

SICH VON DER LÖSUNG FINDEN LASSEN

Vom Charme Systemischer Strukturaufstellungen

ECKARD UND ELVIRA NASS

Mit Systemischen Strukturaufstellungen können wir wichtige Voraussetzungen zur Findung von Lösungen schaffen: Durch die Methode der Wunderfrage können wir von der Problemebene auf die Lösungsebene kommen. Die verschiedenen Formen der Systemischen Strukturaufstellungen, wie die Zielannäherungsaufstellung bzw. Problemaufstellung, die Aufstellung des ausgeblendeten Themas, die Glaubenspolaritätenaufstellung und die Tetralemmaaufstellung helfen uns, auf dem Weg zur Lösung unsere mentalen Begrenzungen zu überwinden. Wir bekommen praktische Hilfen, versteckte Ressourcen in den Hindernissen zugänglich zu machen und unsere natürlichen Kraftquellen zu nutzen.

Schlüsselwörter: kreatives Querdenken, Lösungsorientierte Systemaufstellungen, Systemische Strukturaufstellungen, lösungsfokussierte Ansätze, Wunderfrage, Tetralemma-Aufstellung, Zielannäherungsaufstellung, Problemaufstellung, Aufstellung des ausgeblendeten Themas, Glaubenspolaritäten-Aufstellung, Integration von konstruktivistischem und phänomenologischem Ansatz.

Systemische Strukturaufstellungen sind einfache und zugleich komplexe Wege zur Lösungsfindung. Wir möchten dem Leser anhand der Auswahl einiger dieser Methoden aufzeigen, wie Sie sich durch kreatives Querdenken von der Lösung finden lassen können. Die Anwendung der Systemischen Strukturaufstellungen erschließt sich in Aufstellungsworkshops (s. unten) und durch das Studium der aufgeführten Literatur. Die Systemischen Strukturaufstellungen wurden von Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer ausgehend von den Erfahrungen des Familien-Stellens und den von Bert Hellinger vermittelten Einsichten über Ordnungen und Dynamiken in Systemen entwickelt. Die prozessbezogene lösungsfokussierte Arbeitsweise geht zurück auf die „solution focused therapie“ von Steve de Shazer und Insoo Kim Berg. Weitere Wurzeln der Systemischen Strukturaufstellungen liegen in der Familientherapie Virginia Satirs, der Hypnotherapie Milton Ericksons, den konstruktivistischen Ansätzen der Heidelberger Schule (H. Stierlin, G. Weber, G. Schmidt) und der Philosophie Ludwig Wittgensteins. Sparrer und Varga von Kibéd betrachten die Systemischen Strukturaufstellungen als eine transverbale Sprache mit einer Syntax und einer Grammatik und einer Bedeutungslehre (Sparrer 2006 S. 93 f.) Wir stützen uns in unserem Artikel vor allem auf das grundlegende Werk von Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd: Ganz im Gegenteil. Tetralemmaarbeit und andere Grundformen Systemischer Strukturaufstellungen – für Querdenker und solche, die es werden wollen. (Sparrer / Varga von Kibéd 2000) Dieses Buch diente uns als Grundlage für unsere Weiterbildung in der Arbeit mit Systemischen Strukturaufstellungen. Die darüber hinaus aufgeführte Literatur ist vor allem als weiterführende Literatur zu verstehen.

Die Lösung liegt auf einer anderen Ebene

Ludwig Wittgenstein schrieb 1984 (Wittgenstein 1984): „Die Tatsachen gehören alle nur zur Aufgabe, nicht zur Lösung.“ Wittgenstein weist darauf hin, dass Problem und Lösung von ganz unterschiedlicher Beschaffenheit sind. Zu einem Problem gehören Fakten und Tatsachen, die eine einengende Problemhypnose bedingen können. Der Problemblick führt

dazu, dass sich in einer Rückkopplungsschleife ein Tunnelblick ausbildet, aus dem heraus nur Problem erhaltende Notlösungen gefunden werden.

Wer im Krieg (traumatischer Erlebnisse) aufgewachsen ist, kann nicht glauben dass er sich irgendwann in einer Welt des Frieden befindet und läuft den Rest seines Lebens in mentalen Schützengräben. Er kapselt sich zum Selbstschutz ein, baut Mauern des Misstrauens um sich und nimmt jedes aggressive Verhalten als Bestätigung für sein Kriegsbild. Aus dieser Problemsicht der Einsamkeit und der emotionalen Deprivation versucht der Mensch sich mit Not- Lösungen zu behelfen. Er vermeidet Nähe, taucht in Konflikten weg, überfordert sich selbst, um Zuwendungen zu erhalten, verteidigt sich gegen vermeintliche Angriffe oder versucht seine Mangelgefühle durch Suchtmittel wegzudrücken. All das sind Not-Lösungen, also Lösungen, die eine kurzfristige Entlastung schaffen aber langfristig das Problemerleben und damit die Not fortführen und verstärken. Der Mensch bewegt sich in einem Hamsterrad Problem erhaltender Verhaltensmuster nach dem Motto: Mehr desselben. Um den Übergang von einer „Kriegswelt“ zu einer „Friedenswelt“ zu erleben, braucht der Mensch die für ihn überzeugenden Beweis-Erlebnisse von Sicherheit und Unterstützung. Er muss erleben, dass er sich aus der Deckung herausbewegen kann und dabei Nähe und Zuwendungen statt Angriffe und Vernichtung erfährt. Er muss erleben, dass er in seiner Individualität gesehen, ernst genommen und positiv beantwortet wird.

Eine Not-Lösung hält also die Not aufrecht und schränkt durch die Problemwucherung die Wahlmöglichkeiten der Person zunehmend ein. Eine echte Lösung verhilft zu einem Lösungserleben im Sinne einer Friedenswelt mit deutlich besserem Zugang zu den Ressourcen und erweiterten Wahlmöglichkeiten. Bildlich gesprochen liegen Problem und Lösung auf verschiedenen logischen Ebenen (S. Abb. 1): Der Betrachter (Fokus) schaut auf den Probleberg und strampelt sich im Hamsterrad der Notlösung ab. Das Ziel, die echte Lösung wird er auf diese Weise nicht erreichen, da er in alle Lösungsversuche die Vorannahmen der „Kriegswelt“ mit hinein nimmt. „Die Form der Suche ist häufig das Haupthindernis bei der Suche.“ (Sparrer / Varga von Kibéd 2000 S. 152)

