

## **Lernen des Nichtlernbaren**

### **Erfahrungen mit einer Fortbildung in Aufstellungsarbeit**

Guni-Leila Baxa

Die etwa einjährige Fortbildung in Aufstellungsarbeit, zu deren Struktur, Inhalt und Erfahrungen ich im folgenden einiges mitteile, wurde von Christine Essen und mir in Österreich angeboten. Sie bestand aus 16 Seminartagen, zusammengefaßt zu vier Seminar-einheiten. Die TeilnehmerInnen trafen sich zusätzlich mehrmals zwischen den Seminaren in Peergruppen. Sie tauschten sich dort über Seminarinhalte aus, schauten Videos an, übten und setzten fort, was in den Seminaren erarbeitet worden war. Das Angebot richtete sich an PsychotherapeutInnen und SupervisorInnen. Alle brachten acht bis neun Tage Gruppenselbsterfahrung in Aufstellungsarbeit mit.

In der Frage des Lehrens und Lernens von Aufstellungsarbeit bewegen wir uns zur Zeit in recht kontroversen Bildern. Ist das Stellen von Systemen überhaupt lehrbar? Drohen Verschulung und Kontrolle? Verlassen wir dadurch vielleicht den Raum, aus dem heraus Aufstellungen geschehen? Andererseits: Wie gewinnt jemand das zweifellos erforderliche hohe Maß an Selbstreflexion, an Erfahrung, Reife, Handwerkszeug und Wissen?

Ein glücklicher Zufall ließ mich in meiner Studienzeit zur fast gleichen Zeit an zwei verschiedenen Veranstaltungen zum selben Thema teilnehmen. Es ging um die „Leiden des jungen Werther“. Das Seminar im Rahmen meines Germanistikstudiums gestaltete Professor A. als eine von umfangreicher Kenntnis getragene, kritische Textanalyse. Wir untersuchten Goethes Gebrauch von Sprache, „zerlegten“ einzelne Textstellen, wir arbeiteten häufig verwendete Motive heraus, verfolgten deren Auftauchen, Vorkommen und Variationen in der Literaturgeschichte und vieles andere mehr.

Ganz anders die zweite Veranstaltung: Nach einigen einführenden Sätzen begann Herr S., ein Philosoph, seine Vorlesung in etwa so: „Halten Sie bitte für einen Augenblick inne. Lassen Sie diese Worte direkt zu sich sprechen. Lassen Sie sich davon berühren, uns gemeinsam Sinn und Kraft des Werkes erfahren.“ – Zwei ganz verschiedene Vorgehensweisen, die sehr unterschiedliches Lernen ermöglichten.

Beim Stellen von Familien lassen wir uns von dem berühren, was sich in der Aufstellung zeigt. Was unmittelbar zutage tritt, was aus dem Dunkel ins Licht rückt.

Vor einigen Jahren ist das Schauen in 3D-Bildern recht bekannt geworden. Eine, für unseren Alltag ungewohnte, bestimmte Art des Schauens verwandelt einfache, zweidimensionale Bilder in etwas völlig anderes. Indem wir dieses Schauen zur Verfügung stellen, werden wir von „etwas“ erfaßt. Der Blick wird in die Tiefe gezogen, eine neue Dimension – Tiefe – taucht auf und ordnet alles neu.

Theoretisches Wissen, persönliches Meinen, Denken und Wollen treten in den Hintergrund und stehen dem Leiter von Aufstellungen, dessen Handeln von einer Haltung des Nichtwissens, einem Sich-Anmuten- und Erfassen-Lassen getragen ist, als „Werkzeug“ zur Verfügung. Vertraut werden wir damit durch direktes Erleben.

### **1. Lernen durch Teilhabe, Teilnehmen und teilnehmendes Beobachten**

Aufstellungen – zu persönlichen Anliegen und zu Supervisionsfragen – bekamen daher in der Fortbildung viel Raum. Außer Familien stellten wir auch Organisationen, Helfersysteme, die „innere Familie“ oder machten „Strukturaufstellungen“ (das Tetralemma, Problem- oder Körperaufstellungen nach Sparrer und Varga von Kibéd).

Eigenerfahrung halten wir im Übergang zur Arbeit mit Aufstellungen für unumgänglich. Dabei erfahren *FragestellerInnen* die Auswirkungen von Aufstellungen am unmittelbarsten. Was verändert sich? Was löst sich (sofort oder im Laufe der Zeit) in bezug auf ihr Anliegen, auf ihren Platz und ihre Funktion im System? In bezug auf ihre Gefühle und ihre Handlungsspielräume? Im Übernehmen von Rollen lernt man unterschiedlichste Systeme kennen, erfährt Prozesse und Lösungsschritte von innen, und gleichzeitig ist es dabei kaum möglich, sich dem Staunen und dem Loslassen persönlichen Wollens zu entziehen. Gleichzeitig lernt man unterschiedlichste Systeme kennen, erfährt Prozesse und Lösungsschritte von innen. Die Position *teilnehmender Beobachtung* ermöglicht ein dissoziiertes Mitvollziehen des Gesamtverlaufes und regt oft zu weiterführenden Fragen und Reflexionen an.

