

## Aspekte zur Einzelberatung von Paaren und Partnern

In W. De Philipp (Hrsg. 2006): Systemaufstellungen im Einzelsetting. Carl-Auer-Systeme.

In diesem Beitrag möchte ich einige Möglichkeiten in der Einzelberatung bei problematischen Paarbeziehungen mit Hilfe von Systemaufstellungen darstellen. Beispiele dazu sollen die Vielfalt und die Einzigartigkeit dieser Prozesse vermitteln.

Den Begriff der Beratung verwende ich hier als Überbegriff, der verschiedene Formen von therapeutischer Unterstützung bei der Bewältigung von Konflikten beinhaltet. In diesem Sinne lässt sich hier von einer Prozessberatung sprechen, bei der der Berater die Aufgabe übernimmt Anstöße zu erforderlichen Entwicklungen zu geben.

Sollte nur einer von beiden Partnern die Beratung aufsuchen, um seine Lage deutlicher zu sehen und gegebenenfalls Schritte zu einer Veränderung einzuleiten, spreche ich ebenfalls von einer Paarberatung. Außerdem ergeben sich Situationen, beispielsweise wenn es zunächst um die Sorge um ein auffälliges Kind geht, die ebenfalls in eine Beziehungsberatung münden.

Das Familienstellen in Gruppen brachte in den letzten zwei Jahrzehnten viel über bislang nicht gesehene Wurzeln von Konflikten bei Paaren ans Licht. Dabei ging es nicht nur um ausgeblendete Tatsachen aus der Kindheit, der Jugend und den früheren Beziehungen dieser Personen, sondern vornehmlich um Ereignisse und Liebesbeziehungen aus den jeweiligen Herkunftsfamilien. Es zeigte sich, dass die wirkenden Kräfte in den Schicksalen Betroffener weit über das persönlich Gewollte hinaus gingen und aus tiefen und meist unbewussten Quellen gespeist wurden.

Die Einsichten aus diesen vielschichtigen Erfahrungen mündeten über die Zeit in einigen wichtigen Grundorientierungen. Bei der Paarberatung wurde die Bedeutung des Ausgleichs von Geben und Nehmen, die Würdigung der Unterschiede und die Anerkennung der Herkunft der Partner hervorgehoben ( Neuhauser J. 1999, S.194 ff.).

### Methodik, Wissen und Haltung

Der erste wesentliche Aspekt in der praktischen Arbeit mit Paaren und Partnern ist die Unterbrechung der destruktiven Verhaltensmuster und Vorstellungen. Weit verbreitet ist immer noch die Vorstellung, über eine ausgiebige Problembeschreibung an eine ominöse Stelle zu gelangen, die den beklagten Sachverhalt aufklärt und verändert. Zudem hoffen Partner meist darauf, den Berater als Verbündeten für ihre eigenen Wünsche gewinnen zu können oder in ihm jemanden zu finden, der die Beziehung repariert oder es wird ein Richter erwartet, der ein salomonisches Urteil spricht.

Das Einführen von Figuren zu Beginn einer Sitzung unterbricht das bisher gewohnte Argumentieren und das „Darüberreden“ bei den Klienten. Die Verbildlichung des Konflikts führt in der Regel zu anderen Fragen, zu weiterführenden Informationen und in der Folge zu neuen Einsichten. Ist einmal das Interesse geweckt in dieser Art die problematische Situation weiter zu erfassen,

können die Klienten ihre bisherigen unergiebigsten Konzepte zurück lassen und mit Hilfe neuer Sichtweisen alternative Schritte zur Situationsbewältigung einleiten.

Allein schon das Lassen von bisherigen Anklagen, Vorwürfen, Rechtfertigungen und Bedrohungen, und die Erkenntnis, dass auf diese Weise bisher nichts Gutes bewirkt wurde, wäre eine große Hilfe.

Fallweise können natürlich auch andere Methoden eingesetzt werden, die das gewohnte Argumentieren von Klienten stören, wie die Erarbeitung eines Genogramms oder der Einsatz von musterunterbrechenden Fragen wie beispielsweise "Was glauben sie, wie es ihrer Frau (ihrem Mann) jetzt geht, wie sie (er) die Situation einschätzt?".

Nach der ab Beginn der Sitzung nötigen konzentrierten Aufmerksamkeit für die Wortwahl und Ausdrucksweise, die Körpersprache und andere nonverbale Signale der Klienten braucht der Berater ein dicht geknüpftes Netz von Erfahrungen und Erkenntnissen über bedeutsame Faktoren, die zu Paarproblemen führen können.

In der Gruppenarbeit kommt ja das Weiterführende meist über die Stellvertreter. Im Einzelsetting habe ich den Eindruck, dass der Berater wie ein Seismograph unterschiedlichste Mitteilungen zwischen sichtbarem Vordergrund und unsichtbarem Hintergrund aufnehmen muss. Diese sensibel wahrnehmende Haltung des Beraters wird zusätzlich genährt durch die Informationen zu Ereignissen und Personen aus den Systemen der Klienten.

Zunächst achtet der Berater auf die Geschehnisse innerhalb der Beziehung. Trennend wirken sich schwierige und schmerzvolle Ereignisse aus, die nicht gemeinsam getragen werden können. Dazu gehören beispielsweise früh verstorbene oder behinderte Kinder, Abtreibungen, Kinderlosigkeit, schwere Krankheiten und Unfälle, finanzieller Verlust und existenzielle Bedrohung, seelische und körperliche Gewalt, Verweigerung von Nähe, Sexualität und sicherer Bindung. Außenbeziehungen, unterschobene Kinder oder verheimlichte Kinder mit anderen Partnern während der Partnerschaft gehören ebenso in diesen Bereich. Weiterhin ist ein Hauptgrund für Streit in Paarbeziehungen das Missverhältnis beim Geben und Nehmen: Beispielsweise ließ eine Frau ihren zweiten Mann kostenfrei in ihrem Haus wohnen und unterstützte großzügig dessen Kinder aus der ersten Ehe. Sie selbst fühlte sich in ihrer großzügigen Liebe gut. Es tat ihr weh und sie konnte nicht verstehen, dass ihr Mann sie ständig kritisierte und "klein" machte, obwohl er ihr zusicherte, dass er sie sehr liebe.