Lösungsebene:
„Friedenswelt“

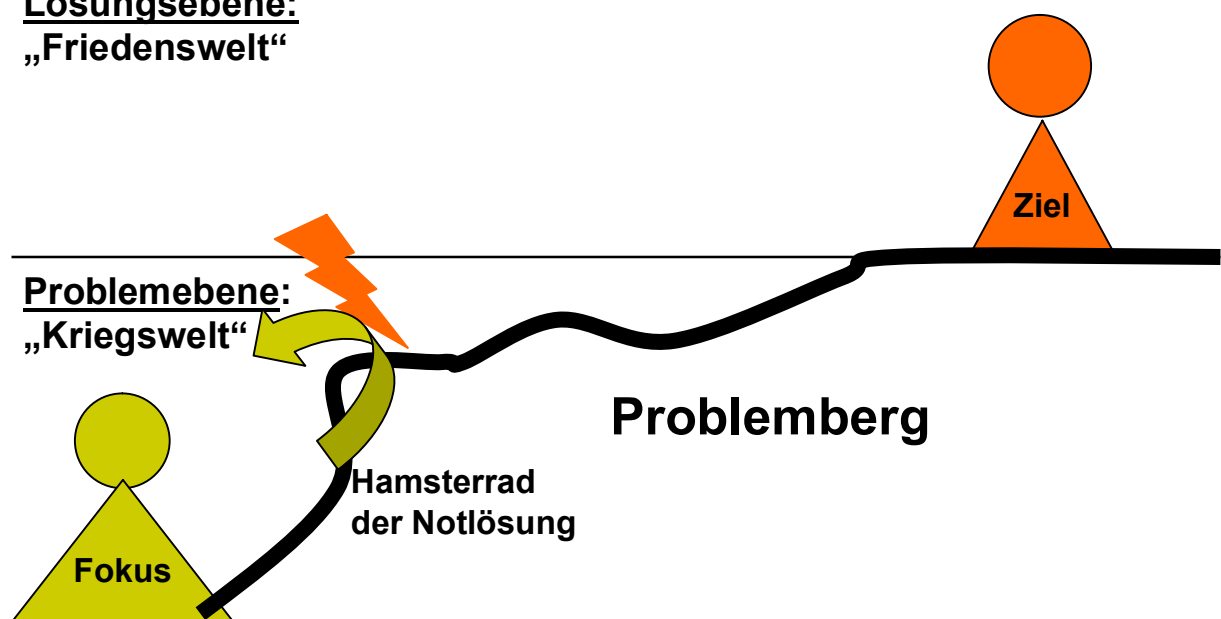


Abbildung 1: Lösungs- und Problemebene

Eine Spiegelung unserer problem-erhaltenden Muster erhalten wir besonders anschaulich durch die Geschichten von Mullah Nasreddin, dem türkischen Eulenspiegel (zitiert nach Sparrer, Varga von Kibéd 2000, S.40 f.):

Suche nach dem Schlüssel

Nasreddin hatte beim abendlichen Heimweg seinen Hausschlüssel verloren. Er suchte und suchte und konnte ihn einfach nicht finden. Seine ausführliche Suche erregte die Aufmerksamkeit seiner Nachbarn, von denen einige sich zu ihm gesellten, um ihm bei der Suche beizustehen. Doch auch ihre Bemühungen waren vergeblich, bis einer von ihnen Nasreddin fragte, wo ungefähr er glaube, den Schlüssel verloren zu haben. „Ach das war dort drüben!“ sagte der Mullah mit verblüffender Sicherheit und wies auf einen dunklen Winkel nahe dem Haus. „Und warum suchen wir dann hier?“ fragten erbost die Nachbarn. „Weil es hier hell ist“, erwiderte Nasreddin.

Die Notlösungen beinhalten eine erfolglose aber bequeme Suche in bekannter Umgebung, eben dort wo es „heller“ ist.

Zu einer echten Lösung kommen wir erst, wenn wir es schaffen, uns mental auf die Lösungsebene der „Friedenswelt“ zu begeben (s. Abb.2), indem wir uns die Frage stellen, wie unser Erleben und Verhalten aussehen würde, wenn wir unser Ziel bereits erreicht haben und von dort aus zu unserer Problemwelt zurückschauen (Fokus 2). Es ist gleichsam ein Rückblick aus der Zukunft.

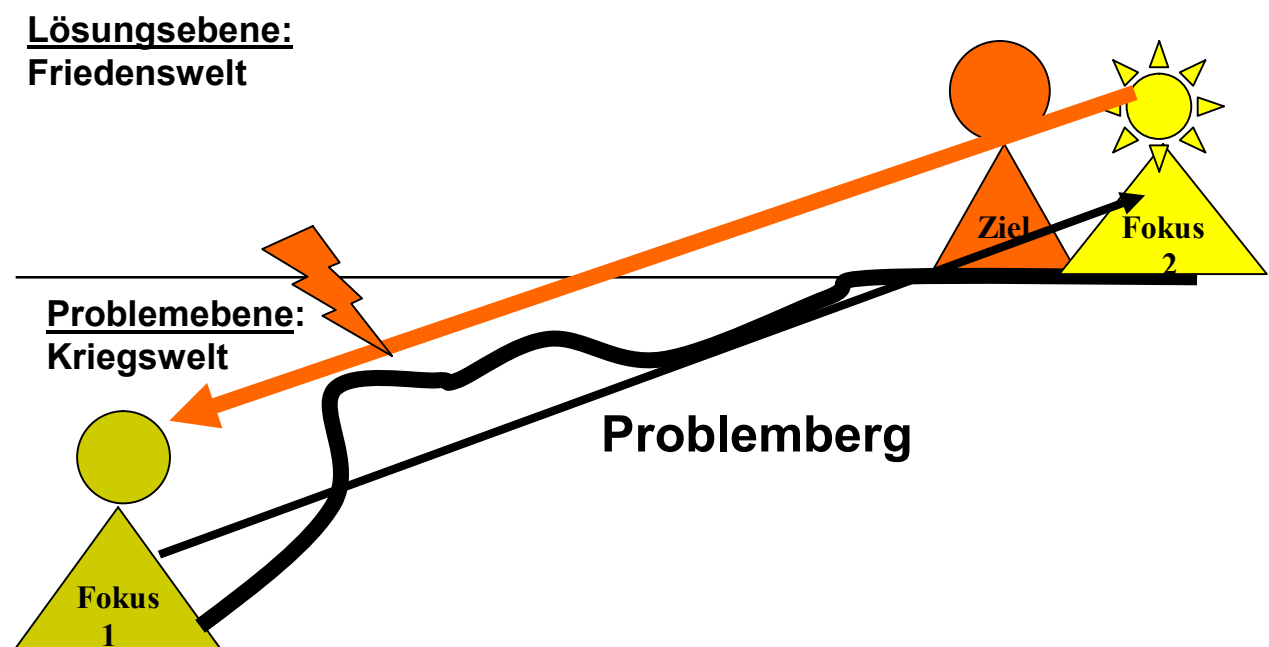


Abbildung 2: Wunderfrage

Die Wunderfrage

Die Methode der Wunderfrage, ein Kernstück der „solution focused therapie“ nach Steve de Shazer, beinhaltet eine hypnotherapeutische Trance-Induktion in die Perspektive der Zielerreichung (Sparrer 2001, S. 56 f.):

Wir laden Sie ein zu einer kleinen Fantasieübung zur Wunderfrage:

Bitte nehmen sie sich einen kleinen Augenblick Zeit und entspannen Sie sich, um ganz bei sich zu sein....