#### **Der Raum des Gewahrseins**

Jede Art der Teilnahme an Aufstellungen fördert die Öffnung und Sensibilität für den Raum des Gewahrseins. Für mehrere TeilnehmerInnen war es vor allem das Erleben dieses Raumes, das sie

berührte und zur Aufstellungsarbeit zog. Wir hören oft, wie unterstützend ihnen dieser „erweiterte oder tiefe“ Blick, das staunende Wahrnehmen und ein gewisser, damit verbundener Abstand in ihrem täglichen Umgang mit Menschen geworden ist. Zu einem wichtigen Forum dafür entwickelten sich die Nachbesprechungen, die sich an jede Aufstellung anschlossen.

Im Fragen und im Antworten, im Vermitteln von Theorie und Methodik blieben wir häufig vom Raum des Gewahrseins umfängen. Die metaphorische Qualität wirklichkeitsschaffender Instanzen unseres Alltags (wie Zeit, Raum oder Sprache) trat deutlicher hervor. Wir alle wurden hellhöriger für ein Pendeln zwischen den Erkenntnisebenen. Einige Verfahren verschiedener therapeutischer Richtungen und spiritueller Praxis schulen diesen Zustand offener und gleichzeitig gesammelter Aufmerksamkeit.

Mit Körperarbeit und einigen Wahrnehmungsübungen wiesen wir im Rahmen der Fortbildung auf solche Möglichkeiten hin.

### **Wo und wie fließt die Liebe?**

Meine Großmutter sagte oft „Wie du in den Wald hineinrufst, so tönt es zurück“, das heißt, wir bekommen Antwort auf der Ebene, auf der wir fragen. Im Verzicht auf jede Art von Diagnose und andere Festschreibungen wie (gute oder böse) Eigenschaften etc. verbündet sich die Frage: „Wo und wie fließt die Liebe“? mit den Ressourcen und heilenden Kräften im System. In dieser konsequenten Ausrichtung auf Lösungen hin erscheint uns die Aufstellungsarbeit besonders innovativ; eine für viele TeilnehmerInnen ungewohnte Haltung, die intensive Prozesse innerer und äußerer Umorientierung nach sich zog.

## **2. Lernen durch Erproben, Üben und eigenes Handeln**

Aufstellungen muten uns oft an wie ein Kunstwerk. Und ähnlich wie für Musiker das Instrument, für Maler Farbe und Pinsel, für Bildhauer Stein und Meißel die Medien sind, durch die sie „sprechen“ (und die durch sie „sprechen“), ist die Aufstellung das Medium des Aufstellungsleiters, von dem er sich führen läßt und mit dem er arbeitet. Je vertrauter ihm sein Instrument ist, desto freier ist er für das, was sich ausdrücken will, was er (damit spielend) geben kann. „Meisterschaft“ erleben wir dann auch oft in einer Verdichtung und Klarheit, die ganz einfach, schlicht und leicht wirkt.

In der Fortbildung richteten wir eine kleine „Werkstatt“ ein und entwickelten eine Reihe von Übungsabfolgen, die den TeilnehmerInnen ein schrittweises Hineinwachsen in das Leiten von Aufstellungen ermöglichen soll.

Am Anfang stand das *Üben mit Medien*, das heißt von Aufstellungen mit Symbolen wie Schuhen, Kissen, Stühlen, Knöpfen, Plastilin, dem Familienbrett, dem Erstellen von Genogrammen. Solche Aufstellungen sind gewöhnlich weniger intensiv und dicht als die mit Rollenspielen, erlauben jedoch ein eher spielerisches Ausprobieren ihrer Einsatzmöglichkeiten.

In welchen Kontexten und bei welchen Fragen sind welche Symbole geeignet? Macht es einen Unterschied, ob ein System mit Stühlen gestellt, mit kleinen Gegenständen gelegt, in Plastilin geformt oder in einem Genogramm gezeichnet wird; und ob eine Aufstellung in einer einzeltherapeutischen Sitzung stattfindet, in einer Konsultation mit mehreren Helfern oder in einer Supervision. Varianten von Dissoziation und Assoziation mit einzelnen Systemteilen erwiesen sich bei der Arbeit mit Medien als fruchtbar.

Wir können KlientInnen zum Beispiel einladen, jeden Platz im gestellten System einzunehmen und aus der Perspektive dieser Mitglieder wahrzunehmen, nur an einige dieser Plätze, nur an ihren eigenen oder an überhaupt keinen. Wir lassen sie vielleicht nur ins Lösungsbild treten oder fordern sie auch zu Zwischenschritten auf, wie etwa zu einem Rückgaberritual oder einer Verneigung.

Das Stellen mit Medien ist in vielen Arbeitsfeldern (sozialpädagogischen Kontexten, einzeltherapeutischen Settings, Beratungsstellen, Kinderschutzzentren) der einzig mögliche und manchmal auch der einzig angemessene Einsatz der Aufstellungsarbeit. Die TeilnehmerInnen begannen in ihren Arbeitsbereichen schon bald damit zu experimentieren und es gab einen lebendigen Erfahrungsaustausch darüber.