Das Einbeziehen von Ereignissen und Personen aus früheren Bindungen spricht erfahrungsgemäß eine Ebene an, die bei Ratsuchenden, die nichts von der Aufstellungsarbeit wissen, zunächst etwas Befremden auslösen können. Es gibt ja die Vorstellung, sich von früheren "gescheiterten" Bindungen abzuwenden und sein Glück in einer neuen, "richtigen" Beziehung zu suchen. Das kann sehr weit gehen: Beispielsweise war der Anlass zu einer Beratung vor einiger Zeit, dass die neue Frau vom Mann verlangte, seine beiden Kinder aus erster Ehe bei der ersten Frau zu lassen und mit ihnen keinen weiteren Kontakt zu haben. "Ich schenke Dir neue Kinder", meinte sie.

Frühere Beziehungen werden oft als "Jugendsünden" abgetan, besonders dann, wenn etwas Verletzendes wie zum Beispiel eine Abtreibung in diese Zeit gefallen ist, wenn es um eine persönliche Schuld geht oder wenn man gern auf einfache Art

etwas Unangenehmes hinter sich lassen möchte. Besondere Ansprüche, Näheprobleme, Eifersüchte oder Aggressionen von Partnern zeigen sich hin und wieder als geheime Loyalität zu einem früheren Partner.

In der Regel werden heutzutage Kinder aus früheren Verbindungen als Mitglieder der neuen Familie wahrgenommen, wobei es hier Unterschiede gibt zwischen den Kindern, die der Mann bei der früheren Partnerin lässt und den Kindern, die die Frau mit in die neue Beziehung bringt. Die Akzeptanz für alternative Lebensgemeinschaften ist allgemein größer geworden und bei den Betroffenen ist meist der Wille vorhanden mit den früheren Kindern des Partners gut auszukommen. Dennoch können sich im Alltag Schief lagen dadurch ergeben, weil eine Trennung nicht wirklich vollzogen ist, der frühere Partner keine Wertschätzung erhält oder weil das Vorleben von einem der Partner durch besonders schwerwiegende Ereignisse eine Gleichwertigkeit nicht zulässt.

Im Bereich der unbefriedigten Bedürfnisse und schmerzvollen Ereignisse aus der Kindheit der Partner geht es beispielsweise um eine frühe Trennung von der Mutter, manchmal auch vom Vater, und der dadurch unterbrochenen Hinbewegungen zu ihnen. Die unbewusste Übertragung dieses Geschehens auf die Paarbeziehung führt oft zu kompliziertem Nähe-Distanz-Verhalten (eine ausführliche Darstellung dieses Themas finden sie im Beitrag von Ursula Franke in diesem Buch).

Weiterhin kann es in diesem Bereich gehen um Trennung und Scheidung der Eltern, um den frühen Tod eines Elternteils, um gestorbene Geschwister oder um Unklarheiten in Bezug auf die eigene Herkunft. Ebenso spielen sexueller Missbrauch und Gewalt in den Herkunftsfamilien eine Rolle. Die aus diesen Erfahrungen in besonderer Weise geformte Loyalität oder Ablehnung des Kindes zu Vater und Mutter verhindert oft die Ablösung aus dem früheren System und wirkt sich belastend auf die eigene Partnerschaft aus.

Der eigentliche Kernbereich der Aufstellungsarbeit, bei dem die Verstrickungen in Schicksale früherer Personen ans Licht kommen, zeigt, wie manche Konflikte in Paarbeziehungen mit der derzeitigen Paarbeziehung im Grunde nichts zu tun haben. Unbewusst im Inneren verbunden mit dem Liebesleid von früheren Personen des Systems, sind Partner füreinander blind und verständnislos, können sich gegenseitig äußerst rücksichtslos und verletzend verhalten, ohne ein solches Verhalten als Untat zu spüren. Gleichwohl muss gesehen werden, dass gerade diese tiefen Bindungskräfte Menschen auch zueinander finden lässt und dass die Partner durchaus ihre Seelenverwandschaft ahnen. Bei einer besonderen und leidenschaftlichen Liebe, am Anfang meist romantisch verklärt und später dramatisch belastend erlebt, stehen fast immer Vorfahren Pate. Hier muss manches Undurchsichtige mitunter nachgefragt werden und dennoch kann einiges im Dunkel der Seele der Betroffenen verschlossen bleiben.

Jede Beratung wird natürlich die spezielle Handschrift des jeweiligen Therapeuten oder Beraters tragen. Ich selbst arbeite seit 1987 in freier Praxis und die Aufstellungsarbeit in Gruppen und im Einzelsetting umfasst den größten Bereich. In der Arbeit mit Paaren und Partnern biete ich zunächst nur eine Sitzung an und lasse den weiteren Verlauf offen. Einzelsitzungen münden manchmal in einer Gruppenarbeit und umgekehrt.

Nach Beginn einer Sitzung nehme ich meist wie beiläufig Figuren zur Hand und übersetze die ersten Informationen in ein Aufstellungsbild. Dieses "Tun im Nebenbei" endet mit der Aufforderung an die oder den Klienten, die vorhandene Figurenkonstellation entsprechend dem eigenen inneren Bild zu korrigieren. So gelingt es meist auf eine einfache Art, aus dem Reden in ein dialogisches Vorgehen zu kommen.

Kommen Partner gemeinsam in die Sitzung und ist die Atmosphäre stürmisch und aggressiv aufgeladen, kann es sein, dass ich Regeln einführe, um die überbordenden Anklagen, Vorwürfe und Abwertungen zu unterbrechen. Manchmal schlage ich auch getrennte Sitzungen vor, um ruhiger die Sachlage zu erkunden.

