

Versöhnt mit Gestern - Familienstellen auf biblischer Grundlage

Vortrag Rolf Gersdorf /APS Kongress am 10. Mai 2013 in Würzburg

Ich freue mich, Sie an diesem Nachmittag in meinem Seminar begrüßen zu können. Irgend etwas muss Sie angesprochen haben, so dass heute ein Zehntel der Teilnehmer dieses Kongresses in diesem Seminar zu finden sind. Sie haben schon viel gehört und aufgenommen und ich hoffe, dass Sie noch genügend Aufnahmefähigkeit haben, mit mir in diese spannende Thematik einzusteigen.

Einstieg: Prolog aus meinem Buch „Versöhnt mit Gestern - Familienstellen auf biblischer Grundlage (Gersdorf, 2012, pp. 9-11)

In den 22 Jahren meiner Arbeit als Familientherapeut und Supervisor habe ich hunderte von Beziehungsgeschichten, Familienerfahrungen, Systemerfahrungen, sehr persönlichen und oftmals schwierigen Schicksalen gehört, gesehen, erlebt.

Jede einzelne Geschichte, jedes einzelne Leiden, alles Konflikthafte etc. rührt uns an, weil wir immer auch irgendwie selbst betroffen sind, uns selbst darin wieder finden. Nicht erst, seitdem wir um die in der Hirnforschung beschriebenen Spiegelneurone wissen, leiden wir mit (oder freuen uns mit) anderen, oder spüren die Tiefe und den Schmerz konflikthafter Zusammenhänge in unseren Beziehungen, sei es, dass es um Verlust, Trauer, Ablehnung, Identitätsverwirrung als Mann oder Frau, um eine verloren gegangene Kindheit, um nicht gelungene Eltern- Geschwister- oder Ehe- und Paarbeziehungen, um existenzielle Kämpfe aufgrund schwieriger Umstände, um verloren gegangene oder nicht mögliche Bindung an die Eltern, um erdrückende oder übergriffige, nicht gut tuende Bindungen zu nahen Bezugspersonen geht, uvm.

Ganze Sparten in der Unterhaltungsbranche und Medienindustrie bauen ihre Konzepte auf den mit diesen Themen zusammenhängenden Ängsten, Gefühlen und Hoffnungen auf.

Hinter all dem regt sich bei uns die Hoffnung und Zuversicht nach Besserung, Linderung, ja nach Heilung und Gesundung, wie immer die für uns auch im Einzelnen aussehen mag. Manche geben sich ja mit wenig zufrieden, andere greifen nach den Sternen (wie es Dr. Dörner letztes Jahr beim Gesundheitskongress in Kassel beschrieb, in dem es um das Thema der Perfektionierung des Menschen geht „Sehnsucht nach dem perfekten Menschen“. Auch Michael Herbst hat ja schon während dieses Kongresses die Auswirkungen des sog. Zeitgeistes beschrieben.

Zeit, Geist, Zeitgeist - neue Herausforderungen in Psychotherapie und Seelsorge. Der Titel des Kongresses weist auf die Spannung hin, in der wir als Berater, Therapeuten, Ärzte, Seelsorger leben, besonders dann, wenn wir den Anspruch haben, unsere Arbeit auf Grundlage des jüdisch-christlichen Menschenbildes und einer damit verbundenen Ethik zu gestalten.

Mich begeistert immer wieder der Kapuzinerpater Raniero Cantalamessa, der eine Reihe hervorragender theologischer Grundlagen geschrieben hat, unter anderem über die geistliche Botschaft des Römerbriefes. Er drückt für mich prägnant aus, worum es mir als Christ in all meinen therapeutischen und seelsorgerlichen Bemühungen geht. Das zutiefst uns Heilende und Verändernde ist die Begegnung mit dem Gott, der uns liebt! Mit väterlicher *und* mütterlicher Liebe!

Das Wichtigste bezüglich der Gottesliebe ist also nicht, dass der Mensch Gott liebt, sondern dass Gott den Menschen liebt und dass er ihn zuerst liebt:

Nicht darin besteht die Liebe, dass wir Gott geliebt haben, sondern dass er uns geliebt hat. (1. Joh 4,10) er beschreibt dann weiter, dass es wichtig ist, die vom Wort Gottes geoffenbarte „Rangordnung“ wiederherzustellen, klarzulegen, dass wir nur dann lieben können, weil er uns zuerst geliebt hat. (1 Joh 4,19)

Des Weiteren legt er dar, wie Gott sich schon im Alten Testament in den Prophetenbüchern vor allem des Bildes der elterlichen Liebe bedient:

Als Israel jung war, gewann ich ihn lieb ... Ich war es, der Efraim gehen lehrte, indem ich ihn bei der Hand hielt ... Mit Banden der Güte zog ich sie an mich, mit den Ketten der Liebe. Ich war da für sie wie die (Eltern), - hier haben wir eines der rührendsten Bilder der Bibel vor uns! - die den Säugling an ihre Wangen heben. Ich neigte mich ihm zu und gab ihm zu essen. (Hos 11, 1-4) (Cantalamesa, 2003, S. 18f)

Unter anderem beschreibt er dann als Abbild der trinitarischen Liebe auch die Liebe zwischen Mann und Frau und deren Auswirkungen auf ihre Kinder.