- Vielleicht gibt es in Ihrem Leben ein Problem - etwas, was Sie in Ihrem Leben gern ändern möchten, was Ihnen bisher noch nicht gelungen ist
- Was gehört alles zu diesem „Problem“?
- Schaffen Sie sich einen kurzen Überblick
- Wir kommen gleich darauf zurück
- nach der Lektüre dieses Aufsatzes werden Sie heute sicher noch verschiedene Dinge unternehmen
- vielleicht etwas essen
- und irgendwann heute Abend müde zu Bett gehen und einschlafen
- und angenommen, während Sie schlafen geschieht ein Wunder
- und Ihr Problem ist gelöst – die gewünschte Veränderung ist über Nacht eingetreten –während sie tief geschlafen haben
- und das wäre ja wirklich ein Wunder
- und da sie fest geschlafen haben, wissen Sie noch nicht, dass dies Wunder geschehen ist,
- Und wenn sie dann morgen früh aufwachen – und den Tag beginnen
- Woran würden sie erkennen, dass dieses Wunder passiert ist, dass die gewünschte Veränderung über Nacht geschehen ist?
- Was ist dann gegeben?
- Nehmen Sie sich Zeit, die Bilder dazu in Ruhe anzuschauen
- Und wann bemerkt Ihre Umgebung die Veränderung?
- Wer bemerkt es zuerst?
- Und wie fühlen Sie sich nach der Veränderung?
- Was würde sich durch die Veränderung auch noch ändern?
- Vielleicht gibt es eine Überschrift, einen Satz oder ein Bild dazu:
- Nehmen Sie das alles auf, was für Sie neu und wichtig ist
- Und stellen Sie sich nun darauf ein, die Fantasieübung abzuschließen
- Kommen Sie hier in den Raum zurück, indem Sie sich recken und strecken, um wieder hellwach und frisch zu sein

Vielleicht haben Sie ein paar neue Erkenntnisse über die Lösungsmöglichkeiten für ihr Problem. Wenn es sich um ein sehr komplexes Thema handelt, empfiehlt es sich, sich dabei von einem Begleiter anleiten zu lassen.

Den Weg der Überwindung des Problembergs hin zum Punkt der Zielerreichung können wir auch mit einer Zielannäherungsaufstellung gehen.

Die Zielannäherungsaufstellung

Die Zielannäherungsaufstellung auch Problemaufstellung genannt, ermöglicht es dem Aufstellenden, auf direkte Weise mit seinem Ziel, seinen Hindernissen und ungenutzten Ressourcen in Beziehung zu treten (Sparrer / Varga von Kibéd S. 39 f.).

Es ist die schönste Weise, sich von seinem Ziel anlachen und ermuntern zu lassen. Wir sprechen hier von einer Aufstellung mit Stellvertretern. Es gibt stets auch die Möglichkeit, die Perspektiven mit Karten oder Figuren im Raum zu legen und sich entsprechend einzufühlen, um Zugang zu den Informationen zu bekommen.

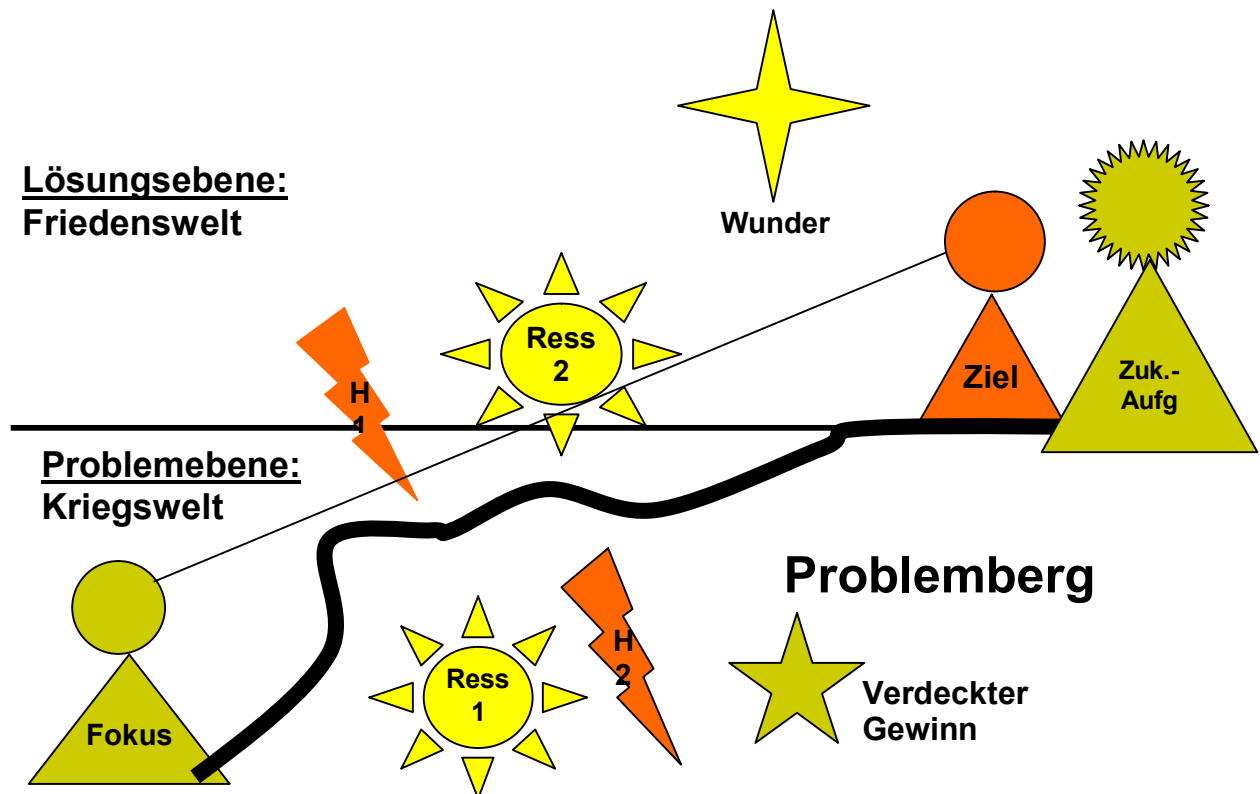


Abbildung 3: Zielannäherungsaufstellung

Die Stellvertreter in einer Zielannäherungsaufstellung (s. Abb. 3) werden für die Perspektiven des Fokus (des aufstellenden Betrachters), des Ziels, der (1-3) Hindernisse (H1, H 2) und der (1-3) ungenutzten Ressourcen (Ress. 1, Ress. 2), des verdeckten Gewinns und der zukünftigen Aufgabe ausgewählt und intuitiv im Raum mit Blickrichtung und passendem Abstand zueinander in Beziehung gestellt.

Bei verfestigten Problemstrukturen wird das Wunder als freies Element als Joker dazu gestellt. Das Wunder kann den Leiter der Aufstellung aktiv unterstützen und manchmal auch Umstellungen vornehmen oder Hinweise geben, was noch fehlt. Der „verdeckte Gewinn“ macht deutlich, wofür es gut war, dass das Problem bisher noch nicht gelöst wurde. Die künftige Aufgabe weist darauf hin, dass nach dem Erreichen des Ziels neue Aufgaben folgen. Manchmal ist es gut, sich etwas Zeit zu lassen, um nicht zu schnell in eine weiterführende Problemdynamik zu geraten. Für manchen Künstler war es gut, nicht zu schnell berühmt zu werden weil er so genügend Zeit hatte zu reifen, bevor er der Öffentlichkeit und ihren Begehrlichkeiten ausgesetzt war. Mit dem Benennen: „Du bist mein Ziel“, „ Du bist...“ bekommen die Stellvertreter Zugang zu der Energie und den Informationen der jeweiligen Perspektive. Sie können aufgrund ihrer repräsentativen Wahrnehmung von Körperempfindungen und Beziehungsgefühlen Auskunft über hilfreiche oder störende Veränderungen geben. Für den Aufstellenden sind die Informationen der Stellvertreter in der Regel hilfreich und geben wertvolle Hinweise für die Zielannäherung. Dabei entwickeln sich die Hindernisse oft zu Ressourcen und erscheinen als Schutzwälle

oder wichtige Steuergrößen für den Lösungsprozess. Anders gesprochen: Hindernisse sind Knospen, die als Ressourcen aufblühen. (a. a. O. S.153)