Die Anstöße, die durch verschiedene Prozesse mit Hilfe von Systemaufstellungen, sei es mit Figuren, mit Bodenankern, in der Imagination oder durch Stellvertretungen, gegeben werden, können auf förderliche Weise durch Übungen in der Sitzung oder durch Hausaufgaben unterstützt werden. Beispielsweise durch eine Kommunikationsübung, die die gegenseitige Wertschätzung und den Respekt der Partner wieder zum Ausdruck bringt. Oder durch eine Hausaufgabe, die eine der Elternschaft geopfert Paarbeziehung zum Leben erwecken soll.

## Vorgehensweisen mit Beispielen

### *Das Unlebendige*

*Eine Frau kam zur Sitzung und war am Ende ihrer Geduld: "Wir könnten es so gut miteinander haben! Aber mein Mann! Er lässt all die schönen Dinge des Lebens links liegen und zieht sich ständig zurück. Er ist so unlebendig!" Diese Frau lebte mit ihrem Mann in einer zweiten Verbindung. Beide hatten vorher eine Ehe. Sie erzählte über ihre vergeblichen Versuche die Paarbeziehung in ihrem Sinne zu verbessern und auch darüber, dass sie sich von ihrem Mann unbeachtet und zurück gewiesen fühle. Nebenbei stellte der Berater zwei Figuren gegenüber stehend auf den Tisch und bat die Frau um Korrektur. Sie verringerte den Abstand etwas und drehte die männliche Figur so, dass der Eindruck entstand, die Figur wäre auf etwas anderes ausgerichtet. Der Berater zeigte Verständnis für ihr Gefühl nicht gesehen zu werden und fragte die Frau, ob sie eine Idee hätte, wohin ihr Mann eigentlich schauen würde. Zunächst meinte sie ironisch ärgerlich: "Vielleicht auf seine Bücher?" Ob denn in ihrer Beziehung etwas Belastendes passiert sei oder ob ihr etwas aus seiner früheren Ehe bekannt sei, wollte der Berater wissen. "Ja, schon," sagte sie, "aber das liegt doch so lange zurück. Mein Mann hat mir erzählt, er habe extra deswegen eine Therapie gemacht". Dann kam diese Information: Ein halbes Jahr nach der Scheidung von seiner ersten Frau sei der gemeinsame Sohn mit fünfzehn Jahren bei einem Verkehrsunfall ums Leben gekommen. Ihr Mann hatte ihr das erzählt, als sie sich etwa drei Jahre nach diesem Unfall kennen lernten. Seitdem hätten sie nicht mehr darüber gesprochen. "Ich hatte es beinahe vergessen", meinte sie nachdenklich, "aber so etwas hört nie auf, nicht wahr?"*

*Der Berater stellte dann für den Sohn und seine Mutter zwei Figuren in die Blickrichtung des Mannes. Die Frau schaute still auf die Figuren. Der Berater schlug dann vor, mit Hilfe von Bodenankern diese Situation zu erkunden und die Frau willigte ein. Dann platzierte die Klientin die Blätter für sich selbst und für ihren Mann im Raum. Auf dem Platz ihres Mannes sagte sie: "Ich kann hier nichts spüren." Als*

*der Berater - entsprechend der Figurenaufstellung auf dem Tisch - für den Sohn und dessen Mutter Bodenanker auslegte, wendete sie sich in eine andere Richtung, schaute ins Leere und meinte: "Jetzt möchte ich weg. Nur weg. Ich möchte da nicht hinspüren"*

*Die Klientin setzte sich nun wieder auf ihren Stuhl und schwieg. Der Vorschlag des Beraters war nun, Worte zu finden, die den Mann erreichen könnten. "Ich weiß nicht, ob ich das noch will.", meinte daraufhin die Frau.*

*Nach drei Tagen rief diese Frau an und vereinbarte eine neue Sitzung. In dieser Sitzung erzählte sie, dass sie erst einmal nur ans "Koffer packen" gedacht habe. Doch zu Hause angekommen, habe sie sich dann neben ihren Mann gesetzt und einfach angefangen, über die erste Sitzung zu sprechen. Er habe dann gemeint, er hätte sein Kind deshalb nicht erwähnt, um sie nicht zu belasten. Er sei auch nie an das Grab gegangen. Allein schon deshalb nicht, um ein Treffen mit seiner ersten Frau zu vermeiden. Sie sagte dann zum Berater, dass es bei ihr am Anfang dieser Beziehung auch so gewesen wäre: Damals habe sie auch keine weiteren Fragen gestellt, um ihren Mann zu schonen. Jetzt wisse sie nun nicht, wie es weitergehen könne, doch sie würde sich ihrem Mann wieder viel näher fühlen und sie sprächen offener miteinander.*

Die Figurenaufstellung verwende ich gern als Eröffnung und als Möglichkeit für Klienten, sich mit dieser Vorgehensweise vertraut zu machen. Den Klienten bleibt es dann vorbehalten, sich zu öffnen, emotional näher zu kommen oder auf Distanz zu bleiben.

Im einem ersten Schritt wird ein Bild mit den bis dahin erwähnten Personen dargestellt. Dabei werden mit Hilfe der Figuren Ausrichtungen und Entfernungen der betreffenden Personen sichtbar und ein erster Überblick wird möglich. Ergänzt durch Figuren weiterer Personen und durch Informationen zu Ereignissen kristallisiert sich eine emotionale Landschaft heraus. Die spannungsreichen Partien werden deutlicher wahrgenommen und können zu einem nächsten Schritt führen.

