

Inhaltsverzeichnis

1	Der Weg zur „systemischen Selbst-Integration“	1
1.1	Entwicklung der Systemaufstellung	1
1.1.1	Rollenspiel in der Psychotherapie	1
1.1.2	Familienstellen nach Hellinger	2
1.1.3	Systemische Strukturaufstellung	3
1.1.4	Franz Rupperts „Mehrgenerationale Psychotraumatologie“	4
1.1.5	Meine Zusammenarbeit mit Hellinger	5
1.1.6	Abgrenzung gegenüber Hellingers Methode	6
1.2	Vom Familienstellen zur „systemischen Selbst-Integration“	8
1.2.1	Die Entwicklungsschritte zur „systemischen Selbst-Integration“	8
1.2.2	Fallbeispiel: Auf dem Platz des verstorbenen Bruders	14
1.3	„Systemische Selbst-Integration“ und andere Therapiemethoden	17
1.3.1	Systemische Therapie	17
1.3.2	Parallelen zu anderen Therapiekonzepten	18
1.3.3	Ethnomedizin	20
	Literatur	21
2	Symbiose, Begriffserklärung und Konzept	23
2.1	Die Elemente Selbst, Raum und Grenze	23
2.1.1	Das Selbst	23
2.1.2	Der eigene Raum	26
2.1.3	Die Grenze	28
2.1.4	Exkurs: Selbsterfahrung der Grenze	29
2.1.5	Zeit-Raum und Zeit-Grenzen	30
2.2	Die wirkenden Kräfte (Dynamik)	30
2.2.1	Zwei angeborene Grundbedürfnisse	30

2.2.2	Erwartungen (Projektionen) der Eltern	31
2.2.3	Der illusionäre Gewinn	32
2.2.4	Erworbene, unbewusste Verbote	33
2.3	Autonomie und Symbiose-Muster – Begriffsbestimmungen	35
2.3.1	Autonomie	36
2.3.2	Symbiose	37
2.3.3	Gibt es eine konstruktive Symbiose?	37
2.4	Das systemische Symbiose-Konzept	38
2.4.1	Ursachen des Symbiose-Musters	38
2.4.2	Struktureller Aspekt des Symbiose-Komplexes	39
2.4.3	Erlebens- und Verhaltens-Aspekte des Symbiose-Komplexes	40
2.5	Die drei Autonomie-Parameter	41
2.5.1	A – Abgrenzung	41
2.5.2	B – Verbindung mit dem Eigenen	42
2.5.3	C – Integration aggressiver Impulse	42
2.6	Die drei „primären“ Symbiose-Parameter A, B und C	42
2.6.1	A – Fehlende Abgrenzung/Überanpassung	42
2.6.2	B – Fehlende Verbindung mit dem Eigenen/Übernahme von Fremdem	44
2.6.3	C – Abspaltung der gesunden Aggression	45
2.7	Die drei „sekundären“ Symbiose-Parameter D, E und F	46
2.7.1	D – Überabgrenzung	46
2.7.2	E – Dominanz, Manipulation	47
2.7.3	F – Destruktive, unterdrückte Aggression	48
2.8	Exkurs: Macht und Symbiose-Dynamik	49
2.9	Folgen des Symbiose-Musters	50
2.10	Exkurs: Grenze und Beziehung	51
2.11	Grenze und erotische Anziehung	52
	Literatur	53
3	Die Methode der Systemischen Selbst-Integration	55
3.1	Symbiose-Lösung durch Selbst-Integration	55
3.1.1	Das neue Konzept: systemische Selbst-Integration	56
3.1.2	Erläuterungen des Therapeuten	57
3.1.3	Die symbolische Ebene	58
3.2	Die Rolle des Therapeuten	59
3.2.1	Die Haltung	59
3.2.2	Die Interventionen	60