Die Zielannäherungsaufstellung durchläuft wie alle Systemischen Strukturaufstellungen verschiedene Phasen. Es beginnt mit dem Auswählen und Aufstellen der Stellvertreter, dem Abfragen der Wahrnehmungen der Stellvertreter und dem Umstellen nach Impulsen der Stellvertreter (Stellungsarbeit). In der weiteren Aufstellung werden Hypothesen durch Tests durch Umstellungen oder Hinzustellungen weiterer Stellvertreter für wichtige Einflussgrößen überprüft. In der Prozessarbeit werden lösende oder Ressourcen fördernde Sätze angeboten, um einengende Glaubenssätze zu überwinden und überholte Haltungen nach ihrer Würdigung zu verabschieden. Dabei gilt die Erfahrung: „Frühere Haltungen können dann leichter verabschiedet werden, wenn sie als geehrte Gäste gehen dürfen“ (a. a. O. S. 127) Von der Lösung aus betrachtet bekommen viele belastende Ereignisse der Kindheit eine neue Bedeutung. Durch den Erfolg erscheinen sie in ihrer vorbereitenden oder verdichtenden Funktion in der Biografie einer Person. Es ist in diesem Sinn nie zu spät, eine gute Kindheit zu haben. Die Vergangenheit steht nicht fest. Was sie für uns bedeutet, hängt davon ab, wie wir mit der Bewertung vergangenen Verhaltens umgehen (a. a. O. S. 81). Wir erleben durch die Zielannäherungs- oder Problemaufstellung die Beziehung zwischen Ziel, Problem, Hindernissen und Ressourcen: Ohne Ziel gibt es kein Problem. Kein Problem ohne Hindernis. Kein Hindernis, das nicht schon eine verdeckte Ressource darstellte. ...Etwas als Problem in Erwägung zu ziehen heißt, dass wir schon akzeptiert haben, dass noch nicht alle Ressourcen ausgeschöpft sind (a. a. O. S 49 f).

Die Glaubenspolaritäten-Aufstellung

Die Glaubenspolaritäten-Aufstellung haben Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer ausgehend von der Einteilung verschiedener Yoga-Wege durch Frithjof Schuon entwickelt. (Sparrer / Varga von Kibéd 2000 S. 75 f.).

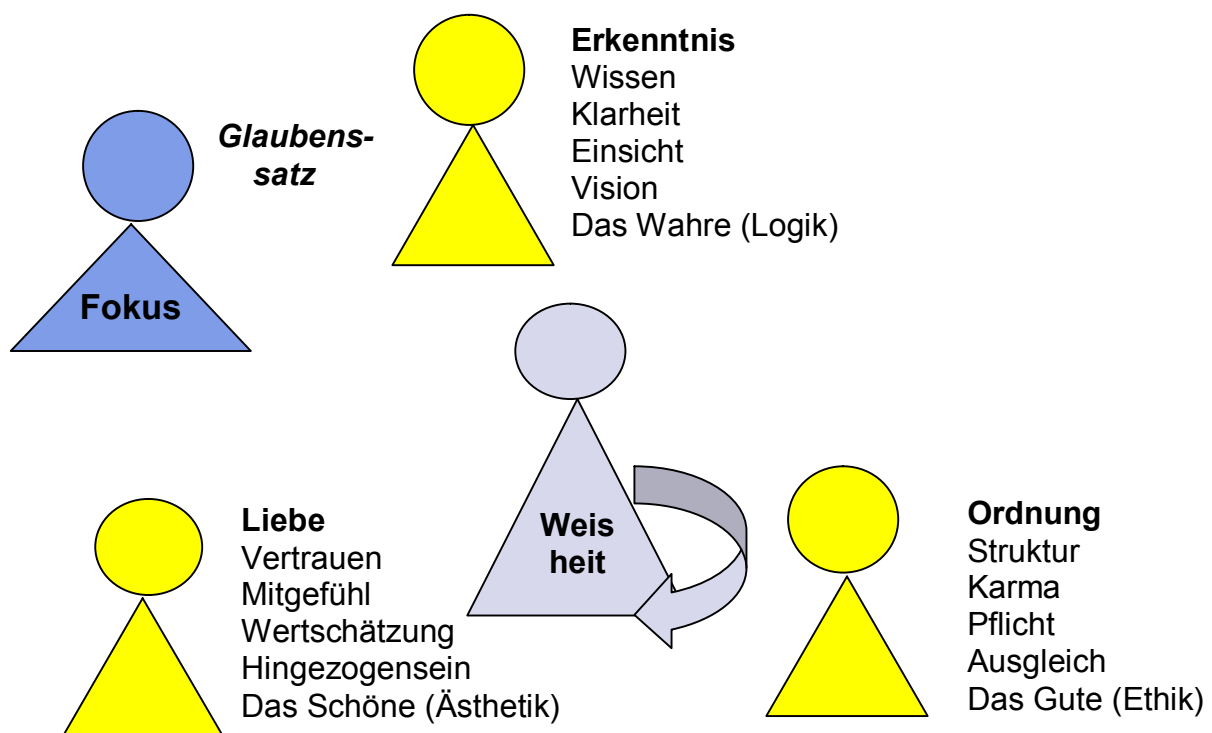


Abbildung 4: Glaubenspolaritätenaufstellung

Die drei Entfaltungswege menschlicher Entwicklung, die Erkenntnis, die Liebe und die Ordnung werden als Kraftquellen aufgestellt, um ausgehend von ihnen, einengende Glaubenssätze und Überzeugungen zu überprüfen und zu modifizieren. Der Aufstellende teilt seinem Stellvertreter (Fokus) seinen Glaubenssatz mit und stellt ihn in Beziehung zu den im gleichschenkligen Dreieck oder in frei gewählter Anordnung stehenden Stellvertretern der Glaubenspolaritäten: Erkenntnis, Liebe und Ordnung.

