

Christine Gail,

Beispiel aus der Coaching-Praxis in Bezug auf die Grunddynamiken für Systeme

Facharbeit zur System-Coach-Ausbildung

Eines Tages war es soweit: Ich stand als Coach vor meiner ersten selbstgeführten Aufstellung ohne meine souveräne Trainerin im Hintergrund. Die Klientin erzählte im Vorgespräch sofort von ihren Schulterschmerzen, die sie felsenfest im Zusammenhang mit ihrer Arbeit sehe. Derzeit lehne sie mehrere Aufträge ab, die ihr nicht gut taten und wähle jetzt die Aufgaben bewusster. Damit habe sie weniger Druck und sie fühle sich durch das Umstrukturieren leichter. Darum sei es ihr unverständlich, dass die Schmerzen gerade dann kommen, wenn sie Verantwortung abgebe. Sie zog eine Parallele zu einer vergangenen Verletzung nach Freizeitvergnügen und meinte, dass es sich so anfühle, als ob sie sich nichts gönnen dürfe. Es folgte ein plötzlicher Gedankensprung, dass sich ihr Ehemann gemeldet habe, dass er am Wochenende nicht vom Fernjob zurückkomme. Darauf folgte für sie die innere trotzig formulierte Überlegung, ob sie jetzt traurig sein müsse, dass sie mehr Zeit habe... Auf die vorsichtige Frage, ob ihre Schulterschmerzen vielleicht auch etwas mit ihrem Privatleben zu tun haben könnten und wir das näher anschauen sollten, verneinte sie vehement und verwies auf die Arbeit. Mein Bauchgefühl sagte mir, dass die rationale Klientin noch Zeit brauchte, um sich zu erlauben in die Tiefe zu gehen. Wiederholt fragte ich sie nach ihrem Anliegen und forderte sie zum inneren Verbinden damit auf. Kurz ging sie in die Tiefe und dann kam der innere Widerstand durch: „Ich will wissen, warum ich jetzt Schmerzen habe. Das ist spannend.“ Ich nahm das Wortspiel auf und wies darauf hin, dass spannend etwas mit Spannung zu tun habe, Anspannung. Ein Zusammenhang mit der Familie wurde nach wie vor nicht „genehmigt“ und das wirkte wie ein Tabu. Als ob allein der Gedanke schon nicht sein dürfe. Hänge alles an der Arbeit. Schließlich war sie bereit sich mit dem Gefühl ihres Anliegens länger in innerer Stille zu verbinden. Sie spürte es in den Schultern, Schmerzen. Nur sehr langsam gelang der Weg von der Ratio bis unter den Eisberg ins Unterbewusstsein und Gefühl. Der enorme innere Druck war deutlich spürbar. Warum jetzt die Schulterschmerzen... Ich erinnerte daran, dass Glaskugelschauen nicht gehe und fragte, was Gutes für sie herauskommen solle. Als Antwort kamen immer wieder die Schulterschmerzen. Kurz hatte ich mit ihr überlegt, anstelle der Aufstellung mit ihr Telearbeit zu machen. Als „letzten“ Versuch in Richtung Aufstellung formulierte ich ihr Anliegen so um, dass wir versuchen könnten, ihre Schulterschmerzen in Beziehung zu ihr und ihrer Arbeit zu stellen und dann abzuwarten, was passieren werde. Es stellte sich die Frage, ob sie offen für diesen Ausgang sein werde. Damit ging sie konform. Wir arbeiteten heraus, dass Arbeit für Verantwortung stehe. Damit schlug ich ihr vor, dass wir erstmal Stellvertreter für die Klientin, für die Schulterschmerzen und für die Verantwortung aufstellen. Die Klientin war mit dem Vorgehen einverstanden und für den Ausgang offen.

Sie kannte den Vorgang einer Aufstellung, wählte ihre Stellvertreter und stellte sie in Bezug zueinander:

Die Schulterschmerzen direkt hinter ihre Stellvertreterin und die Verantwortung einen guten Meter vor ihre Stellvertreterin.

