

Peter Klein

INTEGRALE SYSTEMISCHE AUFSTELLUNGSARBEIT

Die Krankheit als innerer Lehrmeister



Die wirksamste Medizin ist die natürliche Heilkraft, die im Inneren eines jeden von uns liegt.
Hippokrates (460 v. Chr. – etwa 377 v. Chr.)

Die Perspektive der Schulmedizin richtet sich auf das Außen – das Symptom. Meiner Meinung nach braucht es jedoch verschiedene Perspektiven, um dem Menschen und den komplexen Zuständen, die wir als Gesundheit und Krankheit bezeichnen, gerecht zu werden. Nur so gewinnen wir eine ganzheitliche Sicht. Ich nenne es die integrale Perspektive. Am Beispiel des Klienten Michael zeige ich Ihnen, wie der integrale Ansatz bei der systemischen Aufstellung zu einem nachhaltigen Erfolg geführt hat.

Michael leidet an Bluthochdruck. Seit einem halben Jahr macht ihm zusätzlich ein nervöses Augenzucken zu schaffen. Bei mehreren Schulmedizinern hat er sich durchchecken lassen. Die verschriebenen Medikamente brachten jedoch keine wesentliche Linderung. Michael befürchtet außerdem die Nebenwirkungen der Medikamente. Schon der Gedanke an die möglichen Auswirkungen, die am Beipackzettel angeführt sind, bereitet ihm Übelkeit. In einer Symptomaufstellung möchte er sich dem Thema nun aus einer anderen, einer inneren Perspektive nähern. Michael vermutet einen Zu-

sammenhang zwischen seinem Symptom Bluthochdruck und seiner unterdrückten Wut aus der Kindheit. Er neigt zur Überverantwortlichkeit, insbesondere gegenüber seiner Mutter. Sein Vater war früh gestorben. Mit einem kinesiologischen Test ermitteln wir für die Aufstellung die Polarität „Willenskraft – Wut“. Für die Aufstellung werden folgende Stellvertreter ausgewählt: „Michael“, „Bluthochdruck“, „Mutter“, „Vater“, „Verantwortung“.

SYMPTOM-MEDIZIN

Der Begriff Symptom stammt aus dem Griechischen und bedeutet in der Medizin ein Anzeichen einer Krankheit bzw. eine für eine bestimmte Krankheit charakteristische Erscheinung. Oft wird dieser Begriff auf ein sichtbares Merkmal reduziert. Symptome bilden zusammen mit sonstigen Befunden die Grundlage für Diagnose und Behandlung. Bluthochdruck verursacht über lange Zeit kaum Symptome und wird deshalb oft erst spät bemerkt. Dann zeigen sich Merkmale wie Schwindel, Zittern, Gereiztheit, Nervosität, Schweißausbrüche, Herzrasen, Gefühl der Enge in der Brust und rote Gesichtsfarbe. Bluthochdruck lässt sich üblicherweise mit exakten Messgeräten sicher ermitteln und diagnostizieren. Die Behandlung beschränkt sich allerdings auf Medikamente und zielt allein auf die Messwerte.

DAS SYMPTOM ALS SIGNAL

Wir verstehen ein Krankheitssymptom als Signal, das Aufmerksamkeit, Interesse und Energie auf sich lenkt und damit die übliche Routine unterbricht. Dies empfinden Menschen in der Regel als Störung. Ihr oberstes Ziel ist: das Störende wieder loszuwerden. Sie kämpfen in der Regel gegen das Symptom. Die klassische Schulmedizin versäumt die ausreichende Klärung der Ursachen vor allem dann, wenn diese auf der seelischen Ebene zu liegen scheinen. Das Symptom verliert seine eigentliche Funktion, nämlich ein Signal zu sein.

Gewöhnlich fragt der Arzt den Patienten: „Was fehlt Ihnen?“ Und gewöhnlich bekommt er die Antwort: „Ich



habe Schmerzen.“ Doch die richtige Frage dazu lautet: „Was haben Sie?“ Eine Frage nach dem Symptom. Wenn der Arzt bei seiner Suche dort stehen bleibt, verschreibt er ein Schmerzmittel.

