

Das Ganze fühlt sich heil an – die Rekonstruktion der Familienstruktur

Helga Mack-Hamprecht

Die Natur wird gerne als weiser Lehrer bezeichnet; alles in ihr strebt nach Gleichgewicht und Ausgleich, danach ganz und heil zu sein. Diese Gesetze wirken in uns und in unserem Familiensystem. Unser Körper hat alles Wissen darum gespeichert. Über unsere Wahrnehmungsfähigkeit sind wir in der Lage, an Informationen zu gelangen, die unserem Bewusstsein nicht zugänglich sind. Kinesiologie und Konstellationsarbeit sind Methoden Unbewusstes ans Licht zu bringen.

Der vorausgegangene Artikel von Frau Dr. Hickey zeigt die Auswirkungen fehlender Familienmitglieder. Geborene wie ungeborene Kinder, von der Familie bewusst erlebt oder unbemerkt abgegangene, wirken in ihrer Geschwisterreihe.

Ihre unbeachtete Existenz kann sich als Missbefinden, Störungen bis hin zu Erkrankungen der lebenden Geschwister manifestieren.

Wie können wir in der Einzelarbeit Fehlendes aufspüren, die Familienstruktur rekonstruieren und damit reparieren?

Anja, eine 19-jährige Studentin, stellte sich wegen anhaltender Antriebslosigkeit und unbegründet auftretenden Gefühlen von Trauer vor. Sie ist das einzige lebende Kind ihrer Eltern und wusste von der Geburt eines toten Bruders nach ihr.

Die Vorgehensweise, eine Geschwisterreihe zu rekonstruieren, wird an ihrem Beispiel gezeigt:

- Im Genogramm werden alle bekannten Familienmitglieder mit Namen und Lebensdaten notiert.



Helga Mack-Hamprecht

Oberstudienrätin, systemische Familientherapie (IGST), Gestalttherapie

Mitbegründerin der Akademie für Systemische Medizin und Familienbiografik

Einzel- und Paarberatung, Seminare, Fortbildungen

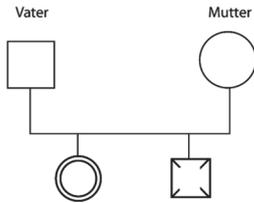
Entwicklung neuer Strukturaufstellungsformate und Bodenanker STRUKTIES für das Einzelsetting

51519 Odenthal b. Köln, Im Kerberich 25

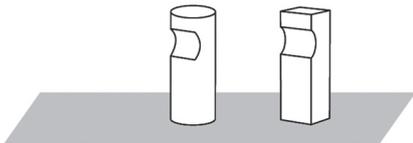
Fon 02174-40562, Fax 02174-494688

www.strukties.de Mail: r.hamprecht@t-online.de

- Die Geschwisterreihe wird in chronologischer Reihenfolge mit Raumelementen aufgestellt.
- Der/die Klient/In stellt sich über jede Position und fühlt sich auf dem jeweiligen Platz ein. An den verschiedenen Plätzen können Körperreaktionen auftreten, wie z.B. kalte Hände, schwere Arme, schwere Beine, flache stockende Atmung, instabiler Stand, Kreisen des Oberkörpers, unsymmetrische Körperhaltung, Herzklopfen.
- Wird eine Körperseite als kalt beschrieben oder ein Arm als schwer, testet man, ob sich die Befindlichkeit verbessert, indem man ein zusätzliches Raumelement an diese Körperseite stellt. Erfahrungsgemäß zeigt jede Veränderung der Konstellation eine körperliche Antwort wie aufsteigende Wärme, Kribbeln in den Händen, Aufrichtung des Körpers etc. Stellt man ein Element zu viel oder an der falschen Stelle dazu, wird dies als unstimmig erlebt. Fühlt sich der/die Klient/In auf seiner/ihrer Position wohl, ist er/sie meist auf seinem/ihrer Platz angekommen.
- Ein weiterer Test zur Überprüfung des richtigen Platzes kann mit der Stimme erfolgen: an ihrem Klang kann man hören, ob die neue Positionierung leicht über die Lippen geht, die Stimme gepresst klingt oder der Testsatz erst gar nicht ausgesprochen werden kann. Er lautet hier z.B. „ich bin die Zweite von drei Kindern“. Bei Halbgeschwistern muss genauer differenziert werden. Der Testsatz wäre z.B. „Ich bin Mutters zweites Kind und Vaters drittes“.
- Die Integration der hinzugekommenen Geschwister ist häufig ein sehr berührender Prozess. Rituelle Sätze wie „Du hast mir gefehlt“, „ich hätte Dich gerne als großen Bruder gehabt“, „jetzt bist Du in anderer Weise bei mir“ können ihn unterstützen. Wie im folgenden Beispiel zeigt der Klient häufig das Bedürfnis dieses neu hinzugekommene Geschwisterchen zu berühren, auf den Arm zu nehmen.



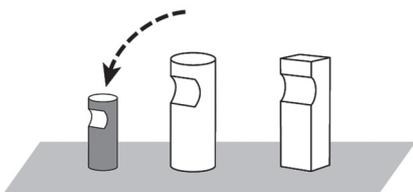
Genogramm:
Elternachse mit Kindern.
hier: Klientin und früh verstorbenes Brüderchen.



