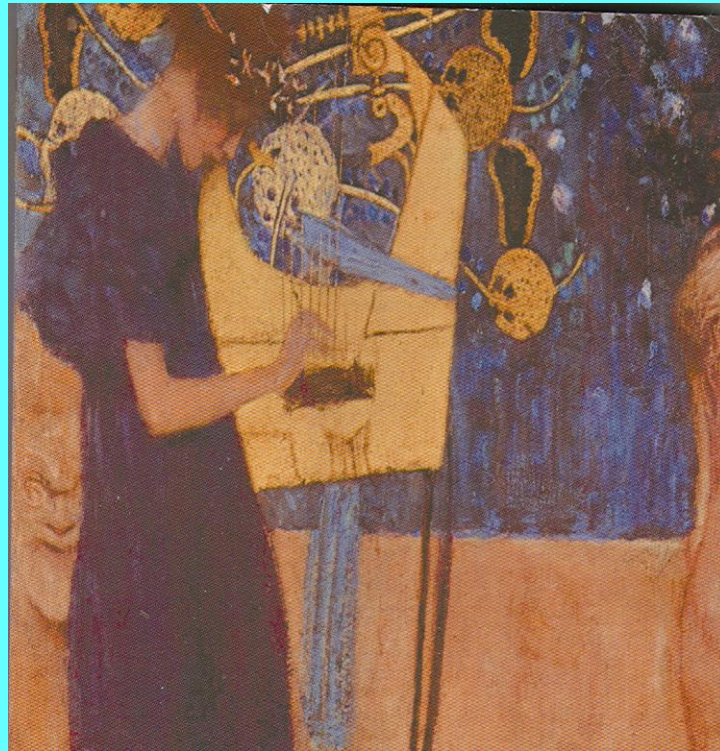


Klingende Systeme

Musiktherapie und Aufstellungsarbeit



Literatur

Boszormenyi-Nagy, Ivan u. Spark, Geraldine M.: Unsichtbare Bindungen. Die Dynamik familiärer Systeme. Klett-Cotta, Stuttgart 1996 (5.Aufl.)

Naudi, Clara (2011): Epigenetik und Aufstellungen. In: Praxis der Systemaufstellungen 2/2011, S. 52 – 57

Radebold, Hartmut, Bohleber, Werner, Zinnecker, Jürgen (Hrsg.) (2009): Transgenerationale Weitergabe kriegsbelasteter Kindheiten. Interdisziplinäre Studien zur Nachhaltigkeit historischer Erfahrungen über vier Generationen. Juventa, Weinheim, München

Schlippe, Arist von & Schweitzer, Jochen: Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung. Vandenhoeck & Ruprecht. Göttingen, Zürich 1996

Timmermann, Tonius (2003): Klingende Systeme. Aufstellungsarbeit und Musiktherapie. Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg

Vester, Frederic (1983): Unsere Welt – ein vernetztes System. dtv, München

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

Exodus 20,5 und 34,6

„Denn ich, Jahwe, bin ein eifernder Gott, der die Schuld der Väter ahndet and den Kindern, Enkeln und Urenkeln...“

„Jahwe, ... der ... die Schuld der Väter heimsucht an den Söhnen und Enkeln bis in das dritte und vierte Geschlecht.“

Jerusalemmer Bibel, Herder, Freiburg 1968

Stell Dir vor:

„Wir haben keine Seele. Wir existieren in einer großen Seele.“

(William Howell Masters)

Einleitung 1

Systemische Vorgehensweisen, insbesondere phänomenologisch-systemische Aufstellungen, lassen sich hervorragend mit musiktherapeutischen Vorgehensweisen, insbesondere der freien Improvisation, kombinieren.

Durch die Aufstellungsarbeit wurde ein Zugang zur systemischen Ebene des „kollektiven Unbewussten“ im Sinne von C.G. Jung gefunden, der sich mit musiktherapeutischen Mitteln sehr lebendig und sinnlich gestaltet.

Einleitung 2

In der Aufstellung und dem darin entstehenden Feld finden vielfältige Interaktionen zwischen den improvisierenden Stellvertretern von Familienmitgliedern mehrerer Generationen und deren abgespaltenen psychischen Teilen statt. Auch nichtpersonale Repräsentanzen (z.B. Gefühle, Symptome) können einbezogen werden.