Was vermittelt dem Kind mehr Freude und Sicherheit, als dass der Papa und die Mama sich gegenseitig lieben? Unbewusst bedeutet ihm das mehr als die Tatsache, dass sie es selbst lieben. Papa und Mama können - jeder für sich - ihr Kind lieben, soviel sie wollen: wenn sie sich jedoch gegenseitig nicht lieben (und das geschieht leider häufig), kann nichts das Kind davor bewahren, dass es sich in der Tiefe unglücklich und unsicher fühlt.

Das Kind will nicht mit einer unterschiedenen und abgetrennten Liebe geliebt werden, sondern es möchte aufgenommen werden in die Liebe, mit der die Eltern sich gegenseitig lieben, denn es weiß, dass in ihr sein Ursprung liegt. Und nun die große Offenbarung: Die Personen der Trinität lieben sich gegenseitig mit einer grenzenlosen Liebe, und sie nehmen uns auf, damit wir an ihrer Liebe teilhaben! Sie gewähren uns Zutritt zum Gastmahl des Lebens. (Cantalamesa, 2003, S. 28)

Warum sind mir diese Gedanken hinsichtlich des Themas „Familienaufstellungen auf biblischer Grundlage“ wichtig?

Drei Blickrichtungen:

- 1. Besinnung auf unser Grundanliegen als christliche Therapeuten** Raum für die Gnade und die Liebe Gottes, für seine Berührung. „*Gnadenraum*“ eröffnen, damit Gottes Gnade wirksam werden kann - Wir können die Gnade Gottes auch blockieren/ unwirksam machen) *Hebr. 4,15/16: Denn wir haben nicht einen Hohenpriester, der nicht könnte mit leiden mit unserer Schwachheit, sondern der versucht worden ist in allem wie wir, doch ohne Sünde. Darum lasst uns hinzutreten mit Zuversicht zu dem Thron der Gnade, damit wir Barmherzigkeit empfangen und Gnade finden zu der Zeit, wenn wir Hilfe nötig haben.*
- 2. Familiäre Grundordnungen erklären sich aus der familiären Beziehungssetzung Gottes zu uns**, aus seiner Schöpfungsordnung und seiner Trinität als Prototypus dafür, wie Beziehung in einer guten Bindung geschehen kann.
Exkurs zum Thema Ordnungen! Der Sinn bestimmter Ordnungen. Als Familientherapeut und Christ setze ich in meiner Aufstellungsarbeit bestimmte *Koordinaten*. TN suchen sich Stellvertreter aus, beginnen mit der Kernfamilie, Vater, Mutter, ältestes Kind usw. Was ist der Sinn solch einer „Ordnung“?
Nach König „macht es Sinn, in der Reihenfolge der Befragung die *strukturellen*

Annahmen über Familie zu verlebendigen. Ich frage also die Eltern vor den Kindern, die Kernfamilie vor den Großeltern, die Familienmitglieder vor familienfremden Personen, das Gegenwartssystem vor einem früheren oder späteren System usw. Die jeweilige Wahl der Reihenfolge impliziert Vorstellungen über Hierarchie und Vorrang.“ (König, 2004, S. 289)