Die Frage „Was fehlt Ihnen?“ zielt auf Ursachen. Und auf Lösungsansätze, und zwar innen und außen. Das könnte den Blick für verschiedene Perspektiven öffnen. Und für die Unterscheidung zwischen Symptom (außen) und Ursache (innen und außen).

Die Definition der World Health Organisation (WHO) von Gesundheit ist: Ein Mensch ist dann gesund, wenn er körperlich, emotional, mental, sozial und geistig-spirituell in einer Balance ist und an die Zukunft glauben kann.

Krankheit bedeutet fehlende Balance, eine Infragestellung der harmonischen Ordnung. Wenn wir davon ausgehen, dass innere Prozesse des Bewusstseins (und zwar individuell und kollektiv) nach außen dringen, also zum Beispiel in Form von Symptomen sichtbar werden, gelangen wir zu einer umfassenderen Sicht von Krankheit und Gesundheit.

Am Lehrstuhl für Differentielle Psychologie, Persönlichkeitspsychologie und Psychologische Diagnostik der Friedrich Schiller Universität Jena haben Nachwuchsforscher in einer Meta-Analyse den Zusammenhang von emotionaler Verdrängung und körperlichen Erkrankungen quantitativ untersucht (DOI: 10.1037/a0026257). Dabei ging es um Krankheiten wie Krebs, Herz-, Kreislauferkrankungen, Asthma und Diabetes. Sie kamen zu dem Schluss: Wer permanent unangenehme Gefühle unterdrückt, wird über kurz oder lang krank. Unter anderem fanden sie

einen eindeutigen Zusammenhang zwischen verdrängten Gefühlen und Bluthochdruck.

DYNAMIK IM SYSTEM FAMILIE

Nach unserer Erfahrung wiederholen sich bestimmte Verhaltens- oder emotionale Muster innerhalb von Familien. In der Familienaufstellung sehen wir oft Klienten, die selbst keinerlei traumatisierende Erfahrungen machten – und doch an „Symptomen“ leiden. Wurde zum Beispiel in früheren Generationen ein Familienmitglied ausgeschlossen, lassen sich die schmerzhaften Gefühle eines solchen Zustands – wie Trauer und Depression – oft auch in einem Nachfahren erkennen. Er fühlt sich einsam, verlassen und sehnt sich nach Nähe und Zugehörigkeit. Diese Gefühle treten ohne erkennbaren Auslöser auf.

Stirbt z. B. der Vater früh, dann kann es sein, dass sein Sohn unbewusst in seine Rolle schlüpft. Damit gerät er in eine dauernde Überforderung auf Kosten seiner eigenen kindlichen Bedürfnisse. Diese „Überbelastung“ schafft eine Imbalance, die sich selbst im Erwachsenenalter noch als Tendenz zur Selbstüberforderung mit letztendlich körperlichen Konsequenzen zeigen kann.

Einige Beispiele für systemische Zusammenhänge in unseren Symptomaufstellungen

Depression: unterdrückte Trauer oder Wut im Familien- oder Gesellschaftssystem

Brustkrebs: als unterdrückte Weiblichkeit der Frauen im System, Bindung des Partners über Krankheit

Panikattacken: Ausdruck von verschwiegenen Kriegs- und Fluchterfahrungen

Der integrale Ansatz verbindet im Kontext von Krankheitssymptomen interdisziplinär Aspekte der Medizin, Komplementärmedizin, Psychosomatik und der Familientherapie, mit Aufstellungen und Methoden der Nacharbeit (Integration, Reflexion, Umsetzung). Dabei ist die Perspektive der Bewusstseinsentwicklung integriert.

Gewichtsprobleme: Klientin fühlte sich verhungerten Verwandten in Stalingrad verbunden, die sie nicht kannte

MICHAELS BLUTHOCHDRUCK

Die Stellvertreter in der Symptomaufstellung für Michael offenbarten ihm Bilder und Dialoge, die er aus seiner Kindheit kennt. Er hatte noch als junger Mann versucht, seiner Mutter den Vater zu ersetzen. Er war immer da, wenn sie nach ihm rief, hörte ihre Sorgen an, spürte ihre Depression und fühlte sich unter Druck, da er der Mutter nicht helfen konnte. Diese Überverantwortung für die Mutter übertrug er später auf seine Partnerinnen. In der Aufstellung steht Michaels Stellvertreter dann frei für seine eigene Verantwortung. Er gibt die Verantwortung mit einem Ritual in zwei Phasen an die Mutter zurück:

Phase 1: Michael vermag erstmals seine ohnmächtige Wut zu fühlen und auszudrücken.

