

## **Strukturelle Prozessarbeit** **Systemisch-gestalterische Tiefenarbeit**

Von Beginn der Zeugung an ist der Mensch Beziehung. Er erfährt sich in Beziehung und entwickelt sich in der Beziehung. Im Zeugungsakt entsteht der Mensch aus der Beziehung heraus und zeugt sich von da an fortlaufend aus der Beziehung zu sich selbst und seiner Umwelt. Er steht in Beziehung zu seinen Erzeugern, zur umgebenden Welt und zu sich selbst. Der Mensch in seiner Gesamtheit als Körper-Seele-Geist-Wesen entwickelt sich unter den Bedingungen eines SELBST, der einzigartigen Wesenhaftigkeit des Menschen. Er entwickelt sich unter den Bedingungen seines Genoms, unter den Bedingungen seiner Welt, in der er sich schließlich als ICH bewusst vorfindet und die er gleichzeitig – und sei es einfach nur durch seine Existenz - aktiv gestaltet.

Der Mensch steht von Beginn seiner Existenz an in einem Netz von Beziehungen. Die Beziehungen stehen in Wechselwirkung zueinander, bestimmen sich aneinander und tendieren dazu, sich regelhaft d.h. systematisch zueinander zu verhalten. Ein solches Beziehungsnetz kann als System bezeichnet werden. Der Mensch findet sich also immer schon in einem System vor. Die Qualität eines Systems bestimmt sich daran, wie gut es Veränderung und Entwicklung ermöglicht oder behindert.

Niemand existiert aus sich selbst heraus. Der Einzelne existiert aus einem Bedingungsgefüge, einem System heraus, das seine Existenz bestimmt und in der gegebenen Form erhält.

Zugleich bestimmt und erhält jeder Einzelne durch sein So-Sein das System in seiner momentanen Form. So aneinander bestimmt erhält sich das System. Verändert sich nun ein Bestandteil des Systems, so sind alle übrigen Komponenten des Systems genötigt, sich so zu ändern, dass das Gesamtsystem wieder eine ausreichende Stabilität gewinnt.

„Ein System ist nicht ein Etwas, das dem Beobachter präsentiert wird, es ist ein Etwas, das von ihm erkannt wird.“ (Maturana 1982, S.175)

Das, was sich dem Betrachter als System präsentiert, wird vom Betrachter selbst als solches geformt und von Anderem unterschieden. Es existiert als System nicht unabhängig vom Theorien über die Entstehung und die Wirkungsweise von Systemen wurden in der 2. Hälfte des 20. Jahrhunderts zunächst im Bereich der Biologie (Umberto Maturana) und später dann auch in der Soziologie (Niklas Luhmann) entwickelt. Hatte man zunächst Systeme objektiv von außen betrachtet, so wurde in der weiteren Folge deutlich, dass auch der Beobachter als beeinflussender Faktor in das System mit einbezogen werden muss.

Systeme stabilisieren sich selbst (Homöostase), schaffen sich selbst ständig neu (Autopoiese) und sie bleiben sich selbst im Wandel gleich, bzw. kommen im Wandel zu sich (...). Konstituierende Elemente menschlicher Systeme sind Beziehungserfahrungen, die sich in Verhalten und Haltung fixieren und in Bildern und Worten verdichten.

### **Einheitswirklichkeit**

Beziehungen und Systeme bilden nur die sichtbare Oberfläche einer nicht-sichtbaren, aber wahrnehmbaren Wirklichkeit.

Was im Bereich der Teilchen und in den kosmischen Zusammenhängen mittlerweile zur wissenschaftlichen Grundannahme gehört, ist für das Ich im alltäglichen Erleben nur schwer nachvollziehbar: die untrennbare Einheit dessen, was ist. Das liegt im Wesentlichen an den Entwicklungsbedingungen des erwachenden Ich's. Es lernt, die undifferenzierten und unmittelbaren Wahrnehmungen zunehmend zu unterscheiden, sich in Beziehung zu ihnen zu stellen und schließlich sich als Ich unabhängig von seiner Umgebung zu manifestieren. Die umgebende Welt erscheint nun tendenziell fragmentiert. Ursache und Wirkung scheinen in einem unmittelbaren einfachen Zusammenhang von Aktion und Reaktion zu stehen. Das Ich vereinfacht sich die Welt, um sich besser darin behaupten zu können.