In einem nächsten Schritt kann die Figurenaufstellung weiter genutzt werden oder es werden spezielle Stellungen „ausgelagert“ und mit Hilfe von Bodenankern oder in der Imagination weiter bearbeitet. Bevorzugt arbeite ich mit „Auslagerungen“ von spannungsreichen Bezügen. Gelingt dem Klienten außerhalb der Figurenaufstellung ein Fortschritt, kann er danach, von einer neutralen Position aus, die Figuren entsprechend verändern und zusammen mit dem Berater die Konsequenzen seines Fortschritts im System bedenken, notwendige Handlungen für den Alltag vorbereitend besprechen und eventuell unterstützende Kommunikationsübungen absolvieren. So kann der seelische Prozess gefestigt und alltagstauglich gemacht werden.

Natürlich ist es besonders berührend, wenn es gelingt, zusammen mit einem Paar, alte Wunden zu versorgen und vielleicht dadurch zu einem Neubeginn beizutragen. Davon berichtet das nächste Beispiel.

### *Das Opfer*

*Eine Frau rief an, weil sie von diesen Familienaufstellungen gehört habe. Sie wolle mit ihrem Mann kommen. Sie hätten aber nur wenig Zeit und ob das auch mal am Abend in Einzelsitzungen ginge. In der Sitzung berichteten beide übereinstimmend darüber, dass sie sich schon länger aus dem Wege gingen. Seit geraumer Zeit hätten*

*sie auch getrennte Schlafzimmer. Doch eine Scheidung wollten sie nicht, da sie noch zwei minderjährige Töchter hätten und außerdem gemeinsam und recht erfolgreich ein Geschäft führen würden. Sie hätten schon einen Therapieversuch hinter sich. Vielleicht hätte es ja mit so einer "Verstrickung" zu tun, meinten sie. Der Berater hatte schon Figuren auf dem Tisch vorbereitet für das Gegenwartssystem, stellte Mann und Frau direkt gegenüber, die zweite Tochter näher zur Mutter und die erste Tochter etwas entfernter mit Blick auf den Vater. Nachdem der Berater um Korrektur bat, stellte der Mann seine Figur näher zu den Kindern, die Frau stellte danach den vorigen Abstand wieder her und veränderte leicht die Position der Kinder. Auf die Frage, wo denn das Geschäft hin solle, nahm die Frau den angebotenen Baustein und stellte ihn genau zwischen die Figuren von Mann und Frau. Der Berater wollte dann mehr über das Geschäft wissen und über etwaige Belastungen.*

*Übereinstimmend berichtete das Paar darüber, dass die Zeit nach der Gründung zwar anstrengend gewesen sei, doch es hätte sich alles gut entwickelt. Da sie ihr Büro zu Hause hätten, wäre es auch mit den Kindern verhältnismäßig unproblematisch gewesen. Sie hätten eine zusätzliche Hilfskraft für den Haushalt und eine Großmutter lebe auch in der Nähe und würde bei der Kinderbetreuung gerne helfen. Alle weiteren Erkundigungen über das Geschäft brachten keine Anhaltspunkte. Der Berater fragte dann noch nach anderen belastenden Ereignissen, unter anderem nach Abtreibungen. Da stutzte die Frau und erzählte eher unwillig: "Etwa zwei Jahre nach Geschäftsgründung hatten wir einen wichtigen und eiligen Auftrag. In diesem Trubel habe ich die Pille vergessen und wurde tatsächlich schwanger. Über eine Bekannte habe ich eine gute Adresse in der Nähe bekommen und bin mit dem Taxi hingefahren. Es war problemlos, keine Komplikationen. Das ist für mich erledigt." Der Mann nickte nur zu diesem emotionslosen Bericht. Der Berater stellte eine kleine Figur neben das Geschäft und bemerkte, wie Mann und Frau unruhig wurden und die Arme vor der Brust verschränkten. Der Berater sprach diesen "Wetterwechsel" an, doch die Klienten gingen nicht darauf ein und fragten nach den "Verstrickungen". Die weitere Arbeit brachte keine Aufschlüsse.*

*Nach zwei Monaten wollte die Frau alleine eine Sitzung. Sie meinte in der Stunde: "Mir ist das nicht mehr aus dem Kopf gegangen. Das mit der Abtreibung. Jetzt zieht sich in mir alles zu, wenn ich daran denke. Da ich selbst schuld war, wollte ich es wohl allein ausbaden. Vielleicht dachte ich damals, es wäre so etwas wie ein Zahnarztbesuch. Ich bin immer noch wütend auf mich. Und mein Mann hätte mich nicht allein gehen lassen sollen. Irgendwie fühle ich mich von ihm im Stich gelassen. Aber ich denke auch, ich habe kein Recht ihm böse zu sein. Das ist alles so verzwickt, denn im Grunde mögen wir uns." Sie konnte dann zu dem abgetriebenen Kind langsam Kontakt aufnehmen.*

*Der Berater regte daraufhin eine Sitzung zusammen mit ihrem Mann an. In dieser Sitzung ging die Frau, jetzt im Arm ihres Mannes, in ihrer Vorstellung zurück zu dem Tag der Abtreibung und beschrieb alles Wichtige. Diese sehr berührende und für beide schmerzvolle Reise endete damit, dass sie dem abgetriebenen Kind einen Platz geben konnten. Auf diese Weise hatten sich die beiden nach langer Zeit zum ersten Mal wieder im Arm und waren sich sehr nahe.*

In den heutigen Vorstellungen über Freiheit und Selbstverwirklichung finden Partner leicht Argumente dafür, die Folgen für eigenes Handeln gering einzuschätzen. Die Ursachen von Schwierigkeiten werden eher in den Mängeln der Kindheit oder in Verfehlungen der Eltern oder anderer Personen gesucht. Manche Paare und Partner

kommen auch in Versuchung, in der Aufstellungsarbeit ein Spiel zu sehen, das lediglich mit dem Einsatz von eigenem Wollen und Wünschen zu einem Gewinn führen soll. Manchmal werden Probleme so präsentiert, als gäbe es ein Recht auf eine vorher ausgedachte Lösung.

