

13. Worin unterscheidet sich das Psychodrama von der Aufstellungsarbeit?

Bei der klassischen Aufstellungsarbeit handelt es sich um ein Verfahren, bei dem Ratsuchende über die Aufstellung des eigenen familiären Hintergrundes Antworten auf Fragen suchen, die sie existenziell bewegen. Mit Hilfe von Teilnehmern, die als Rollenspieler für reale Familienmitglieder fungieren, baut der Ratsuchende bedeutsame Szenen aus der Familiengeschichte auf und zieht daraus Rückschlüsse über seine eigene Position im Familiensystem. Grundsätzlich gehen Theorie und Methodik der Familienaufstellung zurück auf die Mehrgenerationen-Perspektive der Familientherapie, auf die Methoden der Familienrekonstruktions-Arbeit und vor allem das Stellen von Familienskulpturen, die wichtiger Bestandteil der Systemischen Therapie sind. Beim Familienaufstellen geht man von der Grundidee aus, dass die Familie für jeden Menschen das zentralste Bindungssystem ist. Es bestimmt seine Entwicklungs- und Handlungsmöglichkeiten durch die Geschichte der vorhergehenden Generationen, durch tradierte Regeln und Muster und vor allem durch vielschichtige Loyalitäten, die nicht ohne weiteres erkennbar sind. Ziel ist es, dem Menschen zu helfen, sich in diesen Bindungsgeflechten zurechtzufinden und Verstrickungen aufzulösen – unter anderem durch die Arbeit mit der jeweiligen ganzen Familie. Den Klienten und ihrer Sichtweise sollen – therapeutisch betrachtet – mit empathischer Sensibilität und Respekt begegnet, ihre Autonomie geachtet sowie die Vielfalt und die Erweiterung von Handlungsoptionen auf Seiten der Klienten gefördert werden.

Die Arbeit mit Skulpturen und nachgespielten Szenen aus der persönlichen Entwicklungsgeschichte einer Person ist nicht nur ein Element der Familientherapie oder der Systemischen Therapie, sondern auch des Psychodramas. Das Konzept der Familienskulptur geht gar auf das Psychodrama zurück. Auch Jakob L. Moreno, der Begründer des Psychodramas, unternahm bereits Ende der 30-er Jahre des letzten Jahrhunderts Versuche, mit Paaren und Familien unter systemischen Aspekten zu arbeiten. Das Psychodrama enthält denn auch systemische Elemente: Zwar spielt es sich nicht in jenem sozialen System ab, in dem sich die Symptome ergeben haben (beispielsweise die Familie), sondern es findet im Rahmen der Psychodrama-Gruppe statt. Aber die rollenhafte Besetzung der anderen Mitglieder des Systems (Vater, Mutter, etc.) durch Gruppenmitglieder gibt dem Protagonisten die Möglichkeit, die Strukturen des Systems neu zu arrangieren und dadurch neu zu erfahren. Das Ziel des Psychodramas könnte in diesem Fall dasselbe sein wie das Ziel der systemischen Familienaufstellung: dem Einzelnen neue Bewertungsmöglichkeiten der Familiengeschichte und damit zusätzliche Verhaltensmöglichkeiten eröffnen.

Das Psychodrama geht jedoch in vielerlei Hinsicht über die Aufstellungsarbeit hinaus (siehe auch: Was ist Psychodrama?). Es kann zwar die Aufstellungsarbeit, wenn es angezeigt erscheint, durchaus als diagnostisches Instrument zur therapeutischen Aufarbeitung nutzen. Es ist aber nicht bloss auf die Familie oder Systeme fokussiert, sondern thematisch unbegrenzt. Das Psychodrama betrachtet, wie die Aufstellungsarbeit auch, den Menschen – sehr im Sinne Morenos – zwar als soziales Wesen, geht aber über das primäre Ziel der Systemischen Therapie, dem Verstehen und Verändern der sozialen Zusammenhänge, hinaus – und zwar dadurch, dass Motive, Ziele und insbesondere auch „innere Zustände“, die seelische Realität, das Unbewusste des Handelnden und die symbolische Dimension der Wirklichkeit miteinbezogen werden. Während sich zentrale familientherapeutische Interventionskonzepte wie das ‚Joining‘ (therapeutisches Arbeitsbündnis) und das ‚Reframing‘ (Umdeuten, Umdefinieren von Sichtweisen) stark auf den Sprachgebrauch abstützen, fokussiert das Psychodrama demgegenüber wesentlich auf das Spiel und das damit verbundene Wiedererleben mit allen Sinnen und zwar mit dem Ziel, „neue Perspektiven des Verstehens

und Erlebens auf scheinbar Bekanntes zu richten und damit auch der bisher zu wenig entdeckten Möglichkeiten im bereits Vorhandenen gewahr zu werden“.

Unterschiede zwischen Systemaufstellung und Psychodrama gibt es darüber hinaus auch in technischer Hinsicht. Bei der Systemaufstellung stellt der Klient die Stellvertreter wortlos in den Raum. Entscheidend ist hier lediglich die Position und Blickrichtung des Stellvertreters. Dieser hat also keine Vorkenntnisse über das reale System und – mit Ausnahme der Funktion und vielleicht des Namens – auch kaum Informationen über die Person, welche er verkörpert. Sind die Stellvertreter aufgestellt, sollen sie sich intuitiv über allfällige Wahrnehmungsveränderungen äussern. Dies kann das Körper- und Gefühlsempfinden betreffen, Einstellungen hinsichtlich der Zugehörigkeit zum System und der Nähe-Distanz zu anderen Systemvertretern, aber auch zu Impulsen, die eigene Position verändern zu wollen. Der Leiter kann dann die Position der Stellvertreter verändern, ihnen Sätze vorgeben und dann die Wirkung der Interventionen auf das System und den Klienten beobachten. Eine ‚Lösung‘ ist dann erreicht, wenn jeder Systemteilnehmer seinen Platz gefunden hat, an dem ihm wohl ist und der ihm eine unbelastete Kommunikation mit den anderen ermöglicht.

Was bei einer Systemaufstellung also angesprochen wird, wird im Psychodrama ausagiert. Wo beim Sprechen „die gedankliche Reflexion den unmittelbaren Ausdruck hemmt“, folgt das Spiel ganz der Spontaneität. Die nicht nur verbale Darstellung eines Themas, sondern dessen Umsetzung in ein affektgeladenes Spiel, nannte Ploeger eine „psychische Provokation“. Die Mitspieler sind durch den Protagonisten in ihre Rolle eingeführt, mit Informationen und Emotionen „aufgeladen“ worden. Sie handeln nicht auf Anweisung, sondern spontan aus ihrer Rolle heraus. Während bei der Systemaufstellung der Klient eher als eine Art teilnehmender Beobachter verstanden wird, ist er im Psychodrama ein aktiv Agierender und Reagierender. Dies hat auch mit den unterschiedlichen Ansätzen der beiden Methoden zu tun. Beide Ansätze zielen auf eine „Befreiung von eingeklemmtem Leben“. Dabei sieht die Systemische Therapie „Probleme, Störungen und psychische Beeinträchtigungen (...) im Zusammenhang mit missglückten Situationen, die im menschlichen Miteinander und in Beziehungen entstehen“. Es wird angestrebt, diese sozialen Zusammenhänge zu verstehen und zu verändern. Der Ansatz des Psychodramas in seiner protagonistenzentrierten Form ist ein individualistischer: Er geht von Individuen aus, „die sich verstärkt in intrapersonalen Rollenkonflikten bzw. Wechselbädern für ihr Selbstwertgefühl befinden“. Das ‚eingeklemmte Leben‘ wird in der Perspektive des Psychodramas verstanden als „festgehaltene, unterdrückte Spontaneität und Kreativität“, die im Spiel durch das Wiedererleben ‚befreit‘ werden können.

In einer breiteren, interessierten Öffentlichkeit ist in den letzten Jahren die Aufstellungsarbeit vor allem in der Form des „Familienaufstellens“ nach Bert Hellinger auf grosse Resonanz gestossen. Die Reaktionen waren und sind derart ambivalent, dass Kriz in seinem Buch „Grundkonzepte der Psychotherapie“ nur feststellen konnte, es könne „derzeit keine fundierte Einschätzung erfolgen“. Die Diskussion reiche „von begeisterter, sektenhafter Zustimmung bis zu uninformativer pseudowissenschaftlicher Ablehnung“. Spätere Publikationen, so des Deutschen Verbandes für systemische Forschung, Therapie, Supervision und Beratung (SG) sowie der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie und Familientherapie (DGSF), sahen sich auf Grund der kontroversen Diskussion gezwungen, Stellung zu beziehen.

Worin besteht die in vielen Kreisen offenbar vorhandene Zurückhaltung gegenüber der Aufstellungsarbeit nach Bert Hellinger? Die DGSF kritisiert in ihrer Stellungnahme vom Februar 2003, Hellinger vermittele das Bild, „dass Familienaufstellungen als ‚Ultra-Kurz-

Event' grosse Veränderungen herbeiführen können“. Er „postuliert die Existenz vorgegebener Grundordnungen und Hierarchien und vertritt seine Konzepte, Interpretationen und Interventionen immer wieder mit einer Absolutheit, die die Autonomie der KlientInnen enorm einschränkt“. Die praktische Durchführung der Aufstellung sei „zu einem nicht geringen Teil (...) als ethisch nicht vertretbar und gefährlich für die Betroffenen zu beurteilen“. Die Klienten seien „dem in seinen Auswirkungen nicht zu kalkulierenden Handeln eines oftmals unzureichend ausgebildeten Therapeuten zum Teil schutzlos ausgeliefert“. Ihnen werde suggeriert, dass selbst gravierende psychische Problemsituationen durch ein einzige Familienaufstellung grundlegend verändert werden“. Die Systemische Gesellschaft (SG) kritisiert in ihrem Papier vom Mai 2002, dass die Aufstellungsarbeit „in anonymen Grossveranstaltungen durchgeführt wird und nicht getragen ist von Kontakt und persönlicher Beziehung“. Ohne das Fundament einer tragenden persönlichen Beziehung werde eine „virtuelle Realität von grosser hypnotischer Überzeugungskraft erzeugt“ und „von aussen und objektiv verfestigende Beschreibungen und normative, eindimensionale Wirklichkeitskonstruktionen angeboten“. Die SG distanziert sich „von dieser Kultur der Aufstellungsarbeit, in der unter Ablehnung persönlicher Verantwortlichkeit für mögliche Folgen und ohne jegliche Form der Qualitätssicherung und Kontrolle Menschen einer Art von ‚Heilungsarbeit‘ ausgesetzt werden, bei der unrealistische Hoffnungen geschürt werden und (...) extrem vereinfachende Zusammenhänge vermittelt werden (etwa, dass Brustkrebs die unausweichliche Folge sei, wenn man die Mutter nicht achte)“. Mit dieser unverhohlenen Kritik ist aber das Familienaufstellen als Methode nicht grundsätzlich diskreditiert. Es hat seinen Sinn und findet seinen Platz innerhalb der Systemischen Therapien. Im Bereich der Familientherapie soll – im Gegensatz zur Systemtherapie – die Aufstellung nicht mit Stellvertretern, sondern mit der tatsächlichen Familie durchgeführt werden.