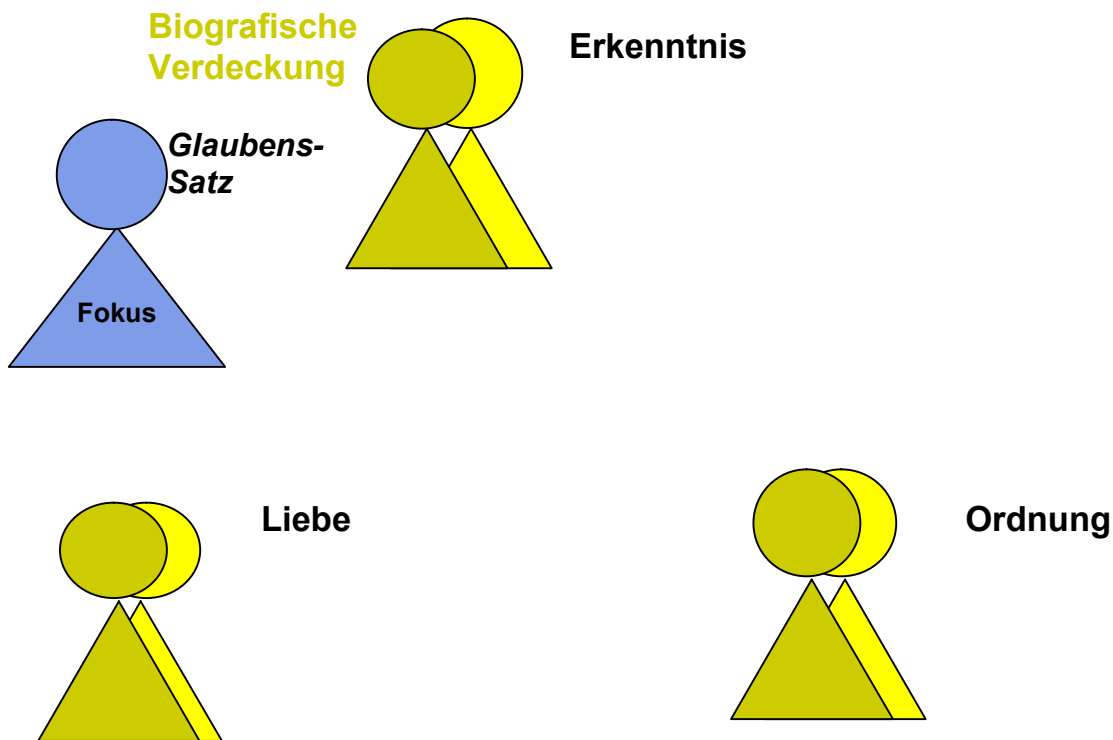


Abbildung 5: Biografische Verdeckung

Oft sind die Glaubenspolaritäten durch Biografische Aspekte verdeckt. Das heißt, dass einengende Erfahrungen aus der Biografie des Aufstellenden den Zugang zu den reinen Quellen menschlicher Entwicklung verschüttet haben. Die biografischen Aspekte können abgelöst und herausgezogen werden, um die drei Kraftquellen Erkenntnis, Liebe und Ordnung zugänglich zu machen.

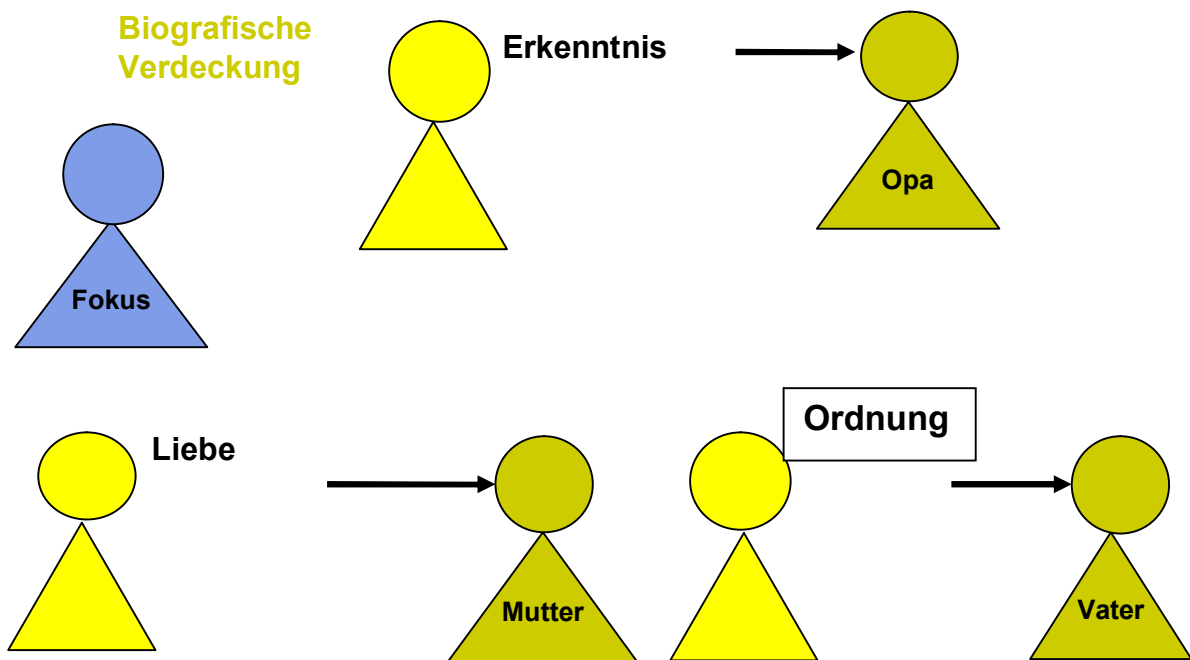


Abbildung 6: Entschlüsselung der biografischen Verdeckung

Mit den biografischen Aspekten, die häufig Vertreter der Eltern oder anderer wichtiger Bezugspersonen darstellen, wird dann ähnlich wie in einer systemischen Familienaufstellung lösend gearbeitet. Sie werden einerseits gewürdigt, andererseits werden die notwendigen Abgrenzungen vorgenommen, damit der Aufstellende frei wird für sein eigenes Schicksal. In schwierigen Situationen wird noch die Weisheit als freies Element dazu gestellt. Durch sie bekommt der Leiter der Aufstellung wichtige Hinweise auf nötige Erweiterungen und Anregungen für die lösende Prozessarbeit. Es ist in besonderem Masse berührend, stärkend und bereichernd aus den unverstellten reinen Quellen menschlicher Entwicklung zu schöpfen. Daher eignet sich die Glaubenspolaritäten-Aufstellung als stärkende Meta-Aufstellung für sehr belastende Themen oder z.B. besonders brisante Paarkonflikte (Nass / Nass 2006). Die Energie der drei Kraftquellen ist ein Geschenk der Stärkung und der umfassenden Orientierung an den Aufstellenden und als bereichernde Erfahrung an die übrigen Teilnehmer. Zugleich zeigt uns die Zusammenschau der drei Kraftquellen, dass es für die erfolgreiche Entwicklung der Fachgruppe Entspannungsverfahren entscheidend war, durch den fachlichen Austausch die Erkenntnis zu befördern, den Rahmen mit Liebe zu gestalten und für eine passende Struktur und Ordnung zu sorgen.

Die Aufstellung des ausgeblendeten Themas

Eine konzentrierte Form der Aufstellung ist die Aufstellung des Themas und des ausgeblendeten (eigentlichen) Themas. Durch sie können wir unsere bestehenden Vorstellungen, wie ein Problem zu lösen sei, überprüfen und modifizieren. Bei dieser Aufstellung werden nur der Fokus, das (bekannte) Thema und das ausgeblendete (eigentliche) Thema aufgestellt. Damit wird die Hypothese überprüft, ob es hinter dem vordergründigen Thema, wie z.B. einem einengenden Muster, ein unbewusst ausgeblendetes (eigentliches) Thema gibt, das es zu betrachten und zu bearbeiten gilt.



Abbildung 7: Aufstellung des ausgeblendeten Themas

Wiederholt läuft eine solche Aufstellung wie eine hypnotherapeutische Trancearbeit ab. Der Aufstellende spürt in der Regel, dass die Interaktion der Stellvertreter wesentliche und wichtige Impulse für die Bearbeitung des bekannten Themas gibt, kann sie jedoch nicht bewusst einordnen und in Worte fassen. Er kann die Bedeutung der Botschaften nur erahnen und die Impulse aufnehmen und auf sich wirken lassen. Damit erhält der Aufstellende wichtige Hilfen, einengende Muster und Glaubenssätze des bewussten Denkens zu überwinden um sich von der Lösung überraschen zu lassen.

