aufsteigen“ kann, was sich dem bloßen Betrachten entzieht. Was sie herstellen, ist vielleicht so etwas wie ein „Schwingungsfeld“.

Und so kommen in der Figurenaufstellung nicht in, aber über die Figuren, Klient und Therapeut in ein Einschwingen mit der Gruppenseele und ihrer Dynamik. Gleichzeitig erleichtert die Figurenaufstellung einen therapeutischen Prozeß, der „außen“ abläuft und hinausführt aus der „Innerlichkeit“ von Gedanken und Vorstellungen. Sie ist näher an der Wirklichkeit als das bloße „Sprechen über“.

Die überraschend tiefe Berührung auch in der Arbeit mit Figuren ergibt sich freilich nicht nur über die Aufstellung. Das „Schwingende“ ist verbunden mit dem Wort: mit Worten, die etwas stimmig wiedergeben, mit Worten, die Klarheit schaffen, mit Worten der Bindung und Worten der Lösung, mit Worten der Liebe und der Kraft. Und die tiefe Berührung ergibt sich in Gesten, dem körperlichen Ausdruck der Bewegung in der Seele.

Figurenarbeit wirkt in der Tiefe nur, wenn sie sich über das Bildhafte hinaus auf „Beziehungsfelder“ und deren Kräfte einläßt und sich lösenden und heilsamen Dialogen und Gesten öffnet.

Vom Wert der Figurenaufstellung als Methode

Wer Verständnis hat für die tiefgreifenden Prozesse in Familiensystemen und in der Seele, der kann im Grunde auch ohne Aufstellung, sei es in der Gruppe oder mit Figuren, auf Lösung hin arbeiten, allein vom Wissen um die wesentlichen Ereignisse und Schicksale her, im tiefen Mitschwingen mit der Seele dessen, der Hilfe sucht, und im Suchen von „Einsicht“. (Einsicht ist eigentlich ein das Bewußtsein klärender Tranceprozeß.)

Normalerweise erleichtert aber eine Methode sowohl dem Therapeuten, als auch dem Klienten die Wahrnehmung dessen, was wesentlich und wichtig ist. Sie bündelt Informationen, strukturiert

das Vorgehen und konzentriert die Aufmerksamkeit. Über die Methode der Aufstellung können sich Klient und Therapeut leichter als auf einem gemeinsamen Weg befindlich erfahren, auf dem sie sich dem öffnen, was sich aus der Verborgenheit heraus zeigen möchte. Sie wirken zusammen, am „Ort“ der Seele des Klienten, und nur so lange, wie es für die Lösung nötig ist. Mit dem Erlebnis der Figurenaufstellung und über das Lösungsbild nimmt der Klient etwas „nach Hause“ mit, das weiter in seiner Seele wirkt und oft erst mit der Zeit seine eigentliche Wirkung entfaltet.

Vielleicht ist es wie bei einem Theaterstück. Es kann mich schon beim Lesen fesseln. Und doch ist die Aufführung im Theater meist die tiefere und eindrücklichere Erfahrung, solange sie dem Wesentlichen des Stückes und der Wirklichkeit und der Läuterung des Zuschauers dient und „stimmig“ gespielt wird.

Dieser Artikel ist erschienen in:

Weber, Gunthard (Hrsg.) (2000): Praxis des Familien-Stellens. Beiträge zu systemischen Lösungen nach Bert Hellinger. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme), 3., überarb. Aufl. 2000: S. 182–193.