

# Das Familiensystem im Sozialen Panorama

## (Lucas A. C. Derks)

### 1. Einleitung

In "Die Struktur der Magie 2" und in "Neue Wege der Kurzzeit-Therapie" haben Richard Bandler und John Grinder, inspiriert von der Familientherapie von Virginia Satir, über "Systemische Therapie" geschrieben. Historisch gesehen haben der systemische Ansatz in der Familientherapie und das NLP einige gemeinsame Wurzeln. Bateson, Weakland, Haley, Laing, Erickson, Jackson, Watzlawick und andere haben den Boden gedüngt, auf dem systemische Therapie und NLP zu blühen begannen.

"Die Familie als eine systemische Einheit zu akzeptieren," schreiben Grinder und Bandler, "heißt eine Overall-Strategie zu benutzen, mit der Familie so zu arbeiten, als wäre sie ein lebendiger Organismus, wobei jedes Mitglied ein essentieller Teil, eine Ressource und deswegen entscheidend für ein befriedigendes Verhalten des ganzen Organismus ist." (S. 126)

### 2. Das Konzept: "Familiensystem"

Die Familie als System zu betrachten, ermöglicht dem Therapeuten die Kausalität hinter sich zu lassen und nach dysfunktionalen Interaktionsmustern zu suchen. Konsequenterweise wird sich solch ein Therapeut nicht so sehr auf den einzelnen zu heilenden Klienten konzentrieren, sondern auf die Verbesserung der Interaktionen innerhalb der Familie; das beinhaltet Veränderungen bei allen Familienmitgliedern.

Obwohl sich dieses Therapiekonzept als hilfreich erwiesen hat, kann es sehr kompliziert sein, mit Familienmitgliedern als Gruppe zu arbeiten. Oft zu kompliziert. Und diese Komplexität ist durch die Tatsache verursacht, daß eine Familie mit einem Gespensterhaus zu vergleichen ist. Denn es wäre ein Fehler, wenn der Therapeut denken würde, er hätte die "echte" Familie vor sich, und daß er mit einer endlichen Anzahl von Individuen zu tun hätte, die jeweils auf das wirkliche Verhalten der anderen reagieren würden. Gut, die Familienmitglieder sind wirklich da, aber das bedeutet noch gar nichts, weil sie nicht auf das reagieren, was wirklich passiert, sondern auf das was sie glauben, phantastisieren und sich einbilden. Sie reagieren auf ihre jeweiligen geistigen Bilder von einander und es kann sein, daß diese Reaktionen nichts mit dem wirklich gezeigten Verhalten der Familienmitglieder zu tun haben.

Neben den Reaktionen auf ihre Phantasien über die anwesenden Personen, reagieren sie auch auf ihre Bilder von Leuten, die gar nicht da sind, wie zum Beispiel auf verstorbene Grosseltern, Kollegen oder sogar auf Gott. Und diese sozialen Bilder könnten alt, verkrüppelt oder karikiert sein und lange, halbvergessene Geschichten darstellen, was die Sache noch schlimmer macht. Dazu kann noch kommen, daß die Familienmitglieder nur auf Teile (Subpersönlichkeiten) der anderen reagieren, während ihre eigenen Persönlichkeitsanteile alle möglichen Inkongruenzen verursachen können. Kein Therapeut kann den Überblick über

diese Geistbilder und Persönlichkeitsanteile behalten. Konfusion kann ihn öfters dazu zwingen, einen Schritt zurückzutreten und die Familie zu betrachten, als wäre sie eine einzelne Einheit, ein System, und also lieber ausserhalb des Chaos von Mißverständnissen, Schuld, Anklage, Mißtrauen, Mißgunst und Paradoxen, mit dem er konfrontiert wird, bleiben. Aus dem Blickwinkel des NLP kann man sagen, daß das Konzept des Familiensystems dem Therapeuten erlaubt, vom Chaos zu dissozzieren. Aber die Frage bleibt, ob das uns mit dem besten Werkzeug für Interventionen ausstattet?

Für die Therapeuten ist es ein Glück, daß die meisten Klienten allein in die Praxis kommen und die anderen Familienmitglieder zu hause lassen (eine Situation, die schon komplex genug ist). Familientherapeuten sind nicht die einzigen Leute, die Familien wie Einheiten betrachten. Die meisten Leute tun das und gebrauchen diese praktische Konzeptualisierung in der Alltagssprache: "in meiner Familie neigen wir eher dazu..." und "Ich bin in einer Familie aufgewachsen, die mich so und so beeinflusst hat..." Um über das Familienleben zu reflektieren, gebrauchen Menschen nicht-wissenschaftliche mentale Konstrukte, die für sie aus der Familie eine Realität machen. Und diese alltäglichen Gedanken, über die unsichtbare soziale Realität des Familienlebens nachzudenken, steht in diesem Artikel zentral. Es ist also nicht das Bild des Therapeuten von einem Familiensystem, das gebraucht wird als Grundlage für Interventionen, sondern die Repräsentation des Klienten von seiner Familie. Wir repräsentieren Menschen in unserem Geist und die Art, wie wir das tun, beeinflusst unsere Beziehung zu ihnen. Das gilt sowohl für Familienmitglieder als auch für Familienbeziehungen.

In diesem Artikel nehme ich an, daß Familien-Repräsentationen die Interaktionsmuster bestimmen. Das heißt also, daß Interaktionsmuster dominiert, ja sogar verursacht werden durch diese Familienrepräsentationen. Wenn also die Repräsentation der Familie einer Person verändert wird, dann verändern sich damit auch die Interaktionsmuster.

Wenn das alles Sinn macht, so bedeutet es, daß Familientherapeuten nicht mehr so viel Energie verwenden müssen, um Interaktionsmuster und Kommunikationsstrukturen zu analysieren. Ebenso wenig brauchen sie Zeit damit zu verbringen herauszufinden, wie Generationen durch Loyalität und Schuld miteinander verbunden sind. Sie sollten statt dessen die Art und Weise analysieren und ändern, wie Familienmitglieder einander intern repräsentieren.

### **3. Die Repräsentation von Familienmitgliedern**

Mein Modeling hat ergeben, daß die meisten Menschen die Neigung haben, Personen als solide, stehende Objekte im Raum zu repräsentieren. Und die Art, wie diese Objekte im Raum angeordnet sind -in Relation zum Selbst- ist der bestimmende Faktor für die Beziehung. Wenn wir über Familiensysteme sprechen, dann bestehen die hauptsächlich aus den Repräsentationen, die die Familienmitglieder voneinander haben. Die Art, wie die Familienmitglieder einander in dem Raum lokalisieren, ist die mentale Grundlage des Systems.

Im November 1995 stellte ich in NLP World das "Soziale Panorama" als ein Werkzeug zum Analysieren und Verändern der Struktur des Modells der sozialen Realität vor. Das soziale Panorama ist die Summe der sozialen Repräsentationen einer Person. Bei den meisten

Menschen ist es einer panoramischen Landschaft ähnlich. Das Selbst befindet sich in der Mitte; der Punkt, von dem aus wir uns umschaun. Das Selbst ist umgeben von allen Individuen und Gruppen, die signifikant sind. Zu einigen muß aufgeblickt werden, einige sind in Augenhöhe, zu anderen kann hinuntergeschaut werden. Die Entfernung zu diesen sozialen Repräsentationen, ihre Größe, Farbe und Helligkeit variieren.

Die Essenz dieses Modells des sozialen Panoramas kann in vier Worten zusammengefaßt werden:

**Beziehung ist gleich Lokalisierung (Relation equals location).**

Richtung und Entfernung scheinen im sozialen Erleben der meisten Menschen die kritischen Submodalitäten zu sein.

Soziale Repräsentationen können sich nach der Ebene ihre Abstraktion unterscheiden. Ein geistiges Bild von Deinem Bruder, der Ja sagte und seine Verlobte heiratete, ist ziemlich konkret. Es ist wie ein geistiges Photo. Auf der anderen Seite kannst Du auch eine Repräsentation von Deinem Bruder haben, die nicht an Ort und Zeit gebunden ist, das ist ein generalisierter Eindruck von Deinem Bruder im Allgemeinen. Das unten dargestellte Format hilft den meisten Leuten, ein nützliches Maß an Abstraktion zu erreichen, aber manchmal ist das schwierig.

### *Anleitung:*

Um Zugriff auf verlässliche Information über das soziale Panorama zu bekommen, kann folgendes Format angewendet werden.

- Laß die Person die Augen schließen.
- Laß sie an "alle Menschen in der Welt um Dich herum" denken.
- Bitte sie, sich auf einen bestimmten sozialen Kontext zu konzentrieren (Familie, Arbeit, Kindergarten).
- Frage sie "Wo - links, rechts, oben, unten - siehst oder erfährst Du (Name der relevanten Person oder Gruppe).
- Laß sie in die Richtung zeigen, bevor sie wieder die Augen öffnen.

Andere Probleme beim Zugriff auf das soziale Panorama können durch Mißverständnisse kommen.

Zum Beispiel beginnen Menschen auf "geographische Orte zu zeigen; sie zeigen Richtung Osten, weil der genannte Verwandte in einer Stadt östlich der eigenen wohnt. Wenn man den Klienten dann um 180 Grad herumdreht und ihn fragt, wo der Verwandte ist, wird deutlich, ob die Frage verstanden wurde. In solchen Fällen kann es helfen, sie zunächst in die Richtung des (Ehe-) Partners zeigen zu lassen und zu fragen: "Wo erlebst Du (intuitiv und subjektiv) Deinen Partner? Links von Dir, rechts von Dir, oder vor Dir?" Sobald diese

Fragen zum richtigen Abstraktionsgrad führen, wird es leicht sein, die anderen Personen zu lokalisieren.

Das soziale Panorama kann als grundsätzliche Repräsentation sozialer Beziehungen angesehen werden. Mit anderen Worten repräsentieren wir Beziehungen räumlich und haben keine direkteren oder besseren Arten der Repräsentation; wir leben und verhalten uns in erster Linie auf der Grundlage dieser Repräsentationen. Was immer Menschen also tun, rationalisieren, sagen oder sonstwie über eine Beziehung ausdrücken mögen, beeinflusst sie nicht so stark wie eine Veränderung des Platzes, wo sie signifikante Andere in ihrem Sozialen Panorama sehen, hören und fühlen.

## **4. Das Familienpanorama**

Eingedenk der Tatsache, daß "Beziehung gleich Ort" ist, und daß das soziale Panorama die grundsätzliche Repräsentation sozialer Beziehungen ist, können wir jetzt nochmals das Familiensystem betrachten. Und da jedes Familiensystem aus Beziehungen besteht, müssen diese Beziehungen grundsätzlich in einem imaginären Raum um diese Person herum, dem Familienpanorama, ausgelegt sein. Hören wir auf die räumliche Prädikate in einer spontanen Äußerung über Familienbande: Nähe, Entfernung und Nebeneinander füllen die Luft.

- *"Mein Vater war für mich nicht zu erreichen."*
- *"Meine Ex-Frau stand zwischen uns"*
- *"Meine Schwester stand mir immer am nächsten"*
- *"Meine Eltern schloßen die Reihen und standen hinter mir"*

Das begleitende nonverbale Verhalten wie Mimik und Gestik in Kombination mit kinästhetischen Prädikaten der Wärme, Kälte, Lockerheit und Angespanntheit bestätigen die Stichhaltigkeit dieser Betrachtungsweise.

Ergebnisse von Interventionen einiger anderer Richtungen von Familientherapie unterstützen die entscheidende Rolle der Submodalität Ort. Satir benutzte die Anordnung, wenn sie Familie Familienbilder machen ließ, und wenn sie die sog. Skulpturtechnik (1972) benutzte. Familienmitglieder wurden gebeten, ein tableau vivant (ein lebendes Gemälde) ihrer Familie zu erstellen. Dieses erwies sich als eine große diagnostische Hilfe. Und das Verändern von Positionen in solch einem Bild oder Skulptur veränderte auch das System. In den 1960-ern wurden Team- und Familienanordnungen in Form von "Soziogrammen" auf Papier gezeichnet. Dies wurde von Therapeuten praktiziert, die von Kurt Lewins Theorie der Sozialen Felder 1952 inspiriert waren. In Morenos Psychodrama und auch in Pessois Psychomotorischer Therapie begegnet man Interventionen, die räumliche Stellungen miteinbeziehen. Aber keine von diesen ist auf der Annahme basiert, daß die räumliche Anordnung die grundsätzliche Art der Repräsentation von Beziehungen ist.

## **5. Hellingers Arbeit**

Ein Therapeut, der implizit diese Annahme gebraucht, ist Bert Hellinger. Familienmitglieder im sozialen Panorama des Klienten herumzubewegen, ist seine hauptsächliche Intervention. Er wendet das nicht nur auf aktuelle Probleme in den Familienbeziehungen an, sondern auch auf andere psychologische und gesundheitliche Probleme.

Die Stellungsveränderungen, die er seinen Klienten vorschlägt, sind auf genealogischen Fakten und die Geschichte kritischer Lebensereignisse, die in der Familie aufgetreten sind, gegründet. Hellinger beginnt oft mit dem Sammeln von Informationen über den Aufbau der Familie und über hervorstechende Ereignisse wie früher Tod, Krankheit, Heirat, Trennung und Scheidung. Diese "historischen Fakten" werden nur kurz diskutiert, gerade lang genug, um mögliche Auswirkungen auf das System zu klären.

Als nächstes müssen Hellingers Klienten die sozialen Panoramas ihrer Familien aufbauen, indem sie Stellvertreter (Mitglieder der Therapiegruppe, die als Ersatz für die eigentlichen Familienmitglieder aufgestellt werden) in die passende räumliche Ordnung bringen. Um die Stellvertreter auf eine Art aufstellen, die zu ihrer inneren Repräsentation paßt, sollen die Klienten in einem "ernsthaften", konzentrierten Zustand sein. Hellinger beschreibt das wie folgt: "Also Du nimmst jetzt nacheinander jede der gewählten Personen mit beiden Händen und stellst ihn an seinen Platz in Beziehung zu den anderen, so wie Du sie im Augenblick wahrnimmst. Wenn Du siehst, daß es stimmt, hörst Du auf. Mache es ganz nach dem Gefühl, so wie Du es im Augenblick spürst. Danach prüfe noch einmal, ob es so stimmt, und dann setze Dich hin." (S. 387)

Hellingers Klienten wählen außerdem einen Stellvertreter für sich selbst, so daß sie in der Lage sind, die Familienaufstellung aus der 3. Wahrnehmungsposition zu betrachten.

Hellingers Hauptinformationsquelle sind die Stellvertreter. Sowie die Familienaufstellung gemacht wurde, beginnt Hellinger die Stellvertreter zu befragen, was sie fühlen. Regelmäßig fragt er nacheinander alle Stellvertreter nach ihren Gefühlen. Das ist ein bemerkenswerter Eingriff. Indem er sich auf die Informationen der Stellvertreter verläßt, unterstellt Hellinger, daß ihre Gefühle eine Quelle unverfälschter Informationen sind. Während der Klient aus der 3. Position zuschaut, macht Hellinger die ganze Arbeit, indem er die Positionen der Stellvertreter verändert.

Durch dieses Herstellen einer veränderten Familienaufstellung bekommt man "direktes Wissen", wie Hellinger es nennt. Für mich ist das synonym mit der Annahme, daß die räumliche Anordnung die grundsätzliche Art der Repräsentation von Beziehungen ist. Mithilfe dieser Information beginnt Hellinger eine verbesserte Familienaufstellung zu entwickeln. Während er mit verschiedenen Positionen der Familienmitglieder experimentiert, kontrolliert er ständig das Ergebnis, indem er die Stellvertreter nach ihren Emotionen befragt. Dieser Gebrauch der emotionalen Reaktionen der Stellvertreter als Kriterium wirft einige grundsätzliche Fragen auf.

Bandler meint, daß wir Submodalitäten als ideosynkretisch betrachten sollten; Menschen erfahren bestimmte Submodalitäten auf jeweils verschiedene Weise. Hellingers Arbeit widerspricht dieser Sichtweise, was die Submodalitäten im sozialen Bereich betrifft: sein Vertrauen auf die Gefühle der Stellvertreter unterstellt, daß alle Menschen ein ähnliche Submodalitätenverschlüsselung für soziale Beziehung verwenden. Hellinger tut so als ob

soziale Submodalitäten eine universelle Sprache sind, in der bestimmte Plätze bestimmte Beziehungen bedeuten.

Meine eigenen Pilotstudien (Derks 1995a und 1997) zeigen zwischen Individuen eine große bereinstimmung in der Bedeutung, die sie bestimmten Plätzen im sozialen Panorama geben. Aber ob das das Vertrauen auf die Stellvertreter rechtfertigt, muß noch genauer untersucht werden. Wenn Menschen in dem Maße übereinstimmen, wie Hellinger's Arbeit es impliziert, sind die Gefühle der Stellvertreter so gut wie die Gefühle von wem auch immer, um die Qualität der Position in der Familienaufstellung zu testen. Die Tatsache, daß Hellinger ein erfolgreicher Therapeut ist, beweist noch nicht, daß die sozialen Submodalitäten universelle Bedeutung haben. Es zeigt, daß die Übereinstimmung so ist, daß es oft funktioniert, so oft, daß Hellinger auf seine Art weitermachen kann. Sein Erfolg demonstriert hauptsächlich die Wirkung von Veränderungen der Positionen von Familienmitgliedern, ob diese nun genau den Bedürfnissen des Klienten entsprechen oder nicht, denn selbst zufällige Platzwechsel können wichtige Veränderungen des Klienten in Gang bringen. Aber Hellingers Interventionen sind nicht zufällig, sondern folgen einer Reihe grundsätzlicher Muster, die wir später betrachten werden.

Ein bemerkenswerter Aspekt von Hellingers Ansatz ist, daß der Klient fast nichts darüber zu sagen hat, wessen Position wie verändert wird. Obwohl sich Hellinger erlaubt, sich von seiner Kalibrierung auf das nonverbale Verhalten sowohl der Klienten als auch der Stellvertreter leiten zu lassen, fordert er doch, daß die Entscheidung wer wohin bewegt werden muß ausschließlich beim Therapeuten liegt.

Ein weiterer bemerkenswerter Aspekt ist Hellinger's Kriterium für Erfolg: dieser ist definiert als Veränderung der Repräsentation des Familiensystems beim Klienten. Hierzu kommentiert Hellinger zum Fall eines Klienten namens Bruno:

"Er hatte ein inneres Bild von den Beziehungen in seiner Familie. Der Lösungsversuch der Familie war unheilvoll und hat zum Tod von seiner Schwester und zum Tod seiner Mutter geführt. Bruno hat sein inneres Bild nach außen gestellt, und wir konnten es sehen. Als es nun draußen stand, konnte es verändert werden auf eine bessere Lösung hin. Damit diese Lösung für Bruno wirksam wird, braucht sich in seiner Familie überhaupt nichts zu verändern. Sein Vater braucht sich nicht zu ändern, er braucht gar nichts davon zu wissen, was hier abgelaufen ist. Und die Toten bleiben tot. Bruno aber kann jetzt dieses andere, bessere Bild in seine Seele hineinnehmen, liebevoll, und dann wirkt es für ihn zum Guten." (S. 407)

Das Ziel dieses Prozesses ist, eine Familienaufstellung zu erhalten, wo jeder auf der "richtigen" Stelle steht. Das ist was Hellinger die "Lösung" nennt. Dem Klienten wird die Lösung präsentiert und er muß sie akzeptieren. Er kann die neue Aufstellung von innen erkunden, indem er mit seinem Stellvertreter die Plätze tauscht. Dieses Re-Imprinting in der 1. Position ist oft der letzte Test in dieser therapeutischen Vorgehensweise.

## **6. Familien-Teile**

Hellinger behauptet, daß alle Mitglieder einer Familie zur Person gehören. Mit anderen Worten internalisieren Menschen alle Mitglieder ihrer Familie und die Internalisierungen werden zu Teilen der Persönlichkeit. Erfolg in der Therapie kommt, wenn die Beziehung zu allen internalisierten Familienmitgliedern emotional positiv ist.

Im Modell des Sozialen Panoramas werden alle sozialen Repräsentationen als Teile der Person betrachtet. Was man im sozialen Panorama sieht, sind visuelle Projektionen von Teilen der Persönlichkeit, die mit dem Selbst, Anderen oder spirituellen Entitäten im Zusammenhang stehen können. Der Ort, wo wir bestimmte soziale Einheiten in unserem Sozialen Panorama sehen, zeigt die Beziehung, die wir zu einem Teil von uns selbst haben. Dieser Teil kann mit oder ohne die aktuelle Anwesenheit der repräsentierten Person aktiviert werden. Das Verändern einer Beziehung ist ähnlich unabhängig von der Person. Wenn ich mich dafür entscheide, dann kann ich jetzt beginnen, die Jungens zu lieben, die mich in der Grundschule schikaniert haben. Sie müssen dafür nicht da sein.

## **7. Die Herkunftsfamilie**

Mit dem Kindheits-Familiensystem einer Person zu arbeiten kann einen enormen Einfluß auf eine Person haben. Das ist logischerweise dadurch verursacht, daß die sozialen Einheiten im Sozialen Panorama des Kindes (Alter 4 bis 7) die Grundlage der Persönlichkeit sind. Mit den wesentlichen Teilen des Kindheits-Familiensystems identifiziert sich das Kind in besonderem Maße. Auch wenn Dein Vater ein "Anderer" ist, so hast Du doch eine Menge seiner geistigen Software in die Dateien kopiert, von denen Du annimmst, daß sie "Dein Selbst" sind. Es gibt keinen Grund noch mehr über die wichtige Rolle von Eltern und Sippe zu erklären, da so viele Psychologen das schon so oft und so lange getan haben.

Die Form des frühen Sozialen Panoramas einer Person hängt sehr von denen ab, die schon da waren. Wenn ein Baby in eine Familie hineingeboren wird, dann haben seine Eltern und älteren Geschwister bereits Repräsentationen im Sozialen Panorama. Und die älteren Familienmitglieder handeln entsprechend ihren Repräsentationen und bestimmen einen Teil der Beziehung mit dem Neugeborenen. Auf diese Art beeinflussen ältere Familienmitglieder sehr stark das Soziale Panorama der jüngeren. Eltern können zum Beispiel ein neues Kind an eine Stelle plazieren, die früher von einem verstorbenen Kind belegt war (und sie geben ihm oft den selben Namen). Dies kann zu einer Verstrickung und Identifikation mit dem toten Geschwister, oder sogar mit früheren Geliebten der Eltern führen.

Eine "frivole Annahme" ist, daß durch die Veränderung unserer mentalen Repräsentation einer Person und durch Veränderung unserer Haltung ihr gegenüber auch ihre Haltung uns gegenüber beeinflußt wird. Dies ist kein übernatürlicher Einfluß, sondern Ergebnis unbewußter nonverbaler Interaktionen. Wenn ich meine Haltung jemandem gegenüber verändere, wird diese Person unbewußt beginnen, auf meine nonverbalen Hinweise zu reagieren und dadurch auch ihre Haltung mir gegenüber verändern.