Die Tetralemma-Aufstellung

Die erste und zweite Position: Das Eine und das Andere

Jeder kennt es, sich in dem Dilemma zu befinden, zwischen zwei Alternativen entscheiden zu müssen: Partei A oder Partei B, Beruf oder Familie, Karriere oder Kinder, PartnerIn A oder PartnerIn B, Bewahren oder Verändern. Das Tetralemma fügt den beiden Alternativen: Das Eine und das Andere noch die Positionen: Beides und Keines von Beiden hinzu. Das Tetralemma wurde im indischen Rechtswesen zur Kategorisierung der möglichen Standpunkte verwendet, die ein Richter in einem Streitfall zwischen zwei Parteien einnehmen kann. Er kann der einen Partei recht geben oder der anderen Partei oder beiden oder keiner von beiden. Die 5. Position stellt eine vierfache Negation dar: All dies nicht und selbst das nicht. Sie bedeutet einen Nichtstandpunkt und bedingt damit eine permanente Musterunterbrechung. Sie stellt alle gefundenen Standpunkte immer wieder in Frage und schafft damit die Voraussetzungen, einengende Muster durch kreative Sprünge auf eine neue Ebene zu überwinden.

In der systemischen Beratung und Therapie ist das Tetralemma ein Prozessschema, mit dem wir uns ausgehend von den beiden Positionen Beides und Keines von Beiden ein Bewusstsein der Gemeinsamkeiten, der Verbindungsmöglichkeiten und des Kontextes erarbeiten, in dem das Dilemma eingebettet ist.

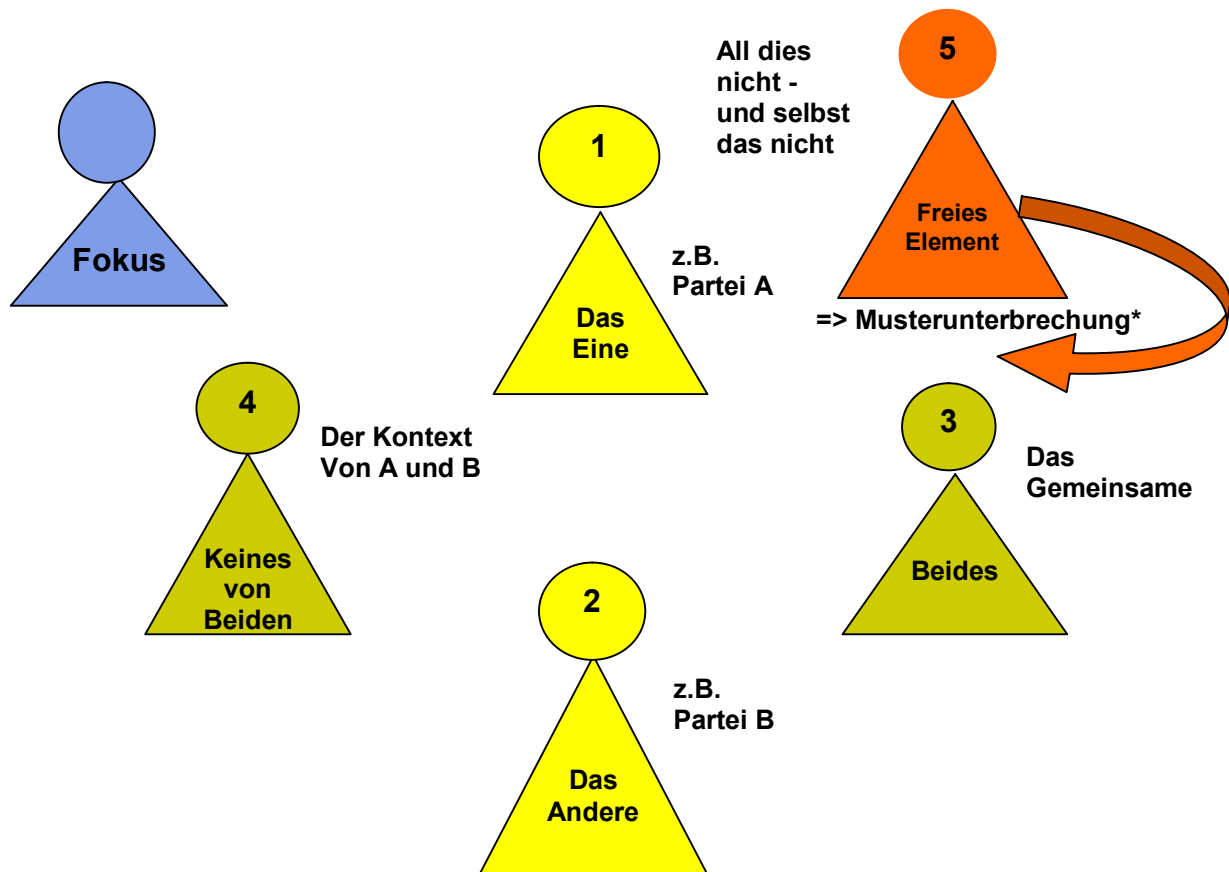


Abbildung 8: Die Tetralemma-Aufstellung, Bild 1

Die dritte Position: Beides

Sparrer und Varga von Kibéd haben 10 Typen der Position Beides gefunden, mit denen wir das bezüglich der bestehenden Alternativen das Entweder-oder-Denken überwinden können, von denen wir beispielhaft einige vorstellen möchten (Sparrer / Varga von Kibéd 2000 S. 78 f.).

Kompromiss

Wenn wir z.B. an die Alternative von Familie und Beruf denken, gibt es zunächst die Möglichkeit, Kompromisse zu machen, indem wir jede Seite etwas einschränken um der jeweils anderen Seite Raum zu geben. Beide Seiten, sowohl berufliches Engagement wie familiäre Zeiten werden eingeschränkt, um beides leben zu können.

Iterationen / Pendeln

Das Pendeln geschieht, in dem wir zeitlich abwechselnd zwischen den beiden Seiten A und B hin und her pendeln und mal z.B. der Familie einen größeren Raum einräumen und mal das andere, z.B. den Beruf in den Mittelpunkt stellen.

Scheingegensätze

Man kann auch die Erfahrung machen, dass es sich zwischen Beruf und Familie um einen Scheingegensatz handelt. Wir können die Familie nur voll leben, wenn wir durch den Beruf das nötige Einkommen erarbeitet haben. Umgekehrt kann sich die Familie als Kraftquelle für das berufliche Engagement zeigen.

Thesenverschiebungen

Die vordergründige Alternative zwischen der These A: „Bewahren von Bewährtem ist entscheidend“ und der These B: „Verändern sichert das Überleben in einer sich rasch verändernden Welt“ in einem Unternehmen kann sich zu der Erkenntnis (Thesenverschiebung) weiterentwickeln: „Nur wenn wir die Firma den neuen Bedingungen anpassen und sie laufend verändern, können wir Bewährtes bewahren.“ (a. a. O S. 81)

Die Kraft des Nicht-Gewählten in das Gewählte einfließen lassen

Indem wir uns für das eine entscheiden z.B. die Karriere, können wir die Kraft aus dem bewussten Verzicht auf das andere (z.B. Kinder) als Preis für die Erfüllung in die gewählte Alternative einfließen lassen. Wir überwinden damit die Unzufriedenheit über die Konsequenzen der getroffenen Entscheidung, können die Früchte unserer Entscheidung genießen und z.B. den Kinderwunsch in einem Engagement für Kinder leben.