Bei Gruppensitzungen sind Unterbrechungen meist Pausen, die dem gesamten seelischen Prozess zugute kommen. Außerdem kommen in der Gruppenarbeit ständig Impulse über die Teilhabe an Schicksalen von anderen, die den Fortgang der eigenen Arbeit unterstützen. Bei Einzelsitzungen ist ein stockender Prozessverlauf schwieriger zu handhaben. Am besten scheint mir hier, die Sache offen und mutig anzusprechen und darauf zu vertrauen, dass die Klienten vom Wünschen und Wollen zu ihrer tieferen Wirklichkeit finden.

In folgendem Beispiel erläutere ich die Möglichkeit, mit Paaren in der Einzelsitzung „persönliche“ Aufstellungen zu machen, sich als Berater stellvertretend zur Verfügung zu stellen und falls notwendig, mit Bodenankern Fehlendes zu ergänzen. Ein Berater, der viel Erfahrung mit Stellvertretungen hat und gut bei sich selbst bleiben kann, kann auf diese Weise einen Prozess zügig voran bringen.

#### *Der Stellvertreter*

*Herr und Frau B. kamen wegen ihres Sohnes. Der Zwölfjährige ließ sich "nichts mehr sagen" und das Elternpaar war sich uneins darüber, wie es mit dem Sohn umgehen solle. Die Mutter pochte auf liebendes Verständnis und der Vater verlangte nach mehr Strenge. Beide waren sich einig, dass es so nicht weitergehen könne, dass auch ihre Paarbeziehung dadurch stark belastet sei. Herr B. hatte schon an Auszug gedacht: "Ich komme mir überflüssig vor." Der Vorschlag des Beraters war daraufhin, dass das Paar sich im Raum aufstellen und ihm, als Stellvertreter des Sohnes, einen Platz zuweisen solle. Der Mann stand der Frau gegenüber und der Sohn bekam übereinstimmend den Platz rechts neben die Mutter. Nun fühlte der Berater sich in die Rolle ein und spürte sich wichtig und gleich groß wie die Eltern. Die Mutter nahm er eher als Frau wahr und hätte sie gern bei der Hand genommen. Der Vater schien ihm fremd und eher störend. Als sich der Berater - noch in Stellvertretung - neben den Vater positionierte, kam ein leiser Wunsch nach Anlehnung, verbunden mit dem Eindruck kleiner zu werden. Der Berater teilte dem Paar seine Wahrnehmungen aus der Stellvertretung mit und befragte sie zunächst zu wichtigen Ereignissen in und vor ihrer Verbindung. Die Frau meinte, sie habe zwar schon als Zwanzigjährige zum ersten Mal geheiratet, doch das sei ein "Irrtum" gewesen. Nach einem Jahr sei sie aus der gemeinsamen Wohnung ausgezogen. Es stellte sich dann heraus, dass dieser erste Mann damals sehr enttäuscht war und längere Zeit versucht hatte seine Frau zurück zu gewinnen. Auf Erklärungen ihrerseits habe er ohne Verständnis reagiert und sie hätten dann nur noch gestritten. Die Scheidung habe er dann wortlos hingenommen und seitdem hätten sie keinerlei Kontakt gehabt. "Ich fühlte mich so abhängig wie im Elternhaus. Ihm gehörte alles, er verdiente das Geld - ich war noch in Ausbildung - , er kümmerte sich um alles und ich fühlte mich bald nur noch unter Druck und kontrolliert. Ich habe dann rebelliert. Es ist schon möglich, dass ich ihn verletzt habe. Das zeigte er aber nicht, er machte mir nur Vorwürfe", erzählte sie. Nun schlug der Berater eine weitere Aufstellung vor. Das Paar stand wie vorher, der Berater als Stellvertreter des Sohnes stellte sich neben den Vater und auf den rechten Platz neben der Mutter wurde ein Bodenanker für den ersten Mann gelegt. Die Frau sollte dann auf die Zeit mit ihrem ersten Mann schauen, ihn als ihren ersten*

*Mann benennen und all das anerkennen, was von ihm als Unterstützung gekommen sei. Der jetzige Mann meinte danach, dass das zwar seltsam sei, er aber jetzt gern neben seine Frau wolle. Als der zweite Mann seine Achtung gegenüber dem ersten Mann zeigen konnte, fühlte er sich gut damit und nahm den rechten Platz neben seiner Frau ein. Der Bodenanker für den ersten Mann wurde noch weiter nach rechts verschoben. Nun teilte der Berater den Eltern noch die Wahrnehmungen aus seiner Rolle mit: Er würde sich als Sohn um etliches kleiner fühlen, aber gut. Und er würde sich freuen, die Eltern vor sich und nebeneinander zu sehen. Dann verließen alle die Aufstellung und setzten sich. Der Berater empfahl den Eltern mit liebendem Verständnis eindeutige Grenzen zu setzen und sich als Eltern darin zu unterstützen. Zusätzlich solle die Mutter dem Sohn vermitteln, dass der Papa genau der Richtige sei - als Vater und als Mann.*

*Um die Paarbeziehung zu stärken, wurden entsprechende „Hausaufgaben“ besprochen.*

Die Liebe zwischen Mann und Frau ist instinktiv verknüpft mit dem Drang einander zu schützen, zu sorgen, zu unterstützen oder gar zu retten. Manche spüren sogar den tiefen Wunsch, Partner nach zu erziehen oder zu bessern. In dieser instinktiven, blinden Liebe findet sich offensichtlich nicht die Fähigkeit, in gegenseitigem Respekt als Mann und Frau gleichwertig zusammen zu leben und entstehende Probleme ohne Sieger und Verlierer zu lösen. Unbefriedigte Bedürfnisse und Wünsche werden meist mit offenen oder versteckten Vorwürfen und Anklagen vorgetragen und führen zu kämpferischen Auseinandersetzungen, da die Einzelnen die wünschenswerte Besserung mit Veränderungen beim Anderen ansteuern. Geht dann eine Beziehung im Unfrieden auseinander, wirkt das Ungelöste weiter und nimmt auch Kinder der darauf folgenden Verbindung in die Pflicht.

