

Astrid Habiba Kreszmeier

Systemische Naturtherapie

2008

1. Systeme-Stellen



Aufstellen in der Natur

Oft stolpern Menschen über Themen oder Anliegen, die nach einem »Brückenschlag« rufen. Die Aufstellungsarbeit, so wie sie im Gruppen- und Einzelsetting bekannt ist und schon in vielen Publikationen ausführlich beschrieben wurde, zählt dabei zu den kraftvollsten methodischen Mitteln, die eingesetzt werden können.

Je nach Thema und Moment können Aufstellungen von Familiensystemen oder systemische Strukturaufstellungen zum Einsatz kommen.

Die Grundprinzipien der systemischen Naturtherapie bedingen eine Moderation von Aufstellungsprozessen, die um den konstruktivistischen und phänomenologischen Charakter dieser Arbeitsweise weiß und sowohl den Klienten als auch die Stellvertreter mit Respekt und Umsicht durch den Prozess führt.

Und so wie die Aufstellungsarbeit selbst eine Methode in Entwicklung ist, ist auch das Systeme-Stellen als Teil der systemischen Naturtherapie in Veränderung begriffen.

Während in den Anfangsjahren fast jede therapeutische Zusatzintervention als Aufstellung gestaltet war, weil sie uns als das probate Mittel erschien, um schnell Wirkungen zu erzielen, machen heute Aufstellungen im oben genannten Sinn einen weitaus geringeren Teil aus. Das liegt vermutlich daran, dass wir in den anderen methodischen Mitteln mehr Wirkungskraft entwickelt und konsequent nach Interventionsformen gesucht haben, die dem nicht direktiven Leitungscharakter der Naturtherapie mehr entsprechen als die Aufstellung. Sie bleibt eine tendenziell leiterzentrierte Arbeitsweise, auch wenn sich der Leitungsstil in vielen Ausprägungen, von autoritär bis zu emanzipatorisch, zeigen kann.

Rund um die Methode des Systeme-Stellens wurde in den letzten Jahren zahlreich publiziert. Daher beschränken wir uns hier ausschließlich auf Aspekte, die das Aufstellen in der Natur betreffen, und beschreiben ein methodisches Vorgehen bzw. drei spezielle Aufstellungsformen, die wir im naturtherapeutischen Rahmen entwickelt oder weiterentwickelt haben.

Wer das Aufstellen in geschlossenen Räumen kennengelernt hat, wird mit den vielen »ablenkenden« Faktoren, die unter freiem Himmel auftauchen, seine liebe Mühe haben, zu Recht. Der Wind, die Sonne, gar der Regen, die schwierigen akustischen Bedingungen, der offene Raum – all das kann den Verdichtungsprozess, von dem die Aufstellung lebt, erschweren. Dazu kommt, dass gewisse Naturplätze in sich so stark sind (oder aus Aufstellungssicht so ungünstig), dass man besser darauf verzichtet, dort zu arbeiten. Womit wir anfangs noch experimentiert haben, das würden wir heute nicht mehr empfehlen: Aufstellungen in unmittelbarer Meeresnähe, an schnell fließenden Gewässern oder auf Hochplateaus – all das sind Räume mit abfließendem oder durchströmenden Charakter, die es den Stellvertretern und Leitungspersonen erschweren, in jener konzentrierten Wahrnehmung zu bleiben, die nötig ist. Hingegen sind Plätze, die eine natürliche Einrahmung haben, wie zum Beispiel eine kleine Waldlichtung, eine geschützte Bucht, vor dem Hintergrund einer Felswand etc., hilfreiche Umgebungen.

Was jedoch immer als Nachteil bleiben wird, sind die spezifischen akustischen Bedingungen. Hier ist der Aufstellungsleiter dazu herausgefordert, allenfalls konsequenter als üblich zu wiederholen, was Stellvertreter oft in emotionaler Betroffenheit allzu leise formulieren.

In der freien Natur mit Aufstellungen zu arbeiten, wird aber erst dann wirklich zum sinnvollen Akt, wenn der Ort, die Raumqualität und die Informationen, die sich in reicherer Zahl phänomenologisch einstellen, als Ressourcen und nicht als Hindernisse wahrgenommen und genutzt werden.