3.2.3	Das Abbrechen einer Aufstellung	61
3.2.4	Die Rolle des Schicksals	62
3.3	Systemische Selbst-Integration in der Einzelarbeit und in der Gruppe	63
3.3.1	Einzelarbeit	65
3.3.2	Gruppenarbeit	65
3.4	Aufstellungsbeispiel: „Ich kann meinen Vater nicht achten.“	66
3.4.1	Exkurs 1: Verbindung mit den abgespaltenen Selbst-Anteilen	73
3.4.2	Exkurs 2: Abgrenzung	77
3.5	Veränderungen nach einer systemischen Selbst-Integration	81
3.5.1	Beispiel: „heilsame Erschöpfung“ nach einem Seminar ...	82
3.5.2	Segeln – oder Paddeln?	83
3.6	Zusammenfassung	84
	Literatur	85
4	Symbiose-Muster nach Verlust-Trauma – Fallbeispiele	87
4.1	Vorbemerkungen	87
4.2	Verlust einer Bezugsperson	88
4.2.1	Der Vater ist früh verstorben	88
4.2.2	Der freundliche Nachbar als Bezugsperson	94
4.2.3	Ablösung vom unbekannten, idealisierten Vater	98
4.2.4	Zusammenfassung	101
4.3	Verlust eines Geschwisters	102
4.3.1	Der verstorbene Bruder	103
4.3.2	Verlust eines Zwilling, Vorbemerkungen	104
4.3.3	Verlorener Zwilling: Fallbeispiel	105
4.3.4	Verlorener Zwilling und Geschwisterbeziehung	111
4.3.5	Exkurs: <i>Heilungstraum</i> zum Thema verlorener Zwilling	112
4.3.6	Zusammenfassung	113
4.3.7	Exkurs: Leid und kreatives Potenzial	114
4.4	Verlusterfahrungen im Erwachsenenalter	115
4.4.1	Verlust eines eigenen Kindes	116
4.4.2	Abschied von einem abgetriebenen Kind	119
4.4.3	Exkurs 1: Gebrüder Grimm: „Das Totenhemdchen“	122
4.4.4	Exkurs 2: Tod und Abschied	123
4.4.5	Ein Verbot zu sterben?	124
4.4.6	Dynamik des Abschiednehmens	125
	Literatur	126

5	Seelische, körperliche und sexuelle Traumata	127
5.1	Vorbemerkungen	127
5.1.1	Systemische Selbst-Integration und Gewalterfahrung	127
5.1.2	Gewalt und Abspaltung	127
5.1.3	Trauma-Folgen in der Systemaufstellung	129
5.2	Besondere therapeutische Strategien bei Gewalterfahrung	132
5.2.1	Gefahr der Retraumatisierung	132
5.2.2	Einführung eines Körper-Selbst	134
5.2.3	Ressourcen bei extremer Verlassenheit	134
5.2.4	Beziehungsklärung zum Täter	136
5.2.5	„Ich achte das Leben, indem ich es vor dir schütze!“	139
5.2.6	Dem Täter verzeihen?	139
5.3	Erfahrung körperlicher Gewalt – Fallbeispiel	140
5.4	Erfahrung sexueller Gewalt – Fallbeispiel	147
5.5	Erfahrung seelischer Gewalt	151
5.5.1	Fallbeispiel 1: „Ich hätte ein Junge sein sollen.“	151
5.5.2	Schuldgefühle der Mutter	153
5.5.3	Traumatisierte Eltern	156
5.6	Noch belastet durch ein traumatisches Erlebnis	162
5.6.1	Hunde-Phobie	162
5.6.2	Frühes Trauma und drohendes Burnout	166
5.6.3	Statt einer Zusammenfassung: Erfahrungsbericht einer Therapeutin	169
	Literatur	172
6	Systemisch orientierte Psychotherapie – Fallbeispiele	173
6.1	Vorbemerkungen	173
6.1.1	Biologische Psychiatrie	173
6.1.2	Systemisch orientierte Psychiatrie und Psychotherapie	175
6.1.3	Der Autonomie-Fragebogen und das Autonomie- Diagramm	176
6.2	Störungen in Schule und Arbeitsleben	179
6.2.1	Schulversagen oder Burnout im Jugendalter	179
6.2.2	Burnout und Mutterproblematik	183
6.2.3	„Ich komme mit meinem Chef nicht klar“	185
6.2.4	„Mein Platz im Leben?“	186
6.2.5	Gastritis und beruflicher Stress	188
6.3	„Systemische Selbst-Integration“ und familiäre Beziehung	188
6.3.1	Versöhnung mit der Mutter	188

6.3.2	Partnerprobleme und die Beziehung zur Mutter	190
6.3.3	Der Ehemann wurde nach der Trennung depressiv	192
6.3.4	Angst um die Tochter	195
6.4	„Selbst-Integration“ und Körper	198
6.4.1	„Mein Körper macht Krankheiten“	198
6.4.2	Krebsangst, Kurzintervention	200
	Literatur	201
7	Komplexere Störungen mit psychiatrischen Diagnosen	203
7.1	Depression	203
7.1.1	Depressive Erschöpfung	203
7.1.2	Manisch-depressive Störung	205
7.2	Psychose und Systemaufstellungen	209
7.2.1	Gibt es ein „Psychosemuster“?	210
7.2.2	Die Angst, verrückt zu werden	210
7.2.3	Panikattacken	212
7.3	„Meine Tochter hört Stimmen“	215
7.4	Psychotische Mutter und „Identitätsverbot“	221
7.5	Der erwachsene Sohn hat eine Psychose	227
7.6	Der 14-jährige Sohn hat eine Psychose	230
7.7	Zusammenfassung	234
	Literatur	235
	Anhang: Autonomie-Fragebogen und -Diagramm	237
	Dank	245