In diesem Entwicklungsprozess geht die untrennbare Einheit dessen, was ist, verloren und kann erst in einem lebendigen, meist lebenslangen Lernprozess wieder ansatzweise wahrgenommen werden. Wahrgenommen wird die Wirkung der zugrundeliegenden Einheit in ihren unterscheidbaren Ausformungen, erkennbar in Systemen und ihren konstituierenden Elementen. Das Erkennen von und die Arbeit mit Systemen stellt die Oberfläche der zugrundeliegenden Einheitswirklichkeit dar.

### **Systemische Therapie**

Der Grundgedanke der Systemischen Therapien ist, dass jede individuelle Störung aus dem Beziehungszusammenhang des Individuums erklärbar und mit ihm therapierbar ist. (Ich bin als solcher nur im Beziehungsgeflecht.) Damit vollzog die systemische Therapie eine radikale Abkehr von den bis dahin vorherrschenden Erklärungsmodellen, die einzig das Individuum mit seiner Genese und seiner spezifischen Verarbeitung von Umweltfaktoren ins Zentrum der Therapie gestellt hatten. (Ich bin als solcher aus der Verarbeitung biologischer Determinanten und dualer Beziehungserfahrungen.) Die klassischen Therapiemodelle arbeiten insofern ausschließlich oder überwiegend mit dem Individuum und seiner Geschichte, in der das So-Sein des Individuums begründet liegt. Die Systemischen Therapien hingegen arbeiten ausschließlich oder überwiegend mit den Beziehungssystemen, aus denen das Individuum sein So-Sein erfährt und definiert.

Virginia Satir hat in der Arbeit mit Einzelnen in einem System eine Arbeitsweise entwickelt, in der der Einzelne die Möglichkeit bekam, sich als Teil des Systems zu erleben und durch die Veränderung des Systems sich in diesem System neu zu definieren. Virginia Satir nannte diese Arbeit Familienskulptur.

Heute ist diese Art der systemischen Arbeit fester Bestandteil der systemischen Therapie. Bert Hellinger hat seine spezielle Art des Familienstellens schließlich zu einer eigenen Therapieform entwickelt und bekannt gemacht. Hellingers Arbeit setzt Ordnungsprinzipien als Grundordnungen voraus, nach denen jedes System auszurichten ist, um heil zu werden. Diese Ordnungsprinzipien tragen je nach Handhabung die Möglichkeit des Dogmatischen in sich.

Varga von Kibed und Insa Sparrer haben die systemische Aufstellungsarbeit weiterentwickelt zur systemischen Strukturaufstellung (SySt). V.Kibed und Sparrer arbeiten prozessorientiert mit der inneren Dynamik von Strukturaufstellungen. Dabei werden auch nicht-personale Repräsentanten als Strukturelemente eingesetzt werden. Die SySt stellt eine wesentliche Erweiterung der Arbeits- und Anwendungsmöglichkeiten der Aufstellungsarbeit dar und hat sie aus dem unmittelbaren Familienkontext befreit. Sie haben eine Reihe von Aufstellungsarten und -strukturen entwickelt, die Probleme sichtbar, erlebbar und lösbar machen.

Alle genannten Aufstellungsarten sind eher therapeutenorientiert, insofern der Therapeut mit seiner Intuition oder aus seinem Modell heraus den Klienten durch die Aufstellung hin zu einer Lösung durchleitet. Das hat den Vorteil, dass das "diagnostische" Spüren gezielt angesteuert werden kann und dass formalisierte Lösungsstrukturen quasi als „readymade“ genutzt werden können.

### **Strukturelle Prozessarbeit**

Die Strukturelle Prozessarbeit (SPA) wurde von mir als Arbeitsweise zur Bearbeitung von Mustern, Strukturen oder Komplexen entwickelt. Sie ermöglicht die Auflösung dieser Muster und Strukturen im Kontakt und im Einklang mit dem SELBST.

Die SPA steuert die Lebensbewegung als Ordnungsbewegung an, um die Strukturen, die die wesenhafte Lebendigkeit in ihrer Ausformung behindern, wieder aufzulösen und neue Ordnungen zu ermöglichen, die dem wesenhaften SELBST entsprechender sind.

Die SPA nimmt Bezug zu der Erkenntnis, dass die Wesenhaftigkeit des Subjekts sich nur in

Ordnungsstrukturen ausbilden kann. Diese Ordnungsstrukturen werden sowohl von außen angenommen als auch von innen gebildet. Das Individuum wird aus seiner SELBST-Gestaltung heraus begriffen: Der therapeutische Ansatz geht vom einzigartigen unverwechselbaren Wesen des Individuums aus, das sich im Laufe des Lebens entfaltet und gleichzeitig bewusst vom ICH gestaltet wird. Die individuelle Verarbeitung von Beziehungserfahrungen und die Stellung in den jeweiligen Beziehungssystemen prägen jeweils den Umgang des Individuums mit sich selbst und einem Ereignis. Das ICH erwirbt so im Laufe seines Lebens Einstellungen und Muster, die ihm entweder wesentlich entsprechen oder die Entfaltung seines Wesens behindern oder stören. Diese Behinderungen oder Störungen lassen sich durch Änderung des Umgangs mit dem eigenen SELBST und der Umwelt auflösen, damit das Individuum mit sich selbst in Einklang ist. Dieser andere Umgang besteht darin, die selbstbestimmte Aufmerksamkeit auf die ureigenen Impulse, Wünsche und Intentionen zu richten. Impulse, die aufsteigen, können aufgegriffen und ausgestaltet werden. Die SPA ist Tiefenarbeit des Menschen an sich selbst. Damit wird der Mensch nicht nur als der gesehen, der aus Beziehungserfahrungen sein So-Sein erfährt und auch nicht nur als derjenige, der aus biologischen Bestimmungen und Kindheitserfahrungen heraus wird, sondern als ein Individuum, das sich von Anfang an gleichzeitig in seiner Ganzheit gegeben ist und noch dazu werden muss und das Potential dazu in sich trägt.

### **Die Arbeitsweise der Strukturalen Prozessarbeit**

Ausgangspunkt für die Entwicklung der SPA war die Erfahrung der Notwendigkeit, innere Ordnungen, Muster und Strukturen unmittelbar therapeutisch zu bearbeiten. Es gibt eine Reihe von bildnerischen Methoden, die sich in der Kunsttherapie eingebürgert haben, um die systemische Einbettung und Bestimmtheit des Individuums sichtbar zu machen. Am bekanntesten ist hier sicherlich die Thematik „Familie in Tieren“. Es zeigt sich jedoch im therapeutischen Prozess sehr schnell, dass solche bildnerischen Verfahren meist nur diagnostischen Wert haben bzw. dem Klienten Erkenntnisse über sich selbst ermöglichen. Damit wird jedoch lediglich die kognitive Ebene, die ICH-Ebene bedient, die selbst nur neue Bewertungen der vorhandenen Strukturen vornehmen kann, diese selbst aber nicht umgestalten kann. Das Wesentliche einer kunsttherapeutischen Methode ist aber die konkrete Gestaltung selbst, die es dem Klienten ermöglicht sich selbst auszugestalten und umzugestalten.

Die SPA ist konkrete gestalterische Arbeit am System bzw. an einzelnen Strukturkomponenten des Systems. Sie ermöglicht die Ausgestaltung und die Umgestaltung eines Systems als leibliches, seelisches und geistiges Geschehen. Angeregt wurde diese Methodik von der persönlichen Erfahrung des Familienstellens.

Im Unterschied zu anderen Systemischen Therapien wird in der SPA die Beziehungswirklichkeit des Individuums um einen entscheidenden Faktor erweitert: Die Beziehungswirklichkeit von ICH und SELBST. Die SPA knüpft am ursprünglichen Begriff von Virginia Satir wieder an und betrachtet die Aufstellungen als skulpturale Arbeit, die vom Klienten geleistet wird. Vom Therapeuten werden lediglich die Spielregeln dieser Arbeit vorgegeben. Die Arbeit selbst wird aber im Weiteren nicht objekthaft vom ICH getan, sondern aus einer intensiven Leibwahrnehmung aus dem SELBST heraus. SPA ist ein Prozess der radikalen Selbstgestaltung im achtsamen therapeutischen Raum und den Energien des Bedingungsfeldes.

Sie greift vorhandene Strukturen, die sich durch Lebensskripten, Muster, Beziehungen oder Gestimmtheiten ergeben, auf und gibt ihnen eine einsehbare konkrete Form. Hierzu werden Repräsentanten in Form von schwarzen quadratischen Kissen benutzt.

Die SPA braucht Repräsentanten, die nicht nur unmittelbar personal sind. Sie müssen ungegenständlich ein energetisches Feld repräsentieren können und gleichzeitig sehr konkret im Sinne ihrer Bildhaftigkeit sein, weil gleichzeitig die Komplexität von personalen Beziehungen und die Tiefendimension individueller Strukturen dargestellt und aufgelegt wird.

Die SPA benutzt deshalb als Repräsentanten quadratische schwarze und leicht erhabene Flächen (z.B. Schaumstoff oder Kissen):

- das Quadrat bezeichnet durch seine Form sowohl den Ort, als auch die Ausrichtung im Beziehungsgeflecht.
- die schwarze Farbe hat eine Dynamik, die es ermöglicht, alle möglichen Inhalte und Bedeutungen in sie hineinzulegen. Gleichzeitig nimmt diese Farbe gleich-gültig auch Bedeutungsänderungen in sich auf.
- die Erhabenheit macht die 3-Dimensionalität des Verfahrens sichtbar, d.h. dass neben der horizontalen eben ganz wesentlich die vertikale Tiefendimension wirksam ist. Diese Instrumentierung macht deutlich, dass die SPA breiter angelegt ist: darstellbar bzw. gestaltbar sind nicht nur interpsychische Strukturen und Erfahrungen, sondern auch intrapsychische Strukturen und Muster.

#### - Strukturfassung

Die SPA setzt eine beschreibbare Struktur voraus, bei der verschiedene Elemente voneinander unterscheidbar und zueinander in Bezug sind. Die Arbeit des Therapeuten ist hierbei, die strukturierenden Komponenten einer Ausgangssituation herauszufiltern. Sie müssen die Situation in ihrer wesentlichen Qualität beschreiben. Da das Gestalten einer Skulptur die Benennung oder Bezeichnung der Platzhalter voraussetzt, liegt das Hauptaugenmerk auf der passenden für den Klienten stimmigen Benennung der Strukturkomponenten.

#### - Strukturgestaltung

Die beschriebenen Elemente einer Ausgangssituation werden dann beginnend mit der Strukturkomponente des Ich des Gestalters in ihrem spezifisch empfundenen Verhältnis zueinander auf dem Boden eines Raums aufgelegt. Da mit diesen Elementen ein psychodynamisches Feld entsteht, in dem die/der gestaltende KlientIn ein wesentlicher Bezugspunkt ist – denn nur aus dieser Perspektive des beschreibenden Individuums gibt es diese spezielle Ausgangssituation – muss das Ich des Gestalters gleichzeitig in der Konstellation durch einen Platzhalter repräsentiert sein. Die gestalterische Verdoppelung des Ich's ermöglicht dem/der GestalterIn, sich im Feld als Teil des Feldes wahrzunehmen. Durch die Auslegung einer Struktur von benannten Platzhaltern wird ein Feld erschaffen, das die Qualität der beschriebenen Ausgangssituation enthält und erfahrbar macht. Die Strukturgestaltung ist bewusste vom ICH gesteuerte Gestaltung, die auf das innere Bild der Ausgangssituation antwortet. Mit der Gestaltung wird ein spezifisches Feld hergestellt. Das Feld entsteht durch das In-Beziehung-Setzen benannter Strukturkomponenten im therapeutischen Raum. Die sichtbare Struktur ist die Oberfläche einer unsichtbaren, aber spürbaren energetischen Tiefenstruktur, die den inneren Bezug der Komponenten ausmacht. Der als Ich gesondert ausgelegte Anteil bekommt im Verlauf der Arbeit die Bedeutung der Wahrnehmungsbündelung des wahrnehmenden Bewusstseins. Es ist der Anteil, der anfänglich die Störung, die in der ersten Skulptur ausgelegt ist, empfindet und abschließend auch deren Auflösung integriert. Dieses Ich ist nicht identisch mit der kognitiven Betrachtung und Analyse der Störung und auch nicht mit dem handelnden Ich der Strukturauslage.

#### - Strukturwahrnehmung

Als Feld wird die ausgelegte Struktur erst dadurch wahrgenommen, dass der Klient die einzelnen Positionen der ausgelegten Platzhalter einnimmt. Alle weitere Arbeit mit diesem Feld ist die Arbeit der Wahrnehmung und der Antwort auf diese Wahrnehmung. Das Ich dieser Phase der Aufstellung wird zum wahrnehmenden Organ und nicht antwortend, handelnd oder kognitiv reflektierend. Im Ich der SPA bündelt sich unsere aktuelle Wahrnehmung. Es ist wahrnehmendes Bewusstsein im Prozess. Der Focus der Arbeit ist die Wahrnehmung, die auf die Feldenergien reagiert. Der wahrnehmende Anteil ist während der ganzen Arbeit aktiv. Der als Ich gesondert ausgelegte

Anteil kann als Wahrnehmungsbündelung gesehen werden. Es ist der Anteil, der anfänglich die Störung empfindet und nachträglich deren Lösung. Es ist die Arbeit des/der TherapeutIn, die Wahrnehmungsfähigkeit des/der KlientIn zu aktivieren und zu erhalten. Wahrnehmung heißt zu allererst Leibwahrnehmung. Im Leib erfahren wir uns bzw. die Welt am unmittelbarsten. Das sind unsere unmittelbarsten Wahrnehmungseindrücke, die wir dann evtl. gefühlsmäßig verarbeiten oder die uns kognitiv zu Bewusstsein kommen. Um die Tiefe des Feldes tatsächlich wahrnehmen zu können müssen wir uns deshalb selbst wahrnehmen. Um sich selbst zu spüren, muss das kontrollierende und wollende Ich zugunsten der unmittelbaren Wahrnehmung suspendiert werden. Für den Therapeuten heißt das, den Klienten immer wieder auf seine unmittelbaren Wahrnehmungen in der jeweiligen Strukturposition hin zu führen. Dazu ist das Schließen der Augen ein probates Mittel. Der/die KlientIn erfährt das Feld, indem er angefangen vom Ich alle Positionen erlebt und ihre spezifische Energie im Geflecht der Beziehungen zu den anderen Positionen erspürt. In dieser Phase werden alle Platzhalter, nachdem die Energie dieser Orte wahrgenommen worden ist, auf den ursprünglich ausgelegten Ort zurückgelegt. Die Energie der einzelnen Positionen wird dadurch wahrnehmbar, dass der/die KlientIn jeweils den Platz eines Platzhalters einnimmt. Der Platzhalter wird dafür vom Therapeuten jeweils aus dem Feld geräumt. Der/die KlientIn wird dazu angehalten, sich in die Energie dieses Ortes einzustimmen und wird aufgefordert seine Empfindungen, Gefühle, Bilder oder Einfälle, die auftauchen, zu äußern. Der Versuch des Klienten, sich kognitiv in die Benennung des Platzhalters einzufühlen (z.B. Mutter oder Vater) entfernt ihn von seiner Selbstwahrnehmung an dem ausgelegten Ort.

#### - Strukturwandlung

Erst wenn das gesamte Feld in der Weise wahrgenommen wurde, kann damit begonnen werden, die einzelnen Positionen - beginnend mit der ausgelegten Ich-Komponente - aus der unmittelbaren Wahrnehmung heraus in ihrer Lage zu verändern. Die Wahrnehmung des Klienten richtet sich jetzt auf die innere Wandlungsdynamik der Komponenten, die leibhaftig aus dem wahrnehmenden Kontakt mit dem eigenen SELBST und den Feldenergien im Raum spürbar wird und in Bewegungsdynamik zur konkreten Veränderung der Struktur umgesetzt wird. Innerer Zweck dieser Dynamik ist, für jede Position den für sie im Moment passenden Ort zu finden. Um das wahrnehmende Bewusstsein in diesem essentiellen Prozess möglichst vor störenden Ich-Einflüssen abzuschirmen, sollte der Klient die Augen geschlossen halten und der Therapeut eine sichere und achtsame Begleitung bieten.

In der SPA kommt das Individuum so in Kontakt mit seinem Selbst und der eigenen Lebensbewegung und kann so die Oberflächenstruktur (das ausgelegte Feld aus Platzhaltern) neu ordnen. Der Klient nimmt in dieser Phase die aufströmende Lebensbewegung als Bewegungsimpuls wahr. Folgt der Klient diesen Bewegungsimpulsen, die jedem ausgelegten Platzhalter innewohnen, beginnt das ursprüngliche „Problemfeld“ sich zu entspannen, um Platzhalter für Platzhalter so zu einer entspannteren und angemesseneren Struktur zu finden. Durch diese erlebte Neuordnung können nun andere Möglichkeiten des Umgangs mit bisher festgefahrenen Lebenssituationen verwirklicht werden.

#### - Abschluss

Abgeschlossen ist die Arbeit dann, wenn das Ich sich in seiner Position als stimmig oder passend erlebt, d.h. dass der Kontakt zum eigenen SELBST weitgehend ungestört erlebt wird. Dieses Ich ist nicht identisch mit dem Ich der kognitiven Betrachtung und der Analyse der Störung und auch nicht mit dem handelnden Ich der Strukturauslage. Es ist das wahrnehmungsbündelnde Bewusstsein, das sich in der Schlussposition den sich neu bietenden Bedingungen öffnet und diese integriert.

Die Energie dieser Schlussposition muss vom Klienten aufgenommen, leibhaftig wahrgenommen, integriert und benannt werden.

- Prozessbesprechung

Dieser oft als anstrengend und verwirrend empfundene Prozess der Neustrukturierung bedarf der Nachbesprechung durch den begleitenden Therapeuten, der in der gesamten Arbeit den Überblick über die ablaufenden Strukturprozesse halten muss. Durch die Qualität der Wahrnehmungen in den einzelnen Positionen und die Art und Weise ihrer Bewegung im Feld erhält er wichtige Einblicke in die Psychodynamik des Systems. Was dem Klienten als Nacheinander von Bewegungsimpulsen erscheint, formt sich für den begleitenden Therapeuten zu einem Bild, das er abschließend dem Klienten vermitteln muss, um die tatsächlich geleistete Arbeit für den Klienten auch nachvollziehbar zu machen.

Diese phronetisch-kunsttherapeutische Arbeitsweise bewirkt, dass der Gestaltungsvorgang als wirklicher und wirksamer Prozess erlebt wird. Der Gestaltungsprozess ist die Verwirklichung des SELBST aus seinem Grund und der ausgestaltete neue Umgang des Ich's, der sich allerdings noch im Alltag bewähren muss. Insofern ist zur Festigung der Wandlung noch eine weitere Begleitung des Klienten notwendig.

Literatur:

- v. Schlippe/Schweitzer. Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung I und II.
- Ludewig. Einführung in die Grundlagen der systemischen Therapie.
- Sparrer. Wunder, Lösung und System.
- Madelung/Inneck. Im Bilde sein.
- Lieben/Renoldner. Verzeihung, sind sie mein Körper?