Im Rahmen der Aufstellung wird ihm der „Preis“, den er „als Kind bezahlt hat“, bewusst und dass es ein hoffnungsloses Anliegen war, an die Stelle seines Vaters treten zu wollen. Zugleich nimmt er wahr, dass diese „Rolle“ sowohl mit Überforderungsdruck als auch mit der Einschränkung seiner kindlichen Bedürfnisse z. B. nach Zärtlichkeit verbunden war. Aufgrund der Depression der Mutter musste Michael oft auf Zuwendung verzichten. All dies bringt eine lang unterdrückte Wut in ihm zum Überkochen. Sein Stellvertreter verleiht dem Ausdruck, indem er ein Kissen mit Wucht auf den Boden donnert – der „Mutter“ vor die Füße.

Phase 2: Michael erkennt: Er kann nur Verantwortung für sich selbst tragen. Die einst übernommene Verantwortung und die damit verbundenen Gefühle lässt

„Michael“ gedanklich in einen schweren Gegenstand fließen. Sein Stellvertreter sagt zur „Mutter“: „Ich lasse die Verantwortung für Dich bei Dir. Ich übernehme die Verantwortung für mein eigenes Leben. Ich werde achtsam mit meinen Bedürfnissen, Grenzen und mit meiner Kraft umgehen.“ Während „Michael“ die Verantwortung der „Mutter“ symbolisch mit einem schweren Gegenstand sanft, aber bestimmt zurückgibt, blickt er ihr in die Augen. In diesem Moment kann er spüren, dass er aus Liebe zur Mutter gehandelt hat und zwischen den beiden entsteht eine neue, zarte Verbindung. Diese Sanftheit hat ihm gefehlt und sie wirkt jetzt heilend in ihm nach.

Michael wiederholt nun persönlich die Rituale, die er bei seinem Stellvertreter gesehen hat. Dabei erkennt er die Bedeutung seiner Symptome: Der Bluthochdruck signalisiert ihm, dass er zu viel Verantwortung für andere übernimmt und das Augenzucken hat es ihm ermöglicht klarer zu sehen, worum es geht. Er macht nicht mehr aus Rücksicht auf andere die Augen zu, sondern setzt klarere Grenzen, wenn ihm etwas zu viel wird. Das Gefühl der Wut, das er jetzt deutlicher wahrnehmen kann, weist ihn darauf hin, dass etwas gegen seinen Willen läuft und gibt ihm zugleich die Kraft zur Abgrenzung. Der Stellvertreter des Bluthochdrucks sagt: „Jetzt kann ich mich zurückziehen. Doch wenn Du nicht auf Dich selbst achtest, komme ich wieder, um Dich aufmerksam zu machen.“ Michael erkennt in dem Symptom ein Signal bzw. eine Art inneren Lehrmeister, der ihn auf Veränderungsbedarf aufmerksam macht.



Buchpräsentation, Freud-Museum Berggasse

Familienaufstellungen dienen dazu, Beziehungsgeflechte im System Familie zu visualisieren, die aus der Balance geraten sind. Meist werden dabei Fragen der Zugehörigkeit, der Bindung und Lösung thematisiert.

Aus der Position der Repräsentanten und ihren Wahrnehmungen können Schlüsse für die Lösung des familiären Problems gezogen werden. Der Leiter lässt z.B. die Repräsentanten Sätze mit einer lösenden Wirkung sprechen, die helfen, Verdrängtes aufzuarbeiten und die bisher leidvollen Beziehungen neu zu bewerten.



Peter Klein & Ruediger Dahlke – im Dialog zu Symptome & Aufstellungen

ABLAUF EINER SYMPTOMAUFSTELLUNG

Wer sein Symptom aufstellen möchte, kann sehen, hören und fühlen, was es ihm mitzuteilen hat. Er bekommt oft klare Hinweise, was zu tun ist, um innerlich wieder in Balance zu gelangen. Dabei kann es sich um unterdrückte Gefühle, nicht gelebtes Potential oder übernommene Rollen aus dem Familiensystem handeln.