In einer Zeit, in der sich Strukturen und Rollen in Familien stark verändern, ist es nicht leicht, traditionelle oder auch christlich begründete Annahmen über Vater-, Mutter- und Geschwisterrollen und über Mann-Sein und Frau-Sein, über Hierarchien mit Über- und Unterordnung etc. zu benennen, sie gar darzustellen. Schnell kommen wir dann in den Verdacht, bestimmte Rollen abzuwerten oder aufzuwerten oder ideologische Mission zu betreiben. Mein Ziel ist es hier nicht, eine umfassende Diskussion vom Zaun zu brechen. Ich lade *sie* ein, selbst einen Moment innezuhalten und sich über die Sinnhaftigkeit und Nützlichkeit bestimmter familiärer Ordnungen Gedanken zu machen. Ich muss nicht Christ sein, um Vater und Mutter oder auch die Ebene als Paar als ein wesentliches verantwortliches Subsystem innerhalb einer Familie zu sehen und ihre Rolle entsprechend zu würdigen. Ebenso ist schon lange aus der Arbeit mit Geschwisterkonstellationen bekannt, wie wichtig der Respekt vor der altersmäßigen Reihenfolge ist. Salvador Minuchin, der Begründer der strukturellen Familientherapie, differenziert deutlich die verschiedenen Teilsysteme (Elternsystem, Ehesystem, Geschwistersystem etc.) einer Familie sowie ihre wichtigen Grenzen und ihre jeweiligen Funktionen. Zum elterlichen System bemerkt er: „Der Therapeut muss herausfinden, wer die Mitglieder dieses Subsystems sind; es hat ja wenig Sinn, der Mutter zu helfen, ihr Kind zu erziehen, wenn ihre Stelle in Wahrheit von der Großmutter eingenommen wird.“ (Minuchin, 1992, S. 36) Solche Verstrickungen zu erkennen und zu verändern gelingt nur, wenn wir eine klare Vorstellung von Funktionalität und Dysfunktionalität von Beziehungsmustern und -rollen haben. Dies wiederum setzt eine konkrete Ethik voraus, die wesentliche Ordnungen als sinnvoll und wichtig erkennt und beschreibt. Wir haben es hier also mit der Notwendigkeit zu tun, bestimmte Ordnungen von Elternschaft, Ehe und Geschwisterreihenfolge vorauszusetzen. „Das elterliche Subsystem ist für die Entwicklung des Kindes lebenswichtig ... Der Therapeut muss ein wachsames Auge darauf haben, ob und in welcher Weise das Kind als Mitglied eines Subsystems benutzt wird, dem es im Grunde genommen nicht angehören sollte, und ob es in Transaktionen verwickelt ist, die ohne Zweifel mit den elterlichen Funktionen zu tun haben.“ (Minuchin, 1992, pp. 35-36)

Glauben wir, dass das biblische Gebot, Vater und Mutter zu ehren, im Grunde genommen genau hier hineingehört und auch das umfasst, was Minuchin hier mit anderen Worten aus psychologischer und familientherapeutischer Sicht beschreibt? Die Akzeptanz, geschweige denn das Vertreten solcher „Ordnungen“ ist heute nicht mehr selbstverständlich.

„In einer offenen Gesellschaft muss Toleranz gegenüber verschiedenen Lebensformen unter Erwachsenen selbstverständlich sein. Längst geht es aber nicht mehr um Toleranz, sondern um die Auflösung der Zusammengehörigkeit von Ehe und Familie. Die gegenwärtige, gesellschaftliche Aufwertung der Homosexualität muss im Zusammenhang mit den gesellschaftlichen und gesellschaftspolitischen Tendenzen einer Dekonstruktion und völligen Neudefinition von Ehe und Familie sowie einer Dekonstruktion und Neukonstruktion der Geschlechter und Generationen gesehen werden.“ schreibt Dr. Christl R. Vonholdt auf der Internetseite des Deutschen Institutes für Jugend und Gesellschaft (DIJG).

Bert Hellingers Sichtweise:

Bert Hellinger beschreibt das Thema der Ordnungen als so genannte Ordnungen der Liebe. „Zu den Ordnungen der Liebe zwischen den Eltern und Kindern gehört als erstes, dass die Eltern geben und die Kinder nehmen. ... Zu den Ordnungen der Liebe zwischen Eltern und Kindern und zwischen den Geschwistern gehört als zweites, dass jeder, der nimmt, die Gabe, die er bekommen hat, und den Geber, von dem er genommen hat, ehrt. ... Als drittes gehört zu den Ordnungen der Liebe in der Familie eine Rangfolge, die wie das Geben und Nehmen von oben nach unten verläuft, gemäß dem Früher und dem Später. Daher haben Eltern Vorrang vor den Kindern, und das erste Kind hat Vorrang vor dem zweiten. Diese Ordnung gilt auch für das Geben und Nehmen zwischen den Geschwistern.“ (Weber, 1994, pp. 53-54) Hellingers Begründung hört sich plausibel an und deckt sich mit manchem, was auch in biblischen Zusammenhängen beschrieben wird.

Hier noch zwei Zitate Hellingers - die auch für eine relativ große Gruppe von Aufstellern und Ausstellerinnen im säkularen Bereich stehen - und um deutlich zu machen, was dessen geistlicher, spiritueller Hintergrund ist, nämlich ein zutiefst esoterischer: *„Das Familien-Stellen beruht auf Einsichten. Diese Einsichten zusammen sind eine eigene Wissenschaft, eine Wissenschaft über menschliche Beziehungen. Ich nenne sie Hellinger Sciencia, denn die wesentlichen Einsichten darüber wurden mir geschenkt. ...die wesentlichen Einsichten betreffen das Gewissen. Meine Einsichten über das Gewissen gab es vorher nicht. Sie sind völlig neu und von einer Tragweite, die noch lange nicht erfasst ist. Denn zuvor stand die ganze abendländische Kultur im Banne des Gewissens. Alle abendländischen Weltanschauungen sowie die Philosophie haben sich im Bannkreis des Gewissens bewegt, also im Bannkreis der Unterscheidung von Gut und Böse. ... Alle Vorstellungen von einem strafenden Gott, von Himmel und Hölle, und von einem Gericht, wo die Guten belohnt und die Bösen in die Hölle geworfen werden, sind Ausgeburten unseres Gewissens. Ich habe das durchschaut. Mir wurde die Einsicht in die Funktionen des Gewissens geschenkt. Wieso wurde sie mir geschenkt? Weil ich keine Angst hatte vor Gott und seinen Strafen.... In allem wirkt eine Eins, das gleiche Letzte. In der Verbindung mit diesem Letzten, sind wir mit allem gleichzeitig verbunden, mit allem in Resonanz und eins. ... Wir machen aber die Erfahrung, dass gute Mächte für uns sorgen.“* (Hellinger, 2008, S. 108f)

Zu den Begriffen Schicksal, Demut und Sühne schreibt er: „Das Schicksal kümmert sich weder um unsere Ansprüche noch um unsere Wiedergutmachung. Als einziger Ausweg bei schicksalhafter Schuld (z.B. schlimme Kindheitserfahrungen, Kriegsverstümmelungen etc., eigene Anmerkung) bleibt mir die Unterwerfung, das Sich-Fügen in einen undurchschaubaren, übermächtigen Zusammenhang, sei es nun zu meinem Glück oder Unglück. Die solchem Handeln zugrunde liegende Haltung nenne ich Demut. Sie erlaubt es mir, mein Leben und mein Glück so zu nehmen, wie es mir zufällt und solange es dauert, unabhängig von dem Preis, den andere dafür bezahlt haben. ... Diese Demut macht Ernst mit der Erfahrung, dass nicht ich das Schicksal bestimme, sondern das Schicksal mich. Und sie ist die der schicksalhaften Schuld und Unschuld gemäße Antwort und macht mich den Opfern ebenbürtig ... Sühnen macht Achtung zunichte und Achtung macht Sühne überflüssig“ (Weber, 1994, S. 36f)

Diese und andere seiner Sichtweisen und Haltungen mögen deutlich machen, warum ich ihm in vielen weiteren Ausführungen und Beschreibungen nicht folgen kann und möchte, auch wenn manches bei ihm *christlich klingt*.

Was ist eigentlich der Unterschied zwischen Bert Hellingers und Ihrer Aufstellungsarbeit?, so fragte uns jemand einmal? Meine Antwort: *Der Geist ! Und im*

Zusammenhang damit ganz unterschiedliche, auch fachlich unterschiedliche Sichtweisen.

- 3. Gott ist Schöpfer guter Psychologie** (z.B. einer Psychologie, die sich mit den grundlegenden Entwicklungen, Wachstumsschritten und der Notwendigkeit gesunder Bindungen in unserem Leben beschäftigt. Grundlagen unserer Arbeit sind daher insbesondere die strukturelle Familientherapie, sowie Grundlagen der Entwicklungs- und Bindungspsychologie (Ainsworth, Bowlby, Brisch etc.)

Wir sehnen uns nach Gesundheit und Heilung

Ich glaube, ich muss Ihnen heute nicht darüber erzählen, wie komplex wir Menschen angelegt sind, wie verwoben z.B. unsere Körperlichkeit mit unserem seelischen Befinden ist und wie deutlich psychosomatische Zusammenhänge in unserem Leben wirksam sind. Wir sehen auch, dass sich die Begriffe von Krankheit und Leiden im Wandel der Gesellschaft verändern. „Eine der verbreitetsten Krankheiten ist die Diagnose“ (Karl Kraus, österreichischer Schriftsteller und Satiriker)

Laut WHO ist Gesundheit des Menschen „ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen.“ Wikipedia Ein hoher Anspruch!

Es bleibt, wie es ist, ich bleibe als Mensch (und auch als Christ!) unvollkommen, damit verletzbar und irritierbar - und ich verletze und irritiere auch andere. Unsere Ganzheit umfasst immer auch unsere Gebrochenheit, ein Ausdruck, der unter anderem von dem katholischen Theologen Henri Nouwen und von der anglikanischen Seelsorgerin Leanne Payne gebraucht wird.

Ich möchte Ihnen des Weiteren zumindest einen Ausschnitt dessen aufzeigen, worum es mir und uns in der Familienaufstellungsarbeit geht. Immer muss im Hintergrund dabei mit gedacht werden, dass ich meine Aufstellungsarbeit bewusst im Zusammenhang einer professionellen systemischen Therapie, sowie auf biblisch-seelsorgerlicher Grundlage und immer als Prozess verstehe.

Vom Neuen Testament und von der Erfahrung der Jesus-Wirklichkeit her ausgedrückt, wird ein Teil dieses Prozesses unter anderem wie folgt beschrieben: »Deshalb erzählen wir überall, wo wir hinkommen, von Christus. Wir warnen die Menschen und lehren sie mit aller Weisheit, die Gott uns geschenkt hat, denn wir möchten sie als Menschen vor Gott hinstellen, die im Glauben an Christus vollkommen sind.« (Kolosser 1,28).

Als Kirche, als Christen und als lebendiger Organismus, haben wir die Aufgabe und Verantwortung, uns gegenseitig »vollkommen« vor Gott hinzustellen. Gott hat nie Zerstörung mit uns im Sinn. Er freut sich an unserer Wiederherstellung, Heilung und Gesundheit.

Durch Jesus sieht uns der himmlische Vater »ganz«. In Jesus, in seiner Liebe, sind wir in unseren Beziehungen zunehmend in der Lage, einander so anzuschauen, als sei der andere schon »ganz«. In Jesus sehe ich den anderen in seiner Würde, unendlich wertgeschätzt, mit großem Wohlwollen an. Dieses ist nur durch die Kraft des Heiligen

Versöhnt mit Gestern - Familienstellen auf biblischer Grundlage

Vortrag Rolf Gersdorf /APS Kongress am 10. Mai 2013 in Würzburg

Geistes möglich, wir Menschen werden da aus eigener Kraftanstrengung immer wieder versagen. »Die Frucht des Geistes aber ist Liebe ...« (Galater 5,22, Schlachter).

Wo immer Entwürdigung und Verachtung in unserem Leben Zerstörung, Verkrümmung und Unfreiheit gebracht haben, darf dies in Jesus ein Ende haben in einer augenblicklichen Befreiung – und münden in einen Prozess der emotionalen und körperlichen Wiederherstellung bis in die zwischenmenschliche Beziehungsebene hinein. (Gersdorf, 2012, S. 88)

Max Frisch sagte einmal: Krisen sind eine Chance, man muss ihnen nur den Beigeschmack der Katastrophe nehmen. Wer aber soll das, kann das tun. Baron von Münchhausens vergebliche Versuche, sich aus dem Schlamassel selber herauszuziehen kennen wir.

Römer 8, 37-39: All das überwinden wir durch den, der uns geliebt hat. Denn ich bin gewiss: weder Tod noch Leben, weder Engel noch Mächte, weder Gegenwärtiges noch Zukünftiges, weder Gewalten der Höhe oder der Tiefe noch irgendeine andere Kreatur können uns scheiden von der Liebe Gottes, die in Christus Jesus ist, unserm Herrn.

Cantalamessa schreibt:

Was unüberwindlich erschien, erweist sich in diesem Licht als Kleinigkeit. Und so liegt darin zugleich eine Einladung an uns, dasselbe zu tun: unser Leben zu betrachten, so wie es sich darstellt-die Ängste, die sich darin einnisten, an die Oberfläche kommen zu lassen, eben so die Traurigkeiten, Bedrohungen, Komplexe und jenen physischen oder moralischen Defekt, der uns daran hindert, uns selbst gelassen anzunehmen-und all das dem Licht des Gedankens auszusetzen, dass Gott uns liebt. Paulus fordert mich auf, mich selbst zu fragen: was in meinem Leben ist es, dass mich zu überwältigen sucht?“ (Cantalamessa, 2003, S. 33)

Gesund werden durch Beziehungsklärung im Kontext von Aufstellungsarbeit?

Zur Veröffentlichung meines Buches schrieb unser lieber Kollege Dr. Rudolf Sanders: „Rolf hilft, das Gestern zu verstehen, um sich damit zu versöhnen, damit nicht Altes immer wieder im Heute zerstörerisch wird...“

Diese Aussage berührte mich, da dies eines meiner wesentlichen Anliegen mit unserer Aufstellungsarbeit gut auf den Punkt bringt.

In der Ausschreibung unserer Aufstellungsseminare steht:

► „Die Familie ist der Ort unserer ersten Erfahrungen, an dem wir teilweise tragische und unerkannte Verstrickungen und ungute Bindungen erlebt haben - häufig schon über mehrere Generationen angelegt. Dort wurden unsere Einstellungen und Verhaltensweisen geprägt, die oft bis in heutige Beziehungen unser Handeln bestimmen. Die aus der Tradition der systemischen Familientherapie entwickelte therapeutische Familienaufstellung verhilft unter fachlich kompetenter Anleitung zu Lösungserfahrungen. Tief verdeckte und abgewehrte Gefühle werden dadurch erleb- und spürbar und können in einem professionell begleiteten Prozess therapeutisch und seelsorgerlich bearbeitet werden.

Versöhnt mit Gestern - Familienstellen auf biblischer Grundlage

Vortrag Rolf Gersdorf /APS Kongress am 10. Mai 2013 in Würzburg

Die TeilnehmerInnen müssen in der Lage sein, sich auf einen intensiven Prozess der Selbsterfahrung und Selbstreflexion einzulassen.“

Das, was mich am meisten in meiner therapeutischen Arbeit motiviert, und damit natürlich besonders in der Aufstellungsarbeit, ist, wenn Menschen aus ihrer Verkrümmung heraus aufrecht werden,

- ▶ wenn sie sich aufrichten, auch im körperlichen Sinne
- ▶ wenn sie zum Gegenüber des anderen werden
- ▶ wenn sie ihre Ich-Grenze klar bekommen
- ▶ unterscheiden können, „was ist deins, was ist meins?“
- ▶ wenn Menschen ein Verständnis erlangen von dem, was die Verstrickungsthemen und -dynamiken im familiären System sind
- ▶ wenn sie entdecken und verstehen, was teilweise über Generationen an Traumata, verdeckten Aufträgen und zerstörerischen Bindungen weitergegeben wurde
- ▶ wenn sie mit ihren Ressourcen und Stärken in Berührung kommen und auch mit den Ressourcen ihrer familiären Systeme.
- ▶ wenn Menschen in die Lage versetzt werden, auf das Schmerzhafte, auf das Traumatische zu schauen, ohne darin zu versinken, wenn sie mit heilenden Szenen (dem, wie es ihnen gut getan hätte/Veränderungsbild) in Kontakt kommen.

Exkurs: Traumaaspekte

„Der sichere Ort“ ist eine der zentralen Übungen in der Traumaaarbeit. Die bekannte Traumatherapeutin Michaela Huber beschreibt in ihren Büchern ausführlich, wie wichtig es ist, dass Betroffene lernen, in bewusster und guter Weise Kontrolle über eine schwierige Situation bekommen zu können. „Diese Übungen sollen ihnen helfen, gezielt assoziieren und dissoziieren zu lernen.

Das bewusst und in ihrem Sinne zu tun, was sie vorher nur unbewusst getan haben und über das sie nicht ausreichend die Kontrolle hatten: etwas Angenehmes in ihrer Wahrnehmung und Erinnerung verstärken zu können, etwas Unangenehmes „verbannen“ oder in - vorübergehende - Distanz bringen zu können. ... Wer traumatisches Material nicht wenigstens vorübergehend in Distanz bringen kann, kann es auch nicht integrieren.“ (Huber, 2006, S. 99)

Schauen wir uns ein Aufstellungsbild genauer an, um einige Dinge daran zu verdeutlichen. Ulrikes Aufstellung (Gersdorf, 2012, S. 64f)

Mich motiviert und begeistert in dieser Art der Aufstellungsarbeit,

- ▶ wenn Menschen die Chance der Vergebung nehmen können und in einen Prozess der Versöhnung mit sich selbst, mit anderen Menschen und mit Gott hineinflinden.

aber: Klärung und Versöhnung sind nicht immer/nicht immer gleich möglich! Bsp. Ulrikes Aufstellung „Wiederauferstehung der Würde“ > Schutz vor dem Vater. Was an der

Aufstellung von Ulrike führte zu etwas, was wir möglicherweise als „Gesundung“ verstehen und einordnen könnten? Nun, die erstmalige Erfahrung des Schutzes in der Aufstellung, dadurch, dass ich an ihrer Seite blieb und sie in sichere Distanz zu dem missbrauchten und missbräuchlichen Vater brachte, war für sie, wie sie nachher ausdrücklich betonte, die wichtigste heilsame Erfahrung! „Ich habe noch nie erlebt, dass sich jemand schützend zu mir stellt.“

In meinem Buch ist beschrieben, welcher bewegende Prozess der Veränderung sich nach der Familienaufstellung bei Ulrike und ihrer heutigen Familie anschloss.

Wir schauen immer bei den Aufstellungen: Was ist für den Aufsteller möglich?

Schutz und Sicherheit des Aufstellers gehen in jeder Hinsicht vor, auch wenn und gerade weil Aufstellungsarbeit eine Arbeit an der Grenze und damit besonders herausfordernd ist. Eine Aufstellung ist kein therapeutisches Schnellverfahren, in dem im Hauruckmodus Lösungen herbeigeholt werden. Sie ist möglicherweise ein kleines Puzzleteil in einem umfangreichen Prozess von Ich - und Beziehungsklärung.

Eine Aufstellungswoche ist eine hochintensive Zeit der Begegnung

und Zusammenarbeit unterschiedlicher Menschen, in denen diese

- Beziehungsverstrickungen, generationale Verflechtungen und Belastungen, verdeckte und verdrängte Konflikte und Themen Gebundenheiten etc. erkennen und in gewisser Weise reaktualisieren,
- Zugang zu sich bekommen, zu unterschiedlichen Beziehungen und zu Gott, zu ihrer Emotionalität, zu ihren Ressourcen, aber auch zu ihrer Bedürftigkeit
- aktiv unterstützt und ermutigt werden in Richtung Vergebung, Versöhnung, Beichte
- ermutigt werden, Prozesse der Heilung und des Heilwerdens zu beschreiten, fortzuführen oder abzuschließen

Ich kenne kein intensiveres Lernfeld in der therapeutischen Arbeit, als die Aufstellungsarbeit. In solch einer Woche, wie wir sie durchführen, geschieht in einem sehr vertrauensvollen Gruppenprozess ein gemeinsames Schauen und Erfahren wesentlicher, grundlegender und existenzieller Beziehungsthemen des Menschen, die ich hier im Wesentlichen zusammenfasse:

- ▶ Grenzen und Kontakt in Beziehungen
- ▶ Hilfreiche und schädliche Bindungsdynamiken
- ▶ Mann-Sein und Frau-Sein/Identität

- ▶ Bedürftigkeit und Gebrochenheit im Spannungsfeld mit Kraft/Kreativität
- ▶ (Re-) Aktivierung und Stimulierung von Zugängen zu basalen Gefühlen
- ▶ Generationenlasten erkennen und sich dazu abgrenzen „Der ungarische Arzt und Psychotherapeut Ivan Boszormenyi- Nagy, Begründer der kontextuellen Therapie und bedeutender Pionier der systemischen Familientherapie, stellt fest, dass alle ungesunden Beziehungsmuster durch mehrere Generationen geformt und weitergegeben sind (Boszormenyi-Nagy, 2006)“ (Gersdorf, 2012, S. 229)
- ▶ Existenziell notwendige Berührung mit Gottes Liebe, Seiner Gnade und Barmherzigkeit

- ▶ Vater- und Mutterbeziehung
- ▶ Integration vs. Abspaltung
- ▶ Konfliktfähigkeit und Umgang mit Aggression
- ▶ Opfer- und Täterdynamiken und -rollen
- ▶ Aus christlich-seelsorgerlicher Sicht die Einbindung des Menschen in Schöpfungszusammenhänge, die sichtbare wie unsichtbare Dimensionen geistlicher Zusammenhänge (Transzendenz) voraussetzen und beinhalten
- ▶ ...

Familienstellen - ein körpertherapeutisches Verfahren?

Ich ordne die Aufstellungsarbeit eher den körpertherapeutischen Verfahren zu, durch die, inzwischen durch Erkenntnisse der Neuropsychologie und Hirnforschung vielfach bestätigt, eine große Chance für die Klienten besteht, Neues zu lernen.

Durch sie wird das sogenannte „Leibarchiv“ aufgeschlossen und aktiviert und damit auch die Fähigkeit, sich für neue Erfahrungen zu öffnen. Jemand der schwieriges Vergangenes, wenn auch aus verständlichem Schutzbedürfnis, krampfhaft festhält und verschließt, ist nicht offen für Neues!

Uns mag folgende wissenschaftliche Aussage möglicher Weise irritieren und zunächst zu bestätigen scheinen, dass der Rückblick in die schwierige Vergangenheit uneffektiv ist.

▶ „Die neurowissenschaftliche Betrachtung psychischer Störungen führt zu einem etwas paradoxen Schluss: Die wichtigsten Ursachen psychischer Störungen liegen in der frühen Kindheit, aber der Blick in die Vergangenheit bringt nichts für die Veränderung ihrer Grundlagen.

Veränderung wird nur bewirkt durch reale Erfahrung in der Gegenwart, welche die damals grundgelegten neuronalen Strukturen in neue überführen.“ (Grawe, 2004, S. 359)

Daher auch der neuropsychologische Grundsatz: „Es ist einfacher, etwas Neues hinzumachen, als etwas Altes wegzumachen.“

Die heilsame Wirkung von Familienaufstellungen und auch anderer therapeutischer Verfahren wird aus neuropsychologischer Sicht recht nüchtern betrachtet: Das, was wirkt sind insbesondere die vertrauensvollen Erfahrungen mit einer zugewandten Person/ Gruppe, die Ermutigung und der Zuspruch. Das Entscheidende ist in erster Linie die Qualität der therapeutischen Beziehung und nicht die Wirksamkeit von Medikamenten oder Methoden! Um dies zu vertiefen, wäre ein neues Seminar notwendig.

Worum es mir geht, ist: Familienaufstellungen sind dann heilsam, wenn sie den Einzelnen bei seinen Beziehungsklärungen/in seiner Beziehungsfähigkeit zu sich selbst, zu anderen (in der Regel zu den primären Bindungspersonen seiner Herkunftsfamilie) unterstützen, und ermutigen - und in der Beziehung zu Gott!

Vielleicht ist die Popularität von Aufstellungen und auch deren positive Auswirkung (im säkularen wie auch im christlichen Bereich) deshalb so hoch, weil sie, wie der Therapeut

Versöhnt mit Gestern - Familienstellen auf biblischer Grundlage

Vortrag Rolf Gersdorf /APS Kongress am 10. Mai 2013 in Würzburg

Albert Pesso es ausdrückt, eine „**Anatomie der Hoffnung**“ nähren und aktivieren, die er als grundlegend in uns Menschen angelegt sieht.

Und ehrlich gesagt: Was ermutigt uns mehr, als wenn wir sehen, dass wir fähig und in der Lage sind, unsere Beziehungen zu meistern, erlebtes Schwieriges zu akzeptieren und zu integrieren, zu Neuem befähigt zu werden und hoffnungsvoll nach vorne zu schauen.

Familienstellen verbindet zwei Ebenen: Sie verlebendigt Vergangenes und koppelt es mit neuen, guten Erfahrungen!

Schlussgedanken

Das wir dabei mit unseren menschlichen Unterstützungsmöglichkeiten da auch an Grenzen stoßen, hilft uns, demütig zu bleiben und uns, zumindest, wenn wir Aufstellungsarbeit auf biblischer Grundlage tun, auf die Kraft, die Gegenwart und *Gnade* des lebendigen Gottes der Bibel zu verlassen und mit ihm zusammenzuarbeiten.

Ist Therapie im christlichen Zusammenhang, und auch das Familienstellen auf biblischer Grundlage nicht schon missionarische Arbeit? Missionieren wir hier nicht, wenn wir solche Einstellungen und Grundannahmen als Rahmen und Grundlage unserer Arbeit sehen? Meine Antwort: Ja, natürlich! Als Christen und auch als christliche Therapeuten sind wir *immer* auch missionarisch! Denn wir

als Christen ein Brief Christi, lesbar für jeden, ein lebendiges Zeugnis und Beispiel für das, was Gott in uns und an uns getan hat und tut.

2. Kor 3,2 Unser Brief seid ihr, geschrieben in unsere Herzen, verständlich und lesbar für alle Menschen. 3 Ihr seid erkennbar als ein Brief Christi, von uns verfasst, geschrieben nicht mit Tinte, sondern mit dem Geist des lebendigen Gottes, nicht auf Tafeln aus Stein, sondern auf andere Tafeln: in Herzen aus Fleisch.

Bibliografie

Cantalamesa, R. (2003). *Als neuer Mensch leben die geistliche Botschaft des Römerbriefes*. Freiburg im Breisgau [u.a.]: Herder.

Gersdorf, R. (2012). *Versöhnt mit Gestern : Familienstellen auf biblischer Grundlage / Rolf Gersdorf*. Holzgerlingen : SCM Hänssler.

Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie*. Göttingen [u.a.]: Hogrefe.

Hellinger, B. (2008). *Das neue Familien-Stellen. Praxis der Systemaufstellung - Beiträge zu Lösungen in Familien und Organisationen 1/2008*.

Huber, M. (2006). *Wege der Traumabehandlung* (Vol. 3. Aufl.). Paderborn: Junfermann.

König, O. (2004). *Familienwelten Theorie und Praxis von Familienaufstellungen* (Vol. 1. Aufl.). Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.

Minuchin, S. (1992). *Praxis der strukturellen Familientherapie Strategien und Techniken* (Vol. 4., unveränd. Aufl.). Freiburg im Breisgau: Lambertus.

Weber, G. (1994). *Zweierlei Glück die systemische Psychotherapie Bert Hellingers* (Vol. 3. Aufl., 12. - 16. Tsd.). Heidelberg: Carl-Auer-Systeme, Verl. und Verl.-Buchh.

Weitere Infos: www.lebenimkontext.de oder www.rolfgersdorf.de

Email: info@lebenimkontext.de

Dort auch Infos zu aktuellen Aufstellungsseminaren oder zu Fortbildungsmöglichkeiten im Familienstellen auf biblischer Grundlage.