Das kann mit der Wahl des Platzes beginnen, die dem Protagonisten überlassen ist. Was könnte ein guter Raum für deine Arbeit sein? Dieser Frage folgend, wird der Klient schon vor dem eigentlichen Stellen mit der Verantwortung für die Platzierung in Verbindung gebracht. Er ist dazu aufgefordert, seinen Blick auf das Rundherum, den unmittelbar größeren Kontext des Moments, zu richten. Oft bleibt der Blick dann an einem Fels, einem Baum, einer bestimmten Aussicht, oder was auch immer sich anbietet, hängen. Der Klient entdeckt draußen etwas, mit dem er in Bezug zu seinem Anliegen in Resonanz geht – es ist wie das Finden einer ersten Ressource, die im Laufe des Prozesses wichtig werden kann, aber nicht muss.

Die Konstellation eines gemeinsamen Bedeutungsraumes bezieht in der Natur auch die Platz- und Objektqualitäten ein. Das kann im Hintergrund geschehen, nicht erwähnt werden und scheinbar ohne Wichtigkeit sein, oder es kann explizit werden. Wesentlich ist, dass der Therapeut aufmerksam ist für die Impulse und Interaktionen, die der Klient nicht nur im Kontakt mit den Stellvertretern, sondern auch mit der Natur erlebt.

Die große Chance, aber gleichsam auch die größte Falle bei dieser Arbeit liegt darin, dass die Natur die Informationsdichte des Konstellationsraumes um ein Vielfaches erhöht.

Zu den allgemeinen Bedingungen des Platzes kommen ja die lebenden Phänomene, die sich ungefragt in die Aufstellung »einmischen« hinzu: der Vogel, der bei einem wichtigen Prozessschritt mit einem lauten Flügelschlag davonfliegt und das ganze System nach oben blicken lässt; die Fliegen, die ausgerechnet und unentwegt einen Stellvertreter ärgern, sodass er »außer sich« gerät; der Wind, der immer gerade dann auftaucht, wenn etwas verabschiedet wird.

Diese Mitspieler in natürlichen Räumen können gleichermaßen die Konzentration auf sich ziehen oder ablenken, können einfach da sein oder zum bedeutsamen Zeichen werden. Was sie sind, hängt von den konstruierenden Faktoren des Geschehens ab, aber sie fordern in jedem Fall dazu heraus zu entscheiden, ob ihnen Bedeutung gegeben werden soll oder nicht. Das ist, wie bei jeder Aufstellung, ein subtiler

und permanent laufender Abstimmungsprozess des gesamten Systems.

Wenn Menschen beginnen, in der Natur zu arbeiten, dann gehen sie nach den ersten Krisen, die auf die Unannehmlichkeiten zurückzuführen sind, meist in eine Euphorie der koinzidentalien Phänomene. Das ist auch nur zu verständlich, sind doch die permanenten, konkreten Erlebnisse der Übereinstimmung von Innen- und Außenerfahrung, die zufälligen Ereignisse am laufenden Band, die wundersamen Begegnungen mit Tieren, Pflanzen oder Wetterphänomenen so beeindruckend, dass man leicht dazu neigt, allem und jedem Bedeutung zu schenken. Aber auch das darf nur eine Phase sein, wenn wir uns nicht in der Unendlichkeit von Spiegelungen verlieren wollen.

Noch mehr als in geschlossenen Räumen fordert die Natur uns dazu heraus, eine Fähigkeit zu entwickeln, das wahrzunehmen, was rund um uns auftaucht, zugleich aber eine Durchlässigkeit zu bewahren, die uns so lange in einem neutralen Raum hält, bis wir – sei es als Leiter oder Stellvertreter – wirklich von etwas ergriffen werden. Dem lohnt es sich zu folgen, dann mit aller Kraft.

Neben den Phänomenen, die im Laufe des Prozesses Hinweise geben können, verdienen in der Aufstellungsarbeit in der Natur die Perspektive, die Blickrichtung und allenfalls auffällige Elemente, die im Blick stehen, besonders in den sogenannten Lösungsbildern, Aufmerksamkeit. Schlussbilder verbinden den Fokus nicht nur mit der Kraft, die durch das Prozessgeschehen des Stellens akkumuliert wurde, sondern bieten auch das Einnehmen einer Erfahrung, die von innen – wieder als Teil des Geschehens – nach außen blicken lässt. Der Protagonist wird dadurch mit einer weiteren neuen Perspektive konfrontiert, die in der Natur konkreter ist als in geschlossenen Räumen. Wenn der Blick von einem guten Platz im Lösungsbild auf einen abgestorbenen Baum fällt, hat das andere Wirkungen, als wenn dort ein blühender Busch steht. So ist es uns schon mehrfach geschehen, dass die Schlussperspektive noch wichtige Impulse gebracht hat, die sich eher aus der Interaktion mit Naturelementen heraus ergeben haben als durch die Information der Stellvertreter. Man könnte auch sagen, dass der Schlussblick eine Art Controlling für den Prozess übernehmen kann, so als ob der nächstliegende größere Kontext, der ja auch zu Beginn eingespielt wurde, zum Abschluss seinen Response auf den Prozess geben würde. Er kann sagen »alles o. k.« oder »da ist noch was, auf das man recht bald schauen wird« oder auch »Moment

mal, irgendwas stimmt noch nicht an der Ausrichtung«. Und selbstverständlich ist es nicht der Ausblick, sondern der oder die Ausblickende, die diese Dinge sagt.

Ein Beispiel für so eine wesentliche Korrektur aus dem Schlussbild und zugleich für die Bedeutungskraft von Naturelementen kommt aus den Anfangsjahren der Naturtherapie:

Wir haben an einer kleinen Waldlichtung an einem Beziehungsanliegen einer jungen Frau gearbeitet. Es ging um eine verzwickte Patchwork-Situation mit verschiedenen Partnern, Kindern und Abtreibungen. Nachdem nun nach allen Regeln der Kunst umgestellt und Prozessarbeit geleistet wurde, Tränen geflossen, Versöhnungen und Verabschiedungen geschehen waren, ergab sich ein Schlussbild, mit dem alle zufrieden schienen. Als die Protagonistin dann aufgefordert wurde, sich noch einmal von ihrem Platz aus umzuschauen, das Bild zu sich nehmen, fiel ihr Blick wie gebannt auf eine kleine Baumgruppe, die bisher niemand wahrgenommen hatte. Sie war wie gefesselt von der Baumkonstellation, bei der aus einem größeren Stamm zwei kleinere wie aus derselben Wurzel herauswuchsen. Plötzlich waren diese Bäume Teil der Aufstellung, sie waren keine Bäume mehr, sondern Repräsentanten für offenbar wichtige Personen, die wir bislang nicht ins Spiel gebracht hatten, die aber für die innere Dynamik der Klientin wesentlich waren. Die Frage, ob sie erst zu diesem Zeitpunkt sichtbar werden konnten oder schon früher hätten »entdeckt« werden können, ist nebensächlich. Tatsache war, dass der Schlussblick zu einer bedeutenden Konstellation geführt hat, die die Protagonistin in ihren Bann gezogen hat.

Der verschleierte und doch gebundene Blick der jungen Frau ließ uns der Hypothese folgen, dass sie mit diesem Dreieck, das an einen Erwachsenen mit zwei Kindern erinnerte, über eine Art Loyalität oder gar Identifikation verhaftet war.

Diese Hypothese war hilfreich. Die Protagonistin konnte noch in einen wichtigen Prozess mit dem »Baum« gehen und mit nun ganz anderer Kraft und Ausrichtung zu ihrem Platz zurückkehren. Später zeigte sich, dass in dieser Baumgruppe zwei mögliche Verstrickungsplätze repräsentiert gewesen sein könnten: einerseits eine Großtante, die unter schwierigen Bedingungen zwei Kinder allein großgezogen hatte, andererseits die erste Frau ihres Expartners.

Ob und wer, oder ob beide oder gar keine dieser Frauen hinter dem Bild dieser Bäume versteckt war, wissen wir nicht und müssen wir

auch nicht wissen. Wichtig jedoch war, dem Zeichen zu folgen und der Protagonistin die Möglichkeit zu geben, erstens etwas zu sehen, was ihr bislang verdeckt geblieben war; und zweitens zu dieser Kraft, was auch immer es gewesen sein mag, eine Autonomie herzustellen.

Ein weiterer, für den naturtherapeutischen Prozess wesentlicher Punkt ist die Eigenschaft der Natur, sowohl eine abstrakte als auch konkrete Ressource sein zu können. Die Gegenwart des Meeres, eines markanten Baumes oder eines Felsens kann die Funktion eines Ressourcenrahmens besonderer Qualität übernehmen. An die Stelle eines Stellvertreters, der ein abstraktes Element darstellt, wie zum Beispiel »das, was den Rücken stärkt«, oder »Mutterkraft« oder »Schöpfungskraft«, kann ein Naturelement treten.

Diese Möglichkeit hat sich in unserer Arbeit mit so überraschender Wirkung phänomenologisch aufgetan, dass wir es heute als fixes methodisches Element besonders beim Stellen von Ahnenreihen oder Ahnengalerien einsetzen.