Das Herz der Aufstellungsarbeit sind die Einsichten in die archaischen Beziehungsordnungen und den daraus folgenden Lösungen von unbewussten Verstrickungen in fremde Schicksale.

Diese tief berührenden Momente, in denen liebende Bindungen über Generationen hinweg spürbar werden, können natürlich auch in Einzelsitzungen auftauchen.

### *Die Verzauberung*

*"Gottlob habe ich zwei Kinder", seufzte eine Klientin, "sonst wäre ich vermutlich schon längst durchgebrannt! Vor einem Jahr etwa, habe ich mich in einen anderen Mann verliebt. In einem Cafe schaute ich in seine Augen und konnte mich nicht mehr lösen. Ich sitze in einer furchtbaren Zwickmühle, bin hin und her gerissen. Meinen Mann will ich nicht verletzen und ich will ihn eigentlich auch nicht verlassen. Immer wieder breche ich den Kontakt zu dem anderen Mann ab. Doch wenn er anruft, kann ich nicht widerstehen. Es ist schlimm!"*

*Da wegen dieser besonderen Umstände für sie keine Gruppe in Betracht käme, kommt diese Klientin in die Einzelsitzung und stellt ihre Situation mit Figuren auf: Die Kinder nahe zum Vater, sich selbst etwas im Abstand dazu mit Blickrichtung auf den anderen Mann. Einer Eingebung folgend, stellte der Berater hinter dem anderen Mann eine weitere männliche Figur und daneben eine weibliche Figur. Die Klientin schaute gebannt auf dieses Paar, nahm dann wortlos eine weitere männliche Figur und stellte sie an die andere Seite dieser noch unbekanntes Frau. Dann atmete sie tief durch, lehnte sich zurück und meinte, dass diese Dreiergruppe sie beruhigen*



würde. "Wer ist das?", fragte sie. Der Berater meinte, dass diese Figuren vermutlich Personen ihrer Familie darstellten, die durch eine besondere Liebe verbunden wären und fragte die Klientin, ob sie denn etwas wisse oder ahne. Die Klientin erzählte dann etwas über eine "andere" Großmutter mütterlicherseits und dass sie aber darüber nichts Genaues wisse. Die Klientin besuchte daraufhin ihre Mutter. In einer nächsten Sitzung erzählte sie folgendes: "Die "andere" Großmutter ist die leibliche Mutter meiner Mutter, Großvaters erste Frau. Sie starb kurz nach der Geburt meiner Mutter vermutlich an einer Krankheit. Das war 1945. Zu dieser Zeit war meine Mutter bei den Eltern des Großvaters. Der Großvater kam bald aus dem Krieg zurück, heiratete wieder und meine Mutter wuchs nun dort auf. Meine Tante ist 1948 geboren. Meine Mutter erzählte dann, dass sie die zweite Frau des Vaters immer als Mutter erlebt hätte und dass ihr diese Zusammenhänge erst erzählt worden wären, als sie schon eine Jugendliche war." Die Klientin erzählte dann weiter: "Drei Tage nach meinem Besuch rief mich meine Mutter an und meinte, es ließ ihr keine Ruhe, sie müsse mir noch was erzählen: Sie sei sich nicht sicher, ob denn der Großvater ihr wirklicher Vater sei. Sie habe mal bei Verwandten "etwas aufgeschnappt", sich aber nie getraut ihren Vater zu fragen. Außerdem sei er immer ein guter Vater für sie gewesen. Da alle in dieser Großelternreihe nun tot seien, müsse man diese Sache sowieso auf sich beruhen lassen."

Nun wurde die Figurenaufstellung ergänzt. Zu den erlebten Großeltern wurde zunächst die Mutter gestellt. Dann, etwas dahinter, die leibliche Großmutter und ein unbekannter Mann. Der Klientin liefen die Tränen über das Gesicht und sie stellte ihre Figur zur leiblichen Großmutter, erzählte ihr von ihrer Sehnsucht, ihrer Liebe und ihrer Schuld. Der Berater ließ sie mit ihrer leiblichen Großmutter "sprechen", bis sie sich beruhigte.

Nach einer Zeit des Schauens und Verstehens konnte sie ihrer Mutter zusichern: "Mama, ich lasse das alles jetzt ganz bei dir". Als neben ihre Mutter deren Mann gestellt wurde, der Vater der Klientin, stellte sie ihre Figur neben die ihres Mannes. Da die Mutter der Klientin aus einem Bauernhof stammte und die leibliche Großmutter während des Krieges dort war, tauchte das Bild auf, dass der Unbekannte ein dort zwangsverpflichteter Arbeiter aus dem Ausland war ( auch wenn es vielleicht zu weit geht: Die heimliche Liebe der Klientin war ein Franzose). Die Klientin meinte: "Ich habe nun keine Angst mehr, dass ich durchdrehe. Ich sehe da was hinter meiner Mutter. Das beruhigt mich."

Ob nun die in der Prozessarbeit im Einzelsetting auftauchenden Reaktionen bei den Klienten (oder beim Berater) sichere Rückschlüsse auf systemische Verstrickungen zulassen, vergleichbar mit den Reaktionen von Stellvertretern bei Aufstellungen in Gruppen, muss meiner Ansicht nach Gegenstand weiterer Beobachtung bleiben. Berater mit einem großen Fundus an Aufstellungserfahrungen in Gruppen sind wohl mehr geneigt, ihren Eingebungen zu folgen. Andere werden sich sicherer fühlen, wenn sie sich systematisch mit Hilfe eines Genogramms an fragliche Stellen hintasten.