Das spezifische Potential von musiktherapeutischen Vorgehensweisen ist dabei die sinnvolle Gleichzeitigkeit von Ausdruck und Interaktion. Bisher verborgene negative Bindungen und Loyalitäten (Verstrickungen) können so wahrnehmbar und einer musiktherapeutischen und verbalen Bearbeitung zugänglich werden.

Der Begriff „System“

Ein System bezeichnet die Ordnung der Beziehungen von Einzelteilen innerhalb eines größeren Ganzen. Es bezieht sich einerseits auf die Vollständigkeit eines in sich geschlossenen Ganzen und betont gleichzeitig die Offenheit des Teils in seiner Zugehörigkeit zum größeren Ganzen, also seinen Beziehungsaspekt.

Systeme sind sich selbst organisierende Mengen von Teilen, die durch Chaos zu Ordnungen gelangen. Dies kann man in den freien Improvisationen der Musiktherapie gut beobachten.

Dyadische und systemische Aspekte in der Therapie

Dyadische Aspekte betrachten primär die Beziehung zwischen zwei Menschen: Klient zu Mutter, Klient zu Vater, Klient zu Schwester usw.

Systemische Aspekte betrachten ein Netzwerk von Beziehungen als Ganzes. Der Einzelne ist eingebunden in Systeme: vor allem Herkunfts- und Gegenwartsfamilie, (aber auch Arbeitsplatz, Verein usw.). Der Mensch existiert in Beziehungsmustern und –zusammenhängen, die seine Befindlichkeit und sein Verhalten prägen. Die beiden Betrachtungsweisen ergänzen sich.

Die Vorhut

- Alfred Adler und seine Theorie der sozialen Determination
- Kurt Lewin, der den Lebensraum als „Feld“ definierte
- Jacob Moreno mit dem von ihm entwickelten Psychodrama

Pioniere

- **Ivan Boszormenyi-Nagy:** beschreibt die Dynamik familiärer Systeme durch unsichtbare Bindungen bzw. Loyalitäten, generationsübergreifende repetitive Muster, das familiäre Prinzip des Gebens und Nehmens
- **Virginia Satyr:** von der Gestalttherapie ausgehend entwickelte sie die konstruktivistisch-systemische „Familienskulptur“, später „Familienrekonstruktion“ genannt. Methode: Therapeut greift vielfach ins Geschehen ein. Fokus: individuelle Lernerfahrung, Lösung: Versöhnung durch Verstehen
- **Bert Hellinger:** entwickelte das phänomenologisch-systemische „Familienstellen“ und „Die Bewegungen der Seele“. Methode: Therapeut greift möglichst wenig ins Geschehen ein. Fokus: die Bezogenheit des Individuums, im System wirkende transgenerative Kräfte, negative Loyalität als „Verstrickung“, Lösung: Versöhnung durch Ausgleich von Geben und Nehmen

Das systemische Unbewusste im Modell von C.G.Jung

Das jungianischen Modell der Psyche bietet die Möglichkeit, Phänomene in Aufstellungen tiefenpsychologisch zu verstehen. So lässt sich die Ebene „unter“ dem persönlichen Unbewussten, also die erste Schicht des kollektiven Unbewussten, als systemische Ebene oder systemisches Unbewusstes auffassen. Dabei öffnet sich der psychische Raum von persönlichen Inhalten hin zu mehr und mehr transpersonalen oder kollektiven Schichten und Inhalten. Die nachfolgende Tabelle und Zeichnung sollen dies veranschaulichen.

C. G. Jung : Ein Jungianisches Modell der Psyche vom systemischen Standpunkt aus betrachtet (Thesis)

Bewusstsein

Persönliches Bewusstsein als Prozess im Hier und Jetzt

Unbewusstes

Persönlich:

Individuell unterdrückte Inhalte
(Biografie)

Kollektiv oder transpersonal:

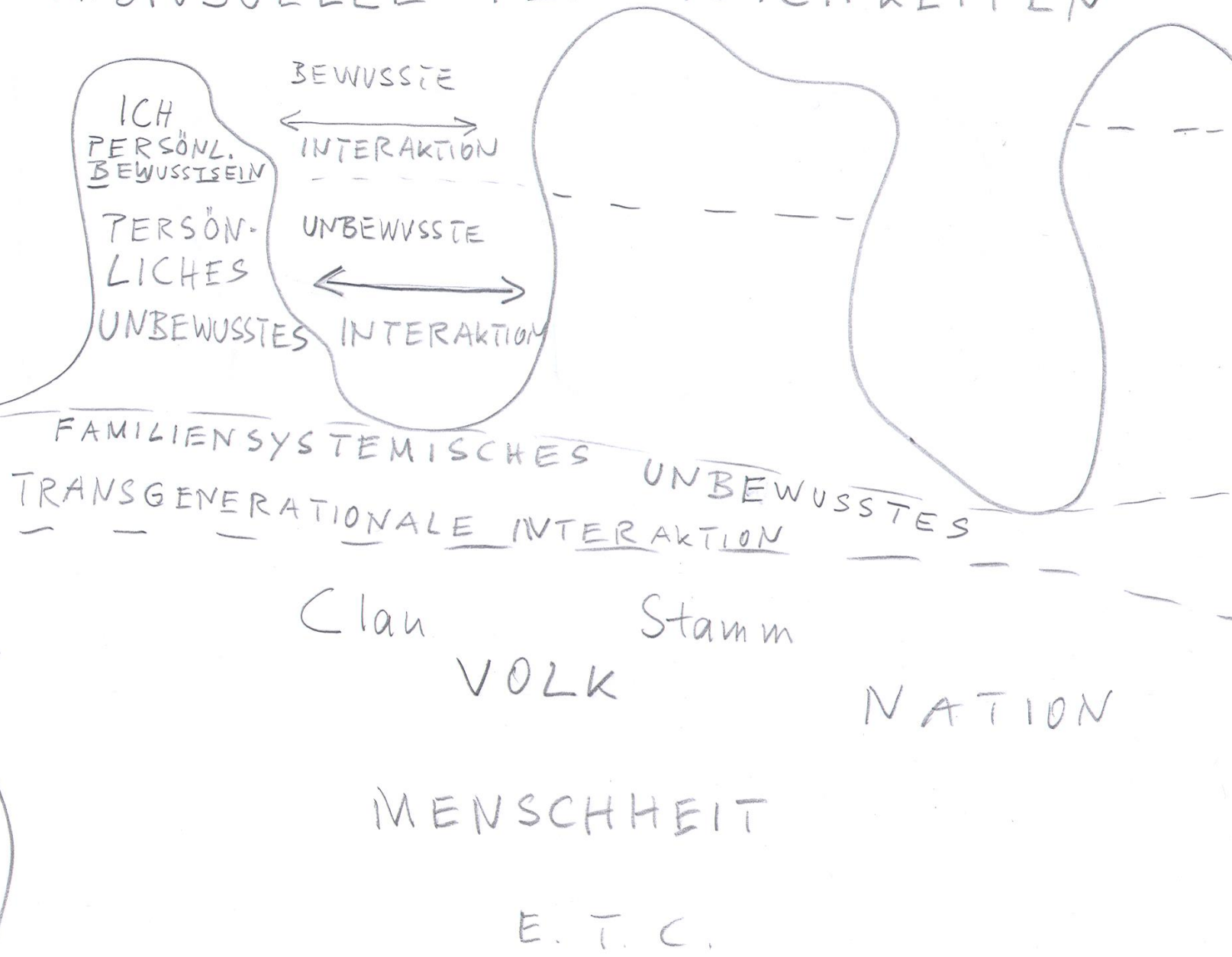
Familie (System)
Erweitere Familie: Clan, Stamm
Ethnische Systeme, spezifische
Kulturen und Subkulturen
Menschheit als System
Lebende Wesen
Das Leben selbst als System...?

INDIVIDUELLE PERSÖNLICHKEITEN

K
O
L
L
E
K
T
I
V
E
S

T
R
A
N
S
P
E
R
S
O
N
A
L
E
S

U
N
B
E
W
U
S
S
T
E
S



Der „systemische Schatten“ 1

Jung nannte die unterdrückten bzw. nicht ausgebildeten Inhalte im Unbewussten den „Schatten“: z.B. Eigenschaften und Verhaltensweisen, die im Familiensystem bzw. in einer Kultur/Subkultur nicht erwünscht sind usw.

Therapeutisches Ziel ist, den „Schatten“ in die Persönlichkeit zu integrieren, damit der Mensch sich „ganz“ fühlt. Dazu gehört auch das Weibliche im Mann bzw. das Männliche in der Frau, bei Jung heißt das „Anima“ und „Animus“.