Die übersummativen Verbindungen von A und B

Die Synthese macht aus mehreren Teilen eine Ganzheit, die mehr ist als die Summe der Teile. So ist ein Dialog zwischen zwei Personen mehr als zwei Monologe. Ein Paar ist mehr als die Summe der beiden Partner.

Die vierte Position: Keines von Beiden

Diese Position weist auf den übersehenen Kontext der Alternative von A und B hin. Bei der Suche nach einer Partnerin, einem Partner kommt der Suchende vielleicht zu dem Ergebnis: Es geht gar nicht um die Wahl zwischen Clara oder Lara, Bruno oder Kuno. Zu beiden besteht vielleicht ein altes Beziehungsmuster, das die Person überwinden sollte, um zu einer befriedigenden Beziehung zu gelangen. Vielleicht müssen erst die alten Beziehungen verarbeitet werden, bevor die Person eine Wahl treffen kann.

Die fünfte Position: All dies nicht – und selbst das nicht

Oft ist etwas ganz anderes dran, um zu einer inneren Zufriedenheit zu gelangen. Vielleicht gilt es erst ganz aus der alten „Kriegswelt“ auszusteigen, um eine erfüllende Beziehung zu ermöglichen. Oder die Wahl zwischen den Alternativen A und B stellt sich als nebensächlich heraus und es gilt, auf dem Weg zu sich ganz andere Dinge anzupacken.

Die 5 Positionen im Tetralemma werden oft mehrfach durchlaufen, da wir oft zunächst „Ehrenrunden“ alter Muster durchlaufen und zu „demselben in Grün“ gelangen, bevor wir echte Erweiterungen in unseren Perspektiven erreichen.

Dazu passt vielleicht die Geschichte von Mullah Nasreddin:

Du hast Recht

Eines Tages wurde Mullah Nasreddin von seinem Sohn belauscht, wie er Einzelgespräche mit zwei streitenden Partnern führte. Der Sohn kam empört hinter dem Vorhang hervor und sagte: „Papa, erst hörst Du dem einen zu und gibst ihm Recht. Dann hörst Du der anderen zu und gibst ihr Recht. Das kannst Du doch nicht machen Sie haben doch beide Unrecht getan.“ Worauf Nasreddin erwiderte: „Du hast Recht.“ (Mündlich im Workshop überliefert von Varga von Kibéd)

Zum Abschluss möchten wir das Tetralemma auf das Dilemma der systemischen Konzepte selbst anwenden. Es gibt einen Schulenstreit zwischen den Anhängern des Konstruktivismus z.B. des lösungsfokussierten Ansatzes.

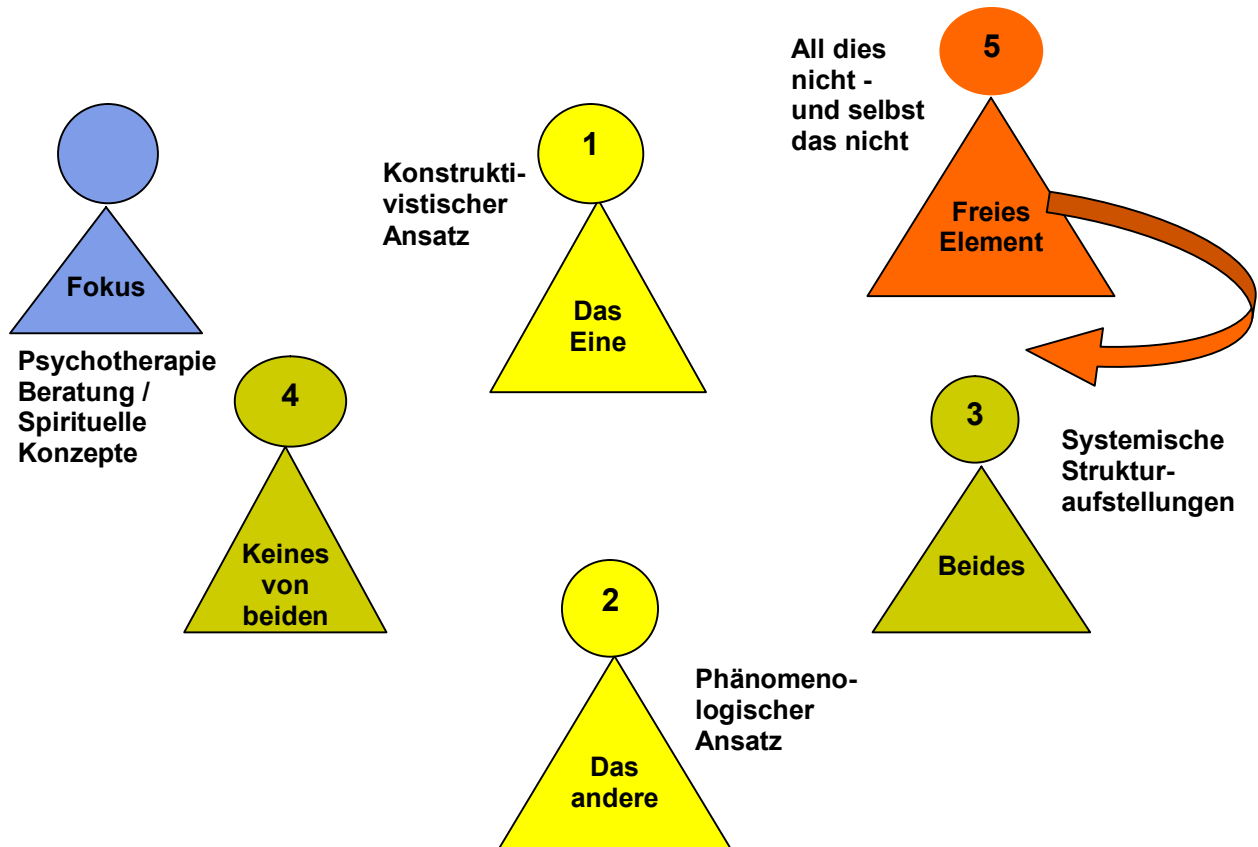


Abbildung 9: Die Tetralemma-Aufstellung, Bild 2

1. Position: Konstruktivistischer Ansatz

Konstruktivistischer Ansatz: Wir brauchen nicht zu wissen was gut ist, d.h. was die Fakten zu einem Problem sind. Es reicht zu wissen, was besser ist. Alle Konstrukte sind relativ, sind Projektionen von denkenden Beobachtern. (Sparrer 2001 S. 19 f.) Der Therapeut macht prozessbezogene Angebote zur Förderung des internen Suchprozesses beim Klienten in Richtung des Besseren. Darunter fallen viele hypno-systemische Techniken (Sparrer 2006 S. 30 f.) wie die Wunderfrage.