Ein großer Teil meiner Arbeit mit Paaren und Partnern hat damit zu tun, Worte zu finden, die den eigentlichen Konflikt klar machen und durch ausgleichende oder anerkennende Wirkung Situationen entspannen können und eine andere Sicht auf die Dinge eröffnen:

### *Das Selbstverständliche*

*Ein Paar kam wegen ständiger Reibereien in die Beratung. Beide hatten sich gute Argumente für Anklage und Verteidigung zurecht gelegt und waren etwas verstört, als der Berater davon nichts wissen wollte. "Ich gehen davon aus, dass ich sie beide gut verstehen werde. Vermutlich muss ich jedem von Ihnen Recht geben. Sie streiten sicher nicht zum Spaß. Wahrscheinlich wollen Sie etwas voneinander, kommen aber auf die bisherige Art nicht zum Zug", meinte der Berater und bat die beiden ihre jetzige Familie mit Figuren aufzustellen. Die von der Frau ausgeführte Aufstellung zeigte einen größeren Abstand zwischen Mann und Frau, die Kinder waren in der Nähe der Mutter. Der Mann verringerte den Abstand zu Frau und Kindern. Da griff die Frau energisch ein und stellte die Figur des Mannes wieder zurück und meinte vorwurfsvoll: "Stimmt nicht, er ist meistens weg und ich habe die größte Last." Der Mann stöhnte auf: "Es ist mittlerweile egal was ich mache. Nichts ist recht."*

*Der Berater bot dem Mann folgende Überlegung an: "Vielleicht ist es ja so: Wenn sie nach Hause kommen und ihre Frau überfordert und unzufrieden erleben, werden sie ärgerlich und hätten am liebsten ihre Ruhe. Doch vielleicht fühlen sie sich nur hilflos und ohnmächtig und wissen nicht, wie diese Situation zu meistern wäre." Der Mann nickte nur. Auf Bitten des Beraters, schaute er seine Frau an und wiederholte diesen Sachverhalt mit eigenen Worten. Die Frau meinte daraufhin: "Es würde mir schon helfen, wenn du mir eine Weile zuhören würdest. Ohne deine klugen Ratschläge. Nur zuhören."*

*Dann bat der Berater das Paar, sich gegenüber sitzend und in die Augen schauend, ihre tatsächlichen und tagtäglichen Leistungen in aner kennender und dankender Weise zum Ausdruck zu bringen. Der Mann zeigte großen Respekt vor den Leistungen seiner Frau, doch es fiel ihr schwer, diese Wertschätzung anzunehmen. Als die Frau zum Mann sagte: "Du sorgst sehr gut für uns. Im Grunde bin ich sehr stolz auf Dich!", konnte der Mann seine Rührung kaum zurück halten. Er hatte Tränen in den Augen. Dennoch wehrte auch er ab: "Das ist doch selbstverständlich." So wurde dann deutlich, dass beide Partner aus ihren Herkunftsfamilien ähnliche Muster mitbrachten. Beide waren als erste Kinder in ihren Familien nahe bei den Eltern, hatten wichtige Pflichten übernommen und sich später als Jugendliche vorgenommen, dass es ihre Kindern einmal leichter haben sollten. Sie stellten auch ihre Elternschaft hoch über die Paarbeziehung und in ihrer Familie drehte sich alles um die Kinder.*

*In weiteren Sitzungen wurden konkrete Abmachungen besprochen, wie Paarbeziehung und Elternschaft, Kinderpflicht und Existenzsicherung, Arbeit und Vergnügen in ein neues Verhältnis gebracht werden können. Ergänzt wurden alle Sitzungen dadurch, dass die Partner sich gegenüber saßen und sich "selbstverständliche" Dinge sagten.*

Die Existenzsicherung einer Familie oder einer Paarbeziehung wird in der Regel nicht als Liebeshandlung gesehen. Auf der anderen Seite spielt die besonders fürsorgliche Umgangsweise mit Kindern oft eine große Rolle bei Paarkonflikten und häufig ist zu beobachten, dass die Paarbeziehung durch die Elternschaft aufgesogen wurde.

Das "Sich-in-die Augen-schauen" und wertschätzend Dinge anzusprechen, die zu den Tatsachen des Alltags gehören, ist vielen Paaren fremd. Sich Zeit und Ruhe für diese Art Austausch zu nehmen, muss meist angeregt und geübt werden. Denn gerade in spannungsgeladenen Situationen könnte der offene Blick zum anderen

hin, uns auch von Gefühlen lösen, die aus Wunschbildern oder alten Mustern kommen.

Die Vorstellung, dass die Liebe in der Paarbeziehung lediglich eine Gefühlsangelegenheit sei, die vor allem vom "richtigen" Partner abhängen würde, ist weit verbreitet. Die Erfahrungen bei der Aufstellungsarbeit zeigen dem gegenüber anderes: Viele Gefühle, die in Paarbeziehungen Konflikte anfachen, sind mit Wunschbildern oder verinnerlichten Bildern aus den Herkunftsfamilie verknüpft. Wesentliches Grundwissen für den Berater ist, dass es Gefühle gibt, die Lösungen ermöglichen und solche, die Lösungen verhindern (Hellinger 2001, S.41-46). Gefühle, die die Paarbeziehung stören, werden gern durch Abwenden vom Partner gepflegt, durch Wut konserviert oder durch das Träumen von einer schöneren Welt veredelt. Über imaginative Prozesse lassen sich die wirklichen Zusammenhänge entdecken und Veränderungen in die Wege leiten:

#### *Mutters Leid*

*Ein junger Mann, gerade Vater geworden, kam bedrückt in die Sitzung und zweifelte an der Liebe zu seiner Frau: "Ich kann ihr nicht in die Augen sehen, ich meide ihre Nähe und habe keine Gefühle für sie." Der Berater hatte schon Informationen über die Herkunftsfamilie dieses Klienten und er brachte ihn über die Vorstellung in Kontakt mit Mutter und Vater. Der junge Mann meinte dann: "Meiner Mutter gehe ich auch aus dem Weg und schaue sie möglichst nicht an." Der Berater fragte dann: "Wenn sie jetzt in ihrer Vorstellung ihrer Mutter in die Augen sehen würden, was würde passieren?" Da atmete er schwer und kämpfte mit den Tränen. Er hatte einen älteren Bruder, der nur drei Jahre gelebt hatte. Er selbst hatte keine Erinnerung an diesen Bruder. Nun führte ihn der Begleiter in der Vorstellung in sein Elternhaus. Es ergab sich von allein, dass er in der Imagination im Garten der Eltern auf seinen Bruder traf. Er sah sich und seinen Bruder, beide mit Frau und Kind, auf Besuch bei den Eltern. Er konnte dann sehen, wie vor allem die Mutter eine große Freude hatte. Jetzt war es leicht, die Mutter anzuschauen. Das Bild tat ihm auch deshalb gut, weil er merkte, wie er mit seinem Bruder im Frieden war. Er verstand sofort, dass er in seiner jetzigen Beziehung etwas von seinem Glück opfern wollte. Als er sich jetzt seine Frau vorstellte, waren seine Zweifel weg und er fühlte sich ihr gegenüber frei und zugewandt. Dann entschloss er sich, bei seinem nächsten Besuch zu Hause seiner Mutter nicht auszuweichen und seinen Eltern den großen Schmerz zu lassen. Er meinte: "Wenn ich meinen Bruder neben mir spüre wie vorhin, sollte mir das gelingen."*

#### Ausblick

Was im Rahmen des Familienstellens an Hilfen für das Gelingen von Paarbeziehungen angeboten wird, lässt sich einerseits als Wissen um die "Ordnungen der Liebe" und andererseits als therapeutische Prozesse beschreiben, die durch ausgleichende und anerkennende Vollzüge Lösungen für aktuelle Konflikte einleiten. Bei diesen Vorgängen hat der Berater die Möglichkeit, sein Hintergrundwissen um die Ordnungen in Systemen einzubringen.

Für den Klienten bleibt die Arbeit nahe an den leibseelischen Wahrnehmungen von dem "was gut tut", „was in Ordnung ist“. Zusätzliche Informationen vom Berater zu

"Ordnungen" können vom Klienten aufgenommen werden, wenn eine klärende und wohltuende Wirkung erlebt wird. Auch wenn diese Wirkungen manchmal durch schmerzvolle Einsichten eingeleitet werden.

Ordnungen in diesem Sinne sind eben nichts Aufgesetztes, sondern müssen sich aus den vollzogenen Lernprozessen ergeben. Solch eine „gute Ordnung“ ist im Grunde nur die Art, wie all das Unterschiedliche was Partner in eine Beziehung bringen, wohltuend für beide zusammen wirken kann. Gelingt dies, erleben Partner ihre Beziehung als Reichtum und Vielfalt.

Wir leben offenkundig in einer Epoche des Umbruchs und des Wandels. In Beratung und Psychotherapie werden in zunehmendem Maße lösungsorientierte Ansätze mit eher geringem Zeitaufwand in Anspruch genommen. Das Denken, man müsse ein Problem sorgsam ergründen und durcharbeiten, um dadurch einen Schritt nach vorne machen zu können, scheint der Vergangenheit anzugehören. Auch die Einstellung „viel ist immer gut“ zieht eben den Erfolg nicht zwangsläufig nach sich ( Schlippe, A.v. u. J.Schweitzer, 1997 S.205 ff).

Die, die Aufstellungsarbeit tragende systemisch-phänomenologische Haltung gebietet dem Berater konsequent das Schicksal seiner Klienten ernst zu nehmen. Solch eine Haltung verlangt zwar eine mitfühlende Teilhabe, lehnt jedoch Einmischungen ab.

Der aufklärerische Beitrag der Aufstellungsarbeit liegt größtenteils darin, dass verschiedene Illusionen über das Helfen aufgedeckt wurden. Hellingers Entdeckungen zu den Wirkweisen und Grenzen des Gewissens sind zukunftsweisend und werden, wie alle bahnbrechenden neuen Einsichten, nicht widerspruchslos hingenommen. Zum einen deshalb, weil traditionelle moralische Positionen zu Gut und Böse zutiefst in Frage gestellt werden. Zum anderen wird damit auch die Individualisierung, die ihre Kraft hauptsächlich aus dem moralischen Gewissen bezieht in Frage gestellt (vgl. De Philipp 2006).

Für die Beratung von Paaren und Partnern bedeutet dies, dass der Berater sich lediglich auf den nächstmöglichen Schritt ausrichtet. Weg, Ziel und Verantwortung bleiben beim Klienten. Dadurch ist die Eigenverantwortung und die Gleichwertigkeit auf beiden Seiten gewahrt. Das, in der Paarbeziehung so begehrte „Ich möchte so genommen werden, wie ich bin“, ist eine gute Devise für das Verhältnis zwischen Klient und Berater.

## Literatur

Breuer, H. (2003): Miteinander oder gegeneinander? In Praxis der Systemaufstellung 1/2003, S. 39-43

De Philipp W. (2006) : Gegen den Zeitgeist. Tabubrüche der Aufstellungsarbeit. In W.Nelles u. H.Breuer (Hrsg.): Der Baum trägt reiche Frucht. Heidelberg (Carl-Auer).

Hellinger, B. (1994): Ordnungen der Liebe. Ein Kursbuch. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).

Hellinger, B. (2001): Die Quelle braucht nicht nach dem Weg zu fragen. Ein Nachlesebuch. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).

Neuhauser, J. (Hrsg.) (1999): Wie Liebe gelingt. Die Paartherapie Bert Hellingers. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).

Schlippe, A.v. u. J.Schweitzer (1997): Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung, Göttingen (Vandenhoeck&Ruprecht)

Schneider, J.R. (2002): Wege in der Paartherapie. In Praxis der Systemaufstellung 1/2002, S. 31-37

Weber, G. (Hrsg.) (1993): Zweierlei Glück. Die systemische Psychotherapie Bert Hellingers. Heidelberg (Carl-Auer-Systeme).