Der „systemische Schatten“ 2

Von einem „systemischen Schatten“ kann man sprechen, wenn z.B. eine Person oder ein Ereignis aus einem System ausgeschlossen wird, z.B. durch Verschweigen, Nichtwahrnehmung, schlechtes Reden...

Häufig übernehmen es dann Nachfolgende (Kinder, Enkelkinder...), dies zu vertreten, anstatt ihr eigenes Leben zu entfalten (Individuation).

Die „Schatten“-Person oder das Ereignis muss dann wahrgenommen, geachtet und integriert werden, damit die Vollständigkeit des Systems wieder hergestellt wird und jeder er selbst sein kann.

Phänomenologisch-systemischer Ansatz 1

Das persönliche Leben ist über Generationen eingebunden in negative Erfahrungen wie Schmerz, Schuld, Unrecht, Trauma, Tod..., aber auch positive Erfahrungen und Potentiale wie Liebe, Kraft...

Dabei wirkt in nachfolgenden Generationen Schicksal weiter durch unbewusste Loyalität und Identifizierung. Probleme entstehen dann z.B. in Form von Konflikten zwischen dem „Über-Ich“ als kollektivem Gruppengewissen (Kultur, Sippe, Familie) und der Individuation.

Phänomenologisch-systemischer Ansatz 2

Therapeutisches Ziel dabei ist, das Wirken des Über-Ich wahrzunehmen, zu erkennen, um dadurch den Zugang zum individuellen Gewissen, zur „inneren Stimme“ (Jung) zu finden. Letztere vermag einen dann im Rahmen der Individuation dem „wahren Selbst“ (Winnicott) entgegenzuführen. Wichtig dabei ist, nicht ein Ich ins Zentrum zu setzen, sondern den Einklang zwischen persönlichen Entwicklungsprozessen und einer umfassenderen Ordnung zu finden, die sich in Systemen immer wieder herstellen möchte. Ziel ist eine gute Beziehung zu sich selbst, zu anderen und zum großen Ganzen immer wieder herzustellen.

Transgenerationales Denken

Viele aktuelle gesellschaftliche Probleme, vor allem Bindungs- und anderen Kommunikationsstörungen, Gewalt, sozialer Ausgrenzung etc. erscheinen vor dem Hintergrund der transgenerationalen Interaktion in einem neuen Licht. Probleme, die in vorhergehenden Generationen nicht gelöst wurden, tauchen bei jungen Menschen wieder auf, oft in unerklärlichen Gewaltexzessen. Das Erbe von Krieg, Faschismus, ethnischen Säuberungen und allen Begleiterscheinungen ist noch immer virulent und nicht allein innerhalb der Familien lösbar.

Epigenetik (Naudi)

Das Informationsfeld des aufstellenden Klienten enthält alle Informationen der Familie, der Ahnen, der Sippe und aller anderen Feldern, zu denen er gehört. In der Aufstellung wirkt das systemische Unbewusste, das Gedächtnis des Familiensystems und wird vom Unbewussten der Stellvertreter aufgenommen.

So inszeniert sich in der Aufstellung des Klienten zunächst sein Problem. In den Impulsen und Bewegungen der Stellvertreter kommt dann aber auch das Wissen um Lösungen zutage. Indem diese zugelassen und unterstützt werden erlebt der Klient die heilsamen Veränderungen im System, die allen gut tun. Das „Drehbuch“ oder das „genetische Programm“ wird umgeschrieben.

Naudi, Clara (2011): Epigenetik und Aufstellungen. In: Praxis der Systemaufstellungen 2/2011, S. 52 - 57

Zu einem Familiensystem gehören

Personale Repräsentanzen:

- die Kinder, einschließlich der tot geborenen und verstorbenen,
- die Eltern und ihre Geschwister,
- die Großeltern,
- manchmal noch der eine oder andere der Urgroßeltern und sogar noch frühere Ahnen
- alle – und das ist besonders bedeutsam -, die zum Vorteil der bisher genannten Mitglieder Platz gemacht haben, vor allem frühere Partner von Eltern und Großeltern, und alle, durch deren Unglück oder Tod die Familie einen Vorteil oder Gewinn hatte,
- die Opfer von Gewalt oder Mord durch frühere Mitglieder der Familie, und manchmal auch Täter, die durch ihre Tat mit der Familie verbunden sind.