In einem weiteren Schritt ging es um das *Üben der unmittelbaren Wahrnehmung* dessen, was sich in der Aufstellung zeigt und auf eine mögliche Lösung hinweist. Der Therapeut setzt sich dem gestellten Bild aus. Er läßt sich – unter Einbezug der Rückmeldungen der gestellten Systemmitglieder – davon führen. Für eine Übungsabfolge unterbrachen wir Aufstellungen (nur solche zu Supervisionsfragen) an bestimmten Punkten.

In Untergruppen sprachen die TeilnehmerInnen dann über ihre Wahrnehmungen, Beobachtungen, ihre Bilder und Hypothesen. Sie

entwickelten mögliche Lösungsschritte und probierten sie aus. Jeder (auch unstimmgige) Lösungsvorschlag enthielt soviel an Entdeckungspotential, daß sich binnen kurzer Zeit Kategorien wie richtig oder falsch, gut oder schlecht auflösten. Obwohl so ein Prozeß zwei bis drei Stunden dauern konnte und Einsatzbereitschaft (besonders von den RollenspielerInnen) verlangte, wurde er als Übungsform begeistert aufgenommen.

### **Der Übergang zum eigenständigen Leiten von Aufstellungen**

Im Übergang zum eigenständigen Leiten von Aufstellungen durch TeilnehmerInnen setzten wir variierende Strukturen mit einer oder mehreren „reflektierenden Positionen“ ein. Das heißt, die übende AufstellungsleiterIn konnte ihre Arbeit unterbrechen und um Unterstützung bitten. Art und Weise der Unterstützung wurde vor Beginn der Aufstellung abgesprochen. In einer dieser Strukturen bildeten drei oder vier KollegInnen ein sogenanntes „reflektierendes Team“. Wenn von der übenden Aufstellungsleiterin darum gebeten, begannen sie untereinander über ihre Eindrücke, Beobachtungen und Lösungsideen zu sprechen. Die Leiterin hört nur zu und nahm aus dem Gehörten das, was ihr für die Fortsetzung ihrer Arbeit weiterhalf.

### **Der Prozeß selbst als Lernerfahrung**

Der Werkstattcharakter solcher Aufstellungen war für uns ein Experiment. Inwieweit ist in einer solchen Situation die für Aufstellungen so charakteristische Intensität und Verdichtung aufrechtzuhalten? Selbstverständlich war das nicht immer möglich. Erstaunlich war jedoch, wie schnell für uns alle ein Weggleiten davon spürbar war und wie sich immer wieder der Zugang dahin auftat. So wurde der Prozeß selbst zu einer Lernerfahrung. Die relativ einfachen Strukturen waren die Wegweiser. Sie bildeten den Rahmen, in dem das Üben (ohne sein Ziel – die Aufstellung – aus den Augen zu verlieren und ohne auszuufern) gut aufgehoben war.

## **3. Begleitende Methodik und ergänzendes Handwerkszeug**

### **Die guten Rahmenbedingungen**

Aufstellungen sind in (äußere und innere) Prozesse der Klienten eingebunden, die es zu berücksichtigen und zu begleiten gilt. Um

eine Aufstellung gut gewährleisten zu können, ist auf die entsprechenden, klaren Rahmenbedingungen zu achten: zum Beispiel die Indikation, das passende Setting und den stimmigen Zeitpunkt, auf den Umgang mit dem Überweisungskontext, das Beziehungsgefüge des Klienten, die innere Sammlung und Ausrichtung aller Beteiligten, ein angemessenes Anliegen und anderes mehr.

### **Der Schatz an möglichen Vorgehensweisen**

Für die begleitenden therapeutischen Prozesse vor, während und nach dem Stellen eines Systems nahmen wir in die Fortbildung einiges an „Instrumentarium“ mit hinein, das den Grundhaltungen der Aufstellungsarbeit entspricht. Das waren vor allem die lösenden und heilenden Sätze Bert Hellingers, die verschiedenen von ihm entwickelten Symbolhandlungen und der Wahrnehmungsrahmen der Grundordnungen. Hinzu kamen Ansätze aus unterschiedlichen psychotherapeutischen Richtungen: zum Beispiel das lösungsorientierte Vorgehen nach Steve de Shazer, Übungen aus dem NLP, Frageformen aus der systemischen Familientherapie, Arbeit mit Geschichten, Ritualen und Metaphern, Grundlagen der Systemtheorie.

### **Lernen: Sowohl-Als-auch**

Diese kurze Darstellung der Fortbildung spiegelt einen Prozeß wider, den wir auch in der Gruppe mehrmals durchliefen. Wir kreisten um ein scheinbares Entweder-Oder: Nichtwissen, Intuition, Gewahrsein auf der einen Seite und Handwerk, Methodik, Erfahrungswissen auf der anderen Seite. Ein Sowohl-Als-auch zeigte sich uns in einer Metapher: Wir konnten sehen, wie beim Entstehen eines Kunstwerkes in all das Geschenke, im Raum des Gewahrseins Geschaffene, auch alles Können, alles Bemühen und alles Erlernte einfließt.