Die Stellvertreter gingen in ihre Rollen und ich befragte sie. Die Stellvertreterin der Klientin fühlte sich starr und erdrückt und blickte immer zu Boden, sobald die Verantwortung sie

Christine Gail,

Beispiel aus der Coaching-Praxis in Bezug auf die Grunddynamiken für Systeme

anschaut. Die Stellvertreterin der Schulterschmerzen fühlte sich als Schwere, unwohl und wacklig, mit Bauchgrummeln und Schulterschmerzen. Die Klientin äußerte dazu, dass das ihr Empfinden unter Druck sei. Die Stellvertreterin der Verantwortung stand eher kindlich lässig mit Blick nach unten, sobald die Stellvertreterin der Klientin sie anschaut. Rücksprache mit der Klientin, ob ihr das Bild etwas sage. Sie meinte, das passe, denn sie habe in ihrer Kindheit viel Verantwortung getragen. Ihre Eltern hatten sich getrennt und ihre jüngere Schwester sei immer ausgebrochen. Die Klientin erzählte unter Tränen, dass sie die Verantwortung für den Ausgleich in der Familie gehabt hätte. Hier zeigte sich in der Erzählung schon deutlich die Verstrickung des Familiensystems, die die Klientin in der Kindheit erlebt hatte. Wie bei vielen Scheidungskindern stand sie emotional zwischen den Eltern und versuchte durch die Ausgleichsbemühungen den Zusammenhalt und die Zugehörigkeit aller in der Familie stellvertretend für ihre Eltern zu sichern. Der Druck dieser Triangulierung war offensichtlich bis heute spürbar. Ich erklärte der Klientin, dass wir nun vom Arbeitsthema abgekommen seien und für die weitere Entwicklung in Richtung Lösung des Problems Vertreter für ihre Eltern benötigen würden, wenn sie dies möchte. Zuerst wollte ich mit ihrem Einverständnis die bisherigen Stellvertreter mit ihrer Bewegung gehen lassen, um erste Ansatzpunkte erkennen zu können.

Die Stellvertreterin der Schwere (ursprünglich Schmerzen, unklar ob Person oder abstrakt) entfernte sich fast 2m von der Stellvertreterin der Klientin. Sie fühlte Angst und zugleich fühlte sie sich mächtig. Fraglich: Kindlicher Anteil der Klientin? Die Verantwortung wollte eigentlich zur Schwere, sie gehöre dort hin, aber die Schwere weiche immer aus und deshalb bliebe die Verantwortung in einem Dreieck zu den beiden anderen stehen. Die Verantwortung gehörte nach ihrem Empfinden nicht zur Klientin. Die Stellvertreterin der Klientin fühlte sich erlöst von Druck und Schmerz, da sich Verantwortung und Schwere wie in einem Machtkampf miteinander beschäftigten. Die Klientin konnte das Bild so annehmen und war nun einverstanden, den ursprünglichen Auftrag in eine Familienaufstellung umzuändern. Sie wählte Stellvertreter für ihre Eltern und stellte sie so, dass die Eltern mit Abstand nebeneinander standen. Der Vater näher bei der Verantwortung und die Mutter näher bei der Schwere. Die Klientin wollte die jüngere Schwester nicht in die Aufstellung einbeziehen und hielt sie nicht für entscheidend. Ich hatte mich nach kurzer Überlegung entschlossen, dem zu folgen und erstmal abzuwarten, was ohne die Schwester passieren würde. Die Stellvertreter standen nun in einem Fünfeck zueinander. Die Stellvertreterin der Klientin spürte mehr Druck und blickte auf ihren Vater. Der Vater schaute nur auf die Verantwortung, die beiden rechts von ihm (Mutter und Schwere/Kindlicher Anteil) sehe er nicht und seien unwichtig. Auch seine (erwachsene) Tochter sei eher unwichtig. Die Verantwortung fühlte sich nun größer und angespannt mit eindeutigen Blick zum Vater. Die Mutter orientierte sich nur an der Schwere/Kindlicher Anteil, der Rest sei nicht wichtig. Die Schwere/Kindlicher Anteil fühlte sich nun ruhig, zufrieden und verspielt.

Die Stellvertreter gingen einige Zeit langsam mit ihren Bewegungen hin und her. Der Vater und die Verantwortung standen sich nun gegenüber und schauten sich an. Die Verantwortung wollte sich eigentlich hinter den Vater stellen, gelang ihr nicht. Die Stellvertreterin der Klientin stand im Dreieck zu Vater und Verantwortung und war sauer, dass ihr Vater sie nicht beachtete, verschränkte die Arme und wollte dazwischen gehen, um gesehen zu werden.

Christine Gail,

Beispiel aus der Coaching-Praxis in Bezug auf die Grunddynamiken für Systeme

Aber die beiden ließen das nicht zu. Die Mutter und der verspielte kindliche Anteil standen abseits, fühlten sich zusammengehörig. Der Rest der Personen war ihnen nicht so wichtig.

Die Klientin war von dem Bild irritiert, weil ihr Vater *ihren* vorher fraglich kindlichen Verantwortungsanteil ansah. Im Gespräch wurde ihr langsam bewusst, dass die Verantwortung, die ihre Stellvertreterin anfangs so verspielt ansah, in gefühlter Wahrheit die Verantwortung ihres Vaters darstellte und sie diese als Kind übernommen hatte. „Brauchen wir wohl eine Rückgabe“, sagte ihr Fachwissen. Die kindliche Anmaßung einer ihr nicht zustehenden Position auf Augenhöhe mit den Eltern muss wieder zurückgenommen werden, um die Rangfolge und Ordnung im Familiensystem wieder herzustellen und damit Erleichterung für die Klientin zu erreichen. Das Kind sollte wieder Kind sein dürfen und die Eltern ihre Würde als die Früheren zurückerhalten. Mit Blick auf die Mutter passte es für die Klientin, dass die vorher fragliche Schwere bei der Mutter stand, denn sie habe diese Schwere mit in die Familie gebracht. Die Stellvertreter von Mutter und Schwere/kindlicher Anteil widersprachen ungefragt vehement, dass hier weder Schwere noch Angst zu spüren wären. Mit Einverständnis der Klientin folgten wir dem weiteren Verlauf der Aufstellung.

Die Verantwortung durfte sich jetzt als Einzige bewegen und hinter den Vater stellen. Dieser spürte den Druck. Der Raum zwischen Vater und Mutter ist dadurch frei geworden und die Stellvertreterin der Klientin wollte sofort zwischen die Eltern, um den Vater vor den Worten der Mutter zu schützen. Hier zeigte sich die klassische Position einer Triangulierung, wenn sich das Kind als Beschützer zwischen die Eltern und damit auf die gleiche Stufe der Eltern stellt. Damit übernimmt das Kind eine Position, die ihm nicht zusteht und das System aus der Ordnung bringt. Der Klientin kamen die Tränen, denn die Situation war für sie stimmig. Die Stellvertreterin der Klientin stellte sich mit verschränkten Armen vor ihren Vater. Dieser verschränkte auch die Arme und beklagte sich, dass die Tochter da weg müsse, weil sie die Sicht (auf die Mutter) versperre. Um die Ordnung in der Aufstellung wieder herzustellen, gab ich dem Vater vor, was er auch von sich aus schon sagen wollte. „Ich bin der Große... Du bist die Kleine.“ Und mit Nachdruck: „Das ist MEINE Verantwortung... Geh mir aus dem Weg.“ Die Stellvertreterin der Klientin bockte weiterhin: „Ich will nicht. Nein.“ Der Vater sollte nun einen strengeren Ton für sein bockiges Kind nutzen: „Ich bin dein Vater... Du bist meine Tochter.“ Nach einer kleinen Pause setzte er nach: „Das regeln wir unter uns Großen. Geh!“ Die Stellvertreterin der Klientin fühlte sich jetzt kleiner und ging unsicher einen Schritt zur Seite. Es gelang ihr nach kurzer Zeit zum Vater zu sagen, dass sie die Kleine sei und sich nicht mehr einmischen werde. Vater: „Gut so. Ich kann das.“ Die Stellvertreterin der Mutter erklärte ungefragt, dass sie sauer sei und wurde gebeten nicht weiter zu sprechen. Es ginge jetzt nur um Vater und Tochter. Der Vater konnte jetzt seine Verantwortung gut tragen, nachdem er sie vor dem Wording gerne weggeschoben hätte. Vater und Tochter sahen sich an, wobei der Vater seine Tochter anlächelte. Ich fragte die Klientin, ob sie sich neben ihre Stellvertreterin in das wissende Feld stellen wolle oder die Aufstellung so stehen lasse wolle. Die Klientin stellte sich weinend rechts neben ihre Stellvertreterin und schaute den Vater an. Als der Vater sich liebevoll auf sie zubewegen wollte, wehrte die Klientin mit der Hand ab. Die Annäherung der Seele wird noch Zeit brauchen und das darf so sein. Ihre Stellvertreterin legte den Arm um die Klientin, da diese keine sonstige Ressource zur Stärkung wünschte. Vater: „Du bist meine Tochter.“ Die Klientin wurde gebeten mit Pausen nachzusprechen,

Christine Gail,

Beispiel aus der Coaching-Praxis in Bezug auf die Grunddynamiken für Systeme

wenn die vorgegebenen Worte für sie stimmig wären: "Du bist mein Vater... Ich bin nur das Kind... Ich lasse die Verantwortung bei dir... Ich werde mich nicht mehr einmischen." Kurze Integrationszeit. Auf Nachfrage antwortete die Klientin dann, dass wir die Aufstellung so stehen lassen und beenden könnten.

Die Klientin bedankte sich am nächsten Tag nochmal bei der Gruppe und meldete zurück, dass die Aufstellung für sie ein Riesenschritt gewesen sei.

Der Zusammenhang zwischen ihrem heutigen Druckgefühl bei Verantwortung mit der als Kind übernommenen väterlichen Verantwortung war ihr vorher nicht bewusst. Allein diese Erkenntnis und die symbolische Rückgabe der elterlichen Verantwortung für die Familie haben eine große Erleichterung bewirkt. Sie hat ihren angestammten Platz in der Familie wieder gefunden und eingenommen. Kaum ein Vater und eine Mutter sind sich zu jeder Zeit bewusst, was ihre Elternrolle in vollem Ausmaß bedeutet und dass damit auch verbunden ist, Kinder in ihrer Grenzüberschreitung wieder liebevoll, aber energisch, in ihre angestammte Position im Familiensystem einzuweisen. In diesem Fall geht das Einhalten der Ordnung vor und auf Kosten der Bindung. Mit Geburt empfindet das Kind seine Eltern als seine Existenzgrundlage und entsprechende Sicherheit für das Überleben. Diese Bindung bleibt unauflösbar ein Leben lang erhalten, auch wenn sich Kind oder Elternteil später von der Familie abwenden sollten. Um dem System der Familie ein reibungsloses Funktionieren zu ermöglichen, braucht es nach Bert Hellinger die Einhaltung von entsprechenden Grunddynamiken. Die drei Grunddynamiken Bindung, Ordnung und Ausgleich von Geben und Nehmen sind wie ein Mobile in ständiger Bewegung und Bemühung in Ruhe und Frieden zu kommen. Es ist grundsätzlich in keinem System möglich allen Dynamiken gleichzeitig gerecht zu werden. Mit Geburt ist dem Kind auch sein Platz im Familiensystem im Sinne der Ordnung und dem Recht des Früheren vor dem Späteren zugewiesen. Jede kleine Abweichung führt zu Verstrickungen im Sinne von unbewusster Übernahme fremder Ausgangsbedingungen und damit neuen Komplikationen zwischen den Mitgliedern eines Systems. So verursacht das Handeln eines Einzelnen permanente Ungleichgewichtszustände im System, obwohl er mit seinem Handeln unbewusst versucht das Gleichgewicht über Generationen hinweg herzustellen.