Sonstige / nichtpersonale Repräsentanzen (Beispiele)

- Gefühle, z.B. Angst, Schmerz, Schuld...
- archetypische Figuren, z.B. Schatten, Leben, Tod, Schicksal...
- Vertreter von Menschengruppen, Länder, Soldaten, Opfer...
- Krankheiten, Behinderungen, Symptome, Organe...
- Situationen und Objekte, z.B. Geld, eine wichtige Prüfung...

Die phänomenologische Haltung der Leitung

Klientensysteme und Aufstellungen sollen frei von Voreinstellungen und Vorurteilen wahrgenommen werden. Die strikt phänomenologische Haltung ist eine möglichst absichtslose und angstfreie Begegnung mit der Wirklichkeit, so wie sie sich jeweils zeigt. Sie setzt Vertrauen voraus: in den Klienten, in die Stellvertreter, in die in Erscheinung tretende Wirklichkeit. Der Leiter möchte dabei ein einfühlsamer und reflektierender Beobachter sein, der von außerhalb des Systems Rückmeldungen gibt und ggf. aus seiner Erfahrung heraus vorschlägt, bestimmte Dinge auszuprobieren.

So können sich auch Inszenierungen des kollektiven Unbewussten entfalten und der Zugang zu dieser seelischen Schicht wird möglich. Diese Haltung entspricht sehr der Art, wie man freie Improvisationen in der Musiktherapie verstehen kann.

Die phänomenologische Haltung des Aufstellenden

Die Aufstellenden handeln nicht geplant sondern intuitiv. Sie vergegenwärtigen ihre Wirklichkeitserfahrung in dem jeweiligen System, so, wie sie sich darin fühlen. Sie öffnen sich, um sich zu zeigen, um dass, was sie spüren und ahnen ans Licht zu bringen.

Die Wirklichkeit und die systemischen Wirkkräfte lassen sie auf sich wirken, so, wie sie sich zeigen. Die Aufstellung ist eine Sprache ohne Worte - wie die Musik, die dabei entsteht. Und auch die Nachwirkung geht über das, was nach der Aufstellung verbalisiert wird, hinaus.

Die phänomenologische Haltung der Stellvertretung

Die Stellvertreter werden zu einer vergleichbaren Haltung eingeladen. Sie verzichten auf eigene Absichten und stellen sich in den Dienst der jeweils Aufstellenden, indem sie sich leibseelisch dort einfühlen, wo dieser sie hingestellt hat und den Impulsen folgen, die dort und im weiteren Verlauf des Prozesses auftauchen. Ihre Wahrnehmung ist geschieht dann aus dem aufgestellten System heraus; ansonsten verlassen sie sich auf den Leiter.

Individuelle u. kollektive Traumatisierungen

Traumata können entstehen durch

- körperliche Gewalt, kriminelle, familiäre und sonstige Gewalt
- politische Gewalt: Haft, Folter, Krieg, Massenvernichtung
- Naturkatastrophen, Unfälle
- sexuellen Missbrauch, Vergewaltigung
- Todesfälle, die nicht genug betrauert werden sind, vor allem Eltern, Geschwister und Partner
- Entwurzelung, Verlust von Heimat, Existenz, Status und Identität (Flucht, Vertreibung, z.T. Migration), zur Zeit: 50 Mill. Flüchtlinge
- Hunger als biologische Krise

Folgen des 1. Weltkriegs in Deutschland

- 1,8 Millionen Tote
- 7,2 Millionen physisch und psychisch beschädigter Männer
- bis zu 50 % vaterlos aufgewachsene Kinder

Folgen des 2. Weltkriegs in Deutschland in Deutschland

- 3,5 Millionen gefallene Soldaten
- 2,7 Millionen Zivilisten
- 1,7 Millionen Witwen
- 2,5 Millionen Halbweisen und Vollweisen
- ein Viertel der Kinder wuchs auf Dauer ohne Vater auf
- Ende 1959 werden über 2,1 Millionen Kriegsbeschädigte des 1. und 2. Weltkriegs registriert

Kollektive Schuld und Scham in Deutschland

Die Generation der von ca. 1900 bis 1945 geborenen in Deutschland und teilweise Europa wurden in der Nazi-Zeit und während des Krieges kollektiv traumatisiert, ohne dass dies behandelt oder das entstandene Leid gewürdigt wurde. Die Traumatisierungen wurden nicht als ehandlungsbedürftig betrachtet, sie wurden nicht in ihrem Krankheitswert erkannt.

So konnten sie an die nächste Generation (geb. ca. 1935 – 1975) weitergegeben werden, die von dieser Generation von Eltern, Lehrern etc. aufgezogen wurde.

Aber auch in der Enkelgeneration (ca. 1970 – 2005) wirkt sich dies noch aus.

Lösungen

- Selbsterfahrung: wer bin ich in meinem System?
- Aufdecken der Wahrheit: Suche nach dem systemischen Schatten und sich mit dem auseinandersetzen, mit allen Emotionen
- Anerkennen und Achten dessen, was ausgeschlossen war
- Verstrickungen erkennen und auflösen: was gehört zu wem?
- Fremdes Erleben und Handeln loslassen, sich in das Eigene einüben

Fazit

Die „Klingenden Systeme“ sollen dazu einladen, mittels bestimmter Vorgehensweisen in Kontakt mit systemischen Schichten des Unbewussten zu kommen und Vorgänge dort sinnlich zu erfahren.

Dies kann bewirken, dass - auch entsprechend dem Status im Individuationsprozess - etwas von dem in die Wahrnehmung kommt, was da ist. Daraus wiederum können sich Möglichkeiten ergeben, zu erproben, was noch möglich ist, also zu klären und zu lösen, was verwirrt ist.

Die Einzelmethode im Überblick

- Der Klient (K) bespricht mit dem Therapeuten (T) sein Anliegen; T schlägt K vor, wen er aufstellen soll und in welcher Haltung dies am besten gelingt.
- K wählt Instrumente als Repräsentanten und stellt sie zueinander auf. T erfragt von jedem die Blickrichtung bzw. eruiert diese, indem er K an jedem Platz stehen lässt; er macht sich eine entsprechende Skizze.
- K kann sich nun zunächst spontan verbal oder nonverbal (musikalisch, gestisch-mimische...) äußern. Oder K stellt sich an seinen Platz und an die Plätze der anderen und spielt, wie er sich dort jeweils fühlt; dabei werden auch Veränderungen im Spiel beachtet. Themenorientiertes Spielen von K für (nicht als!) jemand aus dem System.
- Suche nach Lösungen: experimentelles Umstellen der Instrumente durch T, evt. auch K, wobei darauf zu achten ist, dass hierbei nicht gewohnte Wege zu Scheinlösungen führen.
- Psychotherapeutische Begleitung der Erkenntnisse und Wirkungen, Stärkung für die Verwirklichung der Lösungen.

Die Gruppenmethode im Überblick

- Der Klient (K) bespricht mit dem Gruppenleiter (GL) sein Anliegen. GL schlägt ihm vor, wen er aufstellen soll und wie er dies am besten tut.
- K sucht Stellvertreter (SV) aus und ordnet ihnen Instrumente zu
- K stellt die SV mit Körperkontakt auf, wie sein Gefühl es ihm eingibt. Dann stellt er die Instrumente vor sie hin. GL lädt die SV ein, sich einzufühlen und dann, ihren Impulsen folgend, zu improvisieren.
- Exploration der Familiendynamik: die SV spielen so, wie sie sich an dem Platz fühlen, wo sie stehen. Dabei erklingt das System als Ganzes, inclusive der interpersonellen Dynamik – des Zusammenspiels. Manchmal kann es sinnvoll sein, zunächst K selbst nach seinen Eindrücken zu fragen, vor allem, wenn dieser starke Reaktionen zeigt. Suche nach Lösung: In einer weiteren Improvisation bewegen sich die SV, ihren inneren Impulsen folgend. Mögliche Interventionen des GL: noch weitere wesentliche Personen oder Aspekte des Konfliktes hineinnehmen, experimentelles Umstellen, musiktherapeutische Angebote (z.B. Abschiedsmusik, Eltern-Dialog).
- Im Schlussbild ist die momentan bestmögliche Lösung erreicht. Meist wird K jetzt für seinen SV hineingenommen.
- Die SV werden von K aus ihren Rollen entlassen.
- Evt. psychotherapeutische Nacharbeit.

© Prof. Dr. Tonius Timmermann

Universität Augsburg

Leopold-Mozart-Zentrum

Praxis für Psychotherapie (HP) in München und Wessobrunn

Homepage: www.timmermann-domain.de

E-mail: tonius@timmermann-domain.de