2. Position Phänomenologischer Ansatz:

Demgegenüber steht die Position des phänomenologischen Ansatzes: Es gilt die augenblicklich sich zeigende Wahrheit der Situation durch das absichtslose Schauen zu erfassen (Hellinger 2000, S. 254 f.). Dazu ein Beispiel: Vielleicht kennen Sie die Situation, dass ein Therapeut zu einem ausweichend agierenden Klienten sagt: „Ich kann mit Ihnen nicht arbeiten.“ Diese Wahrheit des Augenblicks gilt im nächsten Moment nicht mehr, wenn der Klient sich angesichts des drohenden Therapieabbruchs plötzlich auf das therapeutische Angebot einlässt. In diesem Sinne gelten die phänomenologischen „Wahrheiten“ stets nur für den konkreten Kontext.

In der phänomenologischen Arbeit gilt es anzuerkennen und zu würdigen, was in den Beziehungssystemen passiert ist. Wir haben einen persönlichen Stand-Punkt in unserem Leben, den wir nicht zur Disposition stellen oder leugnen sollten. In der phänomenologischen Aufstellungsarbeit geht es darum, Verstrickungen aufzulösen, ausgeblendete Themen in den Blick zu bringen und sich mit der Vergangenheit auszusöhnen. Die Mittel der Aufstellungsarbeit sind Stellungsarbeit, Prozessarbeit, Tests und Rituale.

3. Position: Beides: Systemische Strukturaufstellungen

Die Systemischen Strukturaufstellungen können wir als eine Synthese aus dem konstruktivistischen und dem phänomenologischen Ansatz betrachten, indem wir die prozessbezogene Arbeitsweise sowie die phänomenologisch orientierte Aufstellungsarbeit phasenweise miteinander verbinden. Anstelle der eindeutig zugeordneten Positionen aus den systemischen Familienaufstellungen können wir uns in den systemischen Strukturaufstellungen durch die Arbeit mit Mehrdeutigkeiten in den Positionen überraschen lassen: Auf welcher Ebene will sich etwas zeigen. Es besteht daneben auch die Möglichkeit, verdeckt zu arbeiten. Die Aufstellenden brauchen die Positionen, die sie aufstellen, nur mit Buchstaben oder Symbolen zu belegen, so dass die übrigen Teilnehmer nicht wissen, wer und was gemeint ist. Dennoch machen alle Beteiligten die Erfahrung, an etwas Wesentlichen zu arbeiten.

4. Position: Keines von Beiden

Bei der Position Keines von Beiden schauen wir auf den Kontext der systemischen Ansätze in der Beratung, der Therapie und der Aufstellungsarbeit. In der systemischen Aufstellungsarbeit zeigt sich, dass wir mit anderen Menschen und Systemen verbunden sind. Es gibt fließende Übergänge zur schamanischen Heilarbeit (Kampenhout 2003) oder anderen spirituellen Ansätzen, die dies Verbundensein nutzen, um Verstrickungen und Verwicklungen lösend zu bearbeiten (Kampenhout 2007).

5. Position: All dies nicht – und selbst das nicht

Bei der Suche nach Lösungen stoßen wir immer wieder an unsere mentalen Grenzen, die durch unsere Konditionierungen und Sehgewohnheiten bedingt sind. Wir drehen uns häufig im Kreis. Um diese Begrenzungen zu überwinden, können wir die reflexive Musterunterbrechung durch die 5. Position nutzen: All dies nicht – und selbst das nicht. Dabei entdecken wir in der praktischen Arbeit, dass es falsche Richtigkeiten geben kann, z.B. indem wir das therapeutische System einem Klienten überstülpen und damit eine Weiterentwicklung verhindern. Andererseits kann es zu richtigen Fehlern (a. a. O. S. 81 f.) kommen, indem wir dem Lösungsprozess pragmatisch-intuitiv folgend unsere therapeutischen Leitlinien überschreiten. Milton Erickson war bekanntlich ein großer Meister darin, für jeden Klienten eine neue Therapieform zu erfinden.

Schlusswort

Mit unserem Vortrag: Sich von der Lösung finden lassen – Vom Charme systemischer Strukturaufstellungen wollten wir zeigen, worin wichtige Voraussetzungen zur Findung von Lösungen liegen: Es gilt unsere mentalen Grenzen zu überwinden, unsere versteckten Ressourcen in den Hindernissen zugänglich zu machen und unsere natürlichen Kraftquellen zu nutzen. Die systemischen Strukturaufstellungen können uns dabei einen großen Dienst erweisen.

Sich von einer Lösung finden zu lassen setzt viel Einsatz voraus – Aber einen Einsatz von Haltungen, aus denen Handlungen folgen und nicht umgekehrt! (a. a. O. S. 152)

In den Systemischen Strukturaufstellungen können wir erfahren:
Wir wissen mehr – als wir wissen, – dass wir es wissen.

Oder anders formuliert:

Aus der Knospe der Verwirrung hebt sich die Blüte der Verwunderung!
(a .a. O. S. 154)

Dieser Vortrag wurde auf der Entspannungstherapiewoche 2007 in Klappholttal/Sylt in der Fachgruppe Entspannungsverfahren gehalten.

Literatur

- Hellinger, Bert: Mitte und Maß. Kurztherapien. Carl-Auer-Systeme Heidelberg 1999
- Kampenhout, Daan van: Die Heilung kommt von außerhalb. Schamanismus und Familienstellen. Carl-Auer-Systeme, Heidelberg 2003
- Kampenhout, Daan van: Ich lasse mich finden. Wie mein Wunschpartner zu mir kommt. Carl-Auer-Systeme Heidelberg 2007
- Nass, Eckard: Wege zu gesunden Arbeitsbeziehungen – Analyse und Lösung durch Systemaufstellungen, Entspannungsverfahren, Ausgabe 21, Pabst Science Publishers Lengerich 2004
- Nass, Eckard und Nass, Elvira: Integrative Paartherapie: Ein Praxisbericht Entspannungsverfahren, Ausgabe 23, Pabst Science Publishers Lengerich 2006
- Sparrer, Insa und Varga von Kibéd, Matthias: Ganz im Gegenteil. Tetralemmaarbeit und andere Grundformen Systemischer Strukturaufstellungen – für Querdenker und solche, die es werden wollen. Carl-Auer-Systeme, Heidelberg 2000
- Sparrer, Insa: Lösungsfokussierte Systemische Strukturaufstellungen für Therapie und Organisationsberatung. Carl-Auer-Systeme, Heidelberg 2001
- Sparrer, Insa: Systemische Strukturaufstellungen. Theorie und Praxis. Carl-Auer-Systeme, Heidelberg 2006
- Weber, Gunthard, Hrsg. Praxis der Organisationsaufstellungen, Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg, 2000
- Wittgenstein, Ludwig: Tractatus logico-philosophicus. In Wittgenstein Werkausgabe Bd. 1 Frankfurt a. M. Suhrkamp 1984 zitiert in Sparrer / Varga von Kibéd 2000: S. 40

Weiterbildung

*Aufstellungsworkshops und Ausbildungen für Systemaufstellungen durch qualifizierte Aufstellungsleiter und Ausbilder finden Sie

- bei Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd, München, Homepage: www.syst-strukturaufstellungen.de
- bei der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen in der Internationalen Arbeitsgemeinschaft für systemische Lösungen DGfS-IAG München Homepage: www.iag-systemische-loesungen.de

DP Eckard Nass und Päd. Elvira Nass
Psychotherapeutische Praxisgemeinschaft
Süderstraße 2 a
25541 Brunsbüttel
www.familienaufstellungen-nord.de