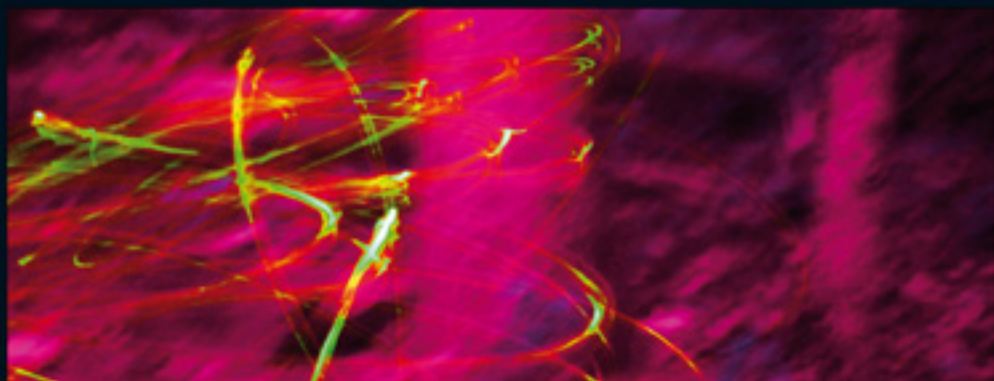


SYSTEMAUFSTELLUNGEN



Tonius Timmermann

Klingende Systeme

Aufstellungsarbeit
und Musiktherapie



CARL-AUER

Carl-Auer



"I welcome whatever happens next."

John Cage

Klingende Systeme

Tonius Timmermann

Aufstellungsarbeit und Musiktherapie

Online-Ausgabe 2010

Umschlaggestaltung: nach Goebel/Riemer
Umschlagfoto: © Fabienne Seithel
Satz u. Diagramme: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten

Online Ausgabe, 2010
ISBN: 978-3-89670-775-8
© 2003, 2010 Carl-Auer-Systeme Verlag, Heidelberg
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information Der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren
und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten aus der Häuserstraße haben,
können Sie unter <http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag
Häuserstr. 14
69115 Heidelberg
Tel. 0 62 21-64 38 0
Fax 0 62 21-64 38 22
E-Mail: info@carl-auer.de

.....

Inhalt

Dank ... 7

Vorwort ... 8

Teil I: Einleitung ... 13

1. Mein Zugang zur Aufstellungsarbeit ... 14
2. Heilsame Rituale in der Psychotherapie ... 18
3. Hintergrund und Methodik phänomenologisch-systemischer Aufstellungsarbeit ... 23

Entwicklungen und Ausformungen ... 23

Das „wissende Feld“ oder die „Große Seele“ ... 29

Die Vorgehensweisen beim „Familienstellen“ und
den „Bewegungen der Seele“ ... 34

Teil II: Die besonderen Qualitäten der Musiktherapie ... 39

4. Jenseits von Sprache ... 40
5. Spiel und Improvisation als Zugang zur Seele ... 44
6. Musik und Seele ... 50
7. Das Instrumentarium ... 53
8. Psychotherapeutische Techniken in der Musiktherapie ... 59

Rezeptive Musiktherapie ... 60

Aktive Musiktherapie ... 61

Besondere Qualitäten ... 63

Die Techniken ... 65

Teil III: Systemaufstellungen und Musiktherapie in der Praxis ... 73

9. Einzelarbeit ... 74

Dora ... 75

Helene ... 81

Ingeborg ...	83
Die Einzelmethode im Überblick ...	86
10. Gruppenarbeit ...	87
Melanie ...	88
Karl ...	88
Harald ...	90
Paolo ...	92
Uwe ...	93
Roswitha ...	96
Friederike ...	99
Erika ...	104
Die Gruppenmethode im Überblick ...	108

Teil IV: Neue Impulse für therapeutisches Denken und Handeln ... 111

11. Ethik und Haltung ...	112
12. Konflikt und Lösung ...	116
13. Raum (Aufstellung) und Zeit (Prozess) ...	118
14. Selbstverwirklichung in der Gemeinschaft des Lebendigen ...	121

Literatur ... 125

Über den Autor ... 128

.....

Dank

meiner Frau Gabriele Engert-Timmermann für ihre kritische Begleitung und Mitarbeit,

Nicolette Eichlseder für den Zugang zur phänomenologisch-systemischen Aufstellungsarbeit,

Astrid von Geyso für die Fallsupervision und das Vorwort,

Angelika Haschler-Böckle (artificial design system) für ihr Engagement bei der Gestaltung der Abbildungen,

meinen Klientinnen und Klienten für ihre Zustimmung zur Veröffentlichung und ihre Rückmeldungen zu den Nachwirkungen.

.....

Vorwort

Ein Buch über musiktherapeutische Aufstellungen, eine von vielen Adaptionen einer sehr effektiven und vielseitig verwendbaren Technik? Eines der vielen Bücher, die sich anhängen an eine „Mode“, über die viel geschimpft, die viel gelobt, über die aber selten adäquat diskutiert wird? Ich glaube nicht.

Als mich Tonius Timmermann bat, sein Manuskript zu redigieren, ahnