

## Qualität in der Aufstellungsarbeit Teil 3: Über die Liebe

### Einleitung

Ein gar nicht so seltenes Anliegen für eine Aufstellung ist eine als leidvoll erlebte Beziehung (bzw. Nicht-Beziehung) zwischen Klienten und den Eltern, bzw. einem Elternteil. Und da kommt es vor, dass versucht wird, das Anliegen „mit Liebe“ zu lösen in der Form, dass z.B. die Klientin aufgefordert wird, den Eltern mit Liebe (bzw. noch mehr Liebe) zu begegnen um die Beziehung zu verbessern. Die Idee dazu stammt von Bert Hellinger, der diese Vorgehensweise mit seiner typischen Absolutheit vertreten hat. Dass diese Vorgehensweise in speziellen Fällen einen großen Schaden anrichten kann – darauf möchte ich hier näher eingehen.

### Über die Liebe als solches

Das Postulat, dass man nur zu einer Lösung kommt wenn man seine Eltern lieben kann, wird nach meiner Meinung oft missverstanden. Für mich geht es nämlich nicht darum, die Eltern aktiv zu lieben, sondern in Liebe meinen Frieden mit den Eltern zu haben – und das ist ein großer Unterschied! Hass, Zorn und Wut bindet, da es mich beschäftigt, und somit fesselt. Nur wenn ich jemanden in Liebe loslassen kann (auch wenn ich aus gutem Grund den Kontakt im Moment unterbreche) – bin ich frei.

Matthias Varga von Kibéd erklärt in seinen Seminaren zum Beispiel das Ziel von Aufstellungen mit den Worten: *„Aufstellungen haben das Ziel, leidvoll Getrenntes zu verbinden, und leidvoll Verbundenes zu lösen“*.

Darum kann es sehr wichtig sein, zuerst zu prüfen ob die Liebe wirklich das richtige Mittel der Wahl ist, oder ob sie erst der zweite Schritt vor einem notwendigen ersten Schritt der Abgrenzung mit dem Ziel der Stabilisierung ist. Wird das nicht beachtet, kann es durch eine Aufstellung sogar zu einer Retraumatisierung kommen!

### Die Gefahr der Retraumatisierung

Um hier Zusammenhänge zu verstehen, hat mir meine Ausbildung in lösungsorientierter Psychotraumatologie bei Hélène Dellucci geholfen. Ich denke, nicht nur bei dieser Variante der Trauma-Arbeit kennt man den Begriff der konstruktiven und nicht-konstruktiven Bindung. Kurz erläutert am Beispiel einer Tochter (= Klientin) und ihrer Mutter, da dies in meiner Praxis die häufigere Variante ist.

Wir Menschen stehen ja immer in einem Spagat zwischen „Ich“ und „Gemeinschaft“. Je nach Kontext ist es einmal wichtig auf meine Bedürfnisse zu achten, und mal ist es hilfreich meine Bedürfnisse zugunsten der Gemeinschaft hinten zu stellen.

Eine konstruktive Verbindung besteht somit in einem steten Ausbalancieren zwischen abgrenzen und verbinden. Es Bedarf der Fähigkeit, seine eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen, in einer guten Dosis für sich selbst sorgen zu können ohne dem anderen damit zu schaden.

Geht es einem in einer konstruktiven Bindung gut oder schlecht, wird die andere (Tochter oder Mutter) ähnliches empfinden.

In einer nicht-konstruktiven Bindung ist das anders: Es beginnt zum Beispiel damit, dass die Tochter nicht mehr gut für sich sorgt aus Rücksicht auf die Mutter. Diese legt die Erfüllung ihrer Bedürfnisse immer mehr in die Hände der Tochter. Die Loyalität zur Mutter ist größer, als zu einem selbst. Dieses Verhalten verstärkt sich, so dass im weiteren Verlauf auch bestehende andere Beziehungen abbrechen, da es andere Personen nicht aushal-

ten, wenn die Tochter sich nicht um sich, sondern nur noch um die Mutter kümmert. So entsteht langsam eine exklusive Beziehung zwischen den beiden, wobei die Dosis mit der Zeit erhöht werden muss.

Wenn jetzt versucht wird in einer Aufstellung zu erreichen, diese Problematik durch Liebe lösen zu wollen, indem die Tochter die Mutter oder die Eltern lieben soll bzw. es die Aufgabe der Tochter sei, den Eltern mit (noch mehr) Liebe zu begegnen, verstärkt man zusätzlich diese nicht-konstruktive Bindung! Und damit handelt man gegen die Interessen der Klientin, denn sie erfährt erneut durch die Aufstellung, von der sie sich ja Hilfe erhofft, dass die Eltern im Recht sind – und sie sich zu fügen hat und keine eigenen Bedürfnisse haben darf. Das kann zu einer Retraumatisierung der Klientin führen - etwas schlimmeres kann man solchen Klientinnen nicht antun, und es ist das Gegenteil einer guten ethischen Haltung.

Hier kann das erste Ziel nur darin bestehen, sich von der Mutter zu lösen – was aber ein schwieriger und langwieriger Prozess ist, der nicht mit einer Aufstellung alleine zu erreichen ist. Sehr wichtig ist es aber auch immer zu erklären, dass zu einem späteren Zeitpunkt – wenn es gewollt ist – selbstverständlich wieder ein Kontakt möglich ist. Denn wenn diese Möglichkeit nicht angeboten wird, kann sich der loyale Anteil massiv dagegen wehren und die hilfreiche Abnabelung wird nicht funktionieren.

### **Wichtig: Die Anamnese**

In einem kurzen Vorgespräch direkt vor einer Aufstellung sind solche Zusammenhänge nur schwer zu erkennen. Dies ist ein weiterer Grund, warum für mich ein externes Vorgespräch so wichtig ist – und ich bleibe dabei: Eine Aufstellung ohne ein vorheriges externes Vorgespräch ist für mich ein Kunstfehler, und widerspricht auch den Weiterbildungsrichtlinien der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS). Selbst wenn man in einem Vorgespräch nur die Geschichte aus der Sicht der Klientin erfährt, kann man daraus oft eindeutige Hinweise erkennen, die zumindest eine gewisse Vorsicht als ratsam erscheinen lassen.

So kann man z.B. durch die Erstellung eines Genogramms sehr schnell einen fundierten Überblick über die Familien-Konstellation bekommen. Bei der Gelegenheit kann man auch nach der Kindheit fragen, wie diese erlebt wurde. Bei einer einfachen Frage habe ich oft ein „gut“ erhalten, und das stehen gelassen. Bis ich begriffen habe, dass jeder Mensch genau EINE Kindheit erlebt und somit selten eine Vergleichsmöglichkeit hat. Seitdem frage ich die Klienten im Vorgespräch immer nach den drei Grundbedürfnissen, die Kinder haben, und wie sie es erlebt haben:

- Die Sicherheit des Ortes
- Die Sicherheit der Bezugspersonen (müssen nicht zwingend immer nur die Eltern sein),
- Die Sicherheit, dass sie in Ordnung sind, so wie sie sind.

Der letzte Punkt ist der wichtigste und bedeutet, dass man das Gefühl entwickeln konnte, „*ich bin richtig*“, ich werde geliebt, so wie ich bin: Mit allen Ecken und Kanten. Und dazu gehört, dass ich meine Eltern als stark empfunden habe, und dass sie hinter mir stehen. Dies ist elementar, um ein gesundes Selbstwertgefühl entwickeln zu können.

Auf diese Weise gibt es auch eine gute Chance, auf nicht-konstruktive Bindungen aufmerksam zu werden.

Ich hoffe, ich konnte mit diesen Ausführungen auf eine Falle hinweisen, in die man in bester Absicht geraten kann. Denn das oberste Ziel sollte es sein, dass niemand aus einer Aufstellung schlechter heraus geht, als er hineingegangen ist.