Aufstellung in der Einzelarbeit mit Bodenankern (STRUKTIES)

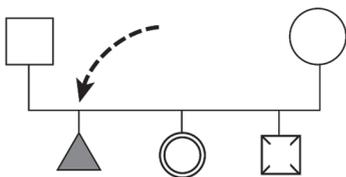
hier: die Klientin stellt für sich und ihr verstorbenes Brüderchen jeweils einen Bodenankern auf.

Auf ihrem Platz hat sie Kälteempfindung und Schwere in der rechten Hand. Dies kann auf ein fehlendes (ungeborenes) Kind hinweisen.



Aufstellung in der Einzelarbeit mit Bodenankertest: Ein zusätzliches Element wird an die rechte Seite gestellt.

Verändert sich nun die Körperwahrnehmung, indem der rechte Arm warm wird und die Klientin entspannt steht, deutet dies auf ein angelegtes/ ungeborenes und/oder ein ihr unbekanntes Geschwister hin.



Rückkopplung zum Genogramm.
hier: Eintragung des empfundenen zusätzlichen Geschwisterchens und Korrektur der Geschwisterfolge.

Bei Nachfrage bestätigte Anjas Mutter, dass es tatsächlich vor ihr eine Fehlgeburt gab, die sie vergessen hätte.

Anjas Aufstellung bestätigt meine Beobachtungen, dass vergessene und damit nicht bekannte (geborene oder un-



Wahl der Repräsentanten



Asymmetrie der Körperhaltung



Die komplette Kinderreihe



Integrationsprozess

geborene) Kinder in einem System oft stärker wirken als betrauerte verstorbene Kinder.

Deutlich ist dies in Ländern mit hoher Abtreibungsrate, z.B. in Russland. Bei einem Seminar in Moskau zeigte sich in erschreckendem Maß, wie stark die

Auswirkungen auf die Lebenden sind und deren Leben beeinträchtigen können.

Die Rekonstruktion der Geschwisterreihe

Betrachten wir den Ablauf der Rekonstruktion im Hinblick auf die Stellvertretungsordnung, wird deutlich, dass wir, so lange wir ein bekanntes oder unbekanntes Geschwister vertreten, unsicher auf unserer Position stehen und sich Symptome zeigen. Wie in Anjas Aufstellung zu beobachten war, gab es deutlich stärkere Reaktionen hin zu dem vorher nicht benannten Ungeborenen als zu dem toten jüngeren Brüderchen von dem sie wusste

Erst wenn alle Fehlenden präsent sind und wir unsere Position korrigiert haben, fühlen wir uns stabil und wohl auf unserem Platz in der Geschwisterreihe.

Es kann vorkommen, dass trotz aller Sorgfalt bei den Testungen die Wahrnehmungen zunächst diffus oder nicht eindeutig sind. Dies kann z.B. bedingt sein durch besonders schwere Einbrüche in den Ahnenreihen. Erst wenn diese bearbeitet sind, schärft sich die Wahrnehmungsfähigkeit in den nachgeordneten Generationen und lässt die Rekonstruktion der Kinderreihe gelingen. Eine Bestätigung des Gelingens ist zunächst immer die Reduzierung bis hin zum Verschwinden von Symptomen. Manchmal tritt wie eine nachfolgende Bewegung ein „Zug nach hinten“ auf. Ich deute dies als Anklopfen des nächst anstehenden Themas aus den Ahnenreihen.

Vorteile von Genogrammarbeit und Aufstellung im Einzelsetting

- Bereits bei der Genogrammerstellung entwickelt sich auch bei zurückhaltenden Klienten eine vertrauensvolle Basis zum Berater.
- Die Aufstellung im Einzelsetting bietet dem Ratsuchenden mit Diskretionsbedürfnis einen idealen Rahmen.



- Bei der Einzelaufstellung im Raum werden alle Ebenen unserer Selbstwahrnehmung angesprochen.
- Das Einnehmen unterschiedlicher Positionen entwickelt Vertrauen und Sicherheit in die eigene Wahrnehmungsfähigkeit.
- Indem der Klient alle Positionen erspüren kann, stellt sich Verständnis und Empathie für alle Dazugehörigen ein. Allein dadurch werden bereits Ressourcen bewusst gemacht und aktiviert.

Rekonstruktion mit Kindern und Jugendlichen

Während meiner langjährigen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen habe ich diese Aufstellungsmethode besonders zu schätzen gelernt, durch die sich selbst kleinere Kinder wunderbar einfühlend können.

Tina, die Jüngste war drei Jahre alt und wollte unbedingt auch aufstellen wie ihr älterer Bruder. Tatsächlich war sie deut-

lich linkslastig. Nachdem ich ihr ein Holzelement an diese Seite gestellt hatte, stand sie gerade und strahlte. Zur Überprüfung nahm ihre Mutter anschließend diese Position ein und schilderte die gleichen Empfindungen.

Auffällige Jugendliche konnte ich über Jahre begleiten und häufig beobachten, dass sie ruhiger und ausgeglichener wurden, nachdem sie „ihren richtigen Platz“ gefunden hatten. Auch ihr Gedeihen bekam dadurch eine gute Chance. ◆