Problemanalyse und Zielsetzung. Bei einer Aufstellung geht es darum, dass der Klient ein inneres Bild über Wirkungszusammenhänge entwickelt, das ihm neue Informationen für die Lösung der von ihm definierten Problematik vermittelt. In einer Krankheitssymptomaufstellung suchen wir nach Einflussgrößen, die die Balance im System des Klienten empfindlich stören, z. B. kraftraubende emotionale Beziehungen. Und wir suchen nach Wegen, um die Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Das Vorinterview: Der Klient präzisiert mit dem Coach gemeinsam das Thema. Wie schränkt das Symptom die Lebensqualität des Klienten ein? Gibt es eine Funktion der Krankheit? Worauf zielt die Veränderungsarbeit? Welche Personen, z. B. aus der Familie, könnten an der Problematik beteiligt sein? Über das Körperfeedback des Klienten, ermittelt im kinesiologischem Muskeltest, können weitere Informationen erkundet sowie Arbeitshypothesen überprüft werden. Vermiedene Emotionen werden auf einem „Entwicklungscompass“ (einer Landkarte für Emotionen) erfahrbar gemacht.

Energiebalancen der Kinesiologie: Der Körper des Klienten wird achtsam auf das Aufstellungsgeschehen eingestimmt; Stress wird gelöst und eine entspannte Arbeitsatmosphäre geschaffen, manchmal auch für die gesamte Gruppe.

Die Aufstellung: Der Klient wählt unter den Seminarteilnehmern Stellvertreter für die relevanten Personen seines Systems (z. B. Großeltern, Eltern, Geschwister, Kinder) aus und stellt sie im Raum so auf, wie es seinem aktuellen inneren Bild entspricht. Die Darsteller melden ihm ihr Befinden zurück, Informationen über die Beziehung der Personen zueinander, über ihre Emotionen und bisher unbewusste oder nicht ausgesprochene Dynamiken.

Neues inneres Bild: Im zweiten Teil der Aufstellung geht es darum, Lösungen zu finden und ein neues inneres Bild entstehen zu lassen, das kann z. B. über Rituale der Ausöhnung geschehen. Ziel ist eine neue innere Haltung des Klienten zur Situation. Der Klient verinnerlicht das Lösungsbild und der Coach klärt mit ihm, wie sich die neuen Erkenntnisse in die Praxis umsetzen lassen. Ein kraftvolles Bild kann Selbstheilungskräfte beim Klienten aktivieren.

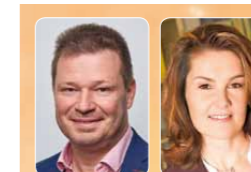
Nachbetreuung: Die Integration der neuen Erfahrungen in einer persönlichen Einzelarbeit nach der Aufstellung wird von unseren Klienten gemeinhin als sehr wohltuend erlebt. In einem interdisziplinären Team arbeiten wir dann in einer „systemischen Medizin“ mit Ärzten und Apotheken an der körperlichen Integration, z.B. in Verbindung mit der Homöopathie. ■

Zum Autor:

Peter Klein hat zusammen mit Sigrid Limberg-Strohmaier die Integral(-) Systemische(-) Aufstellungsarbeit begründet. Weiters haben Peter Klein und Sigrid Limberg-Strohmaier gemeinsam die Methode des Integral-Systemic-Coach Innere Form entwickelt und sind die Buchautoren von: *Integrale Aufstellungen* (2011); *Das Aufstellungsbuch* (2012); *Buddha, Freud und Falco – Szenische Aufstellungen im kollektiven Bewusstseinsfeld* (2010); *Die Leiden des Westens* (2013).



In der Medizinischen Systemik arbeiten sie in Kooperation mit Ärzten und Apotheken. Dabei in der Steiermark mit *Symptomaufstellungen*, Peter Klein und Dr. med. Wolfgang Koelbl. Zum Thema „Gesundheit & Resilienz“ veranstaltet Peter Klein eine Konferenz mit Dr. med. Ruediger Dahlke (26./27. Mai 2018 in Graz).
www.integral-systemics.com
www.taxinfo.at



PETER KLEIN wird zusammen mit Mag. EVA KROC am 24. PULSAR-Kongress die Integral Systemische Aufstellungen Innere Form präsentieren.

LebensHeilKunst
9. – 11. März 2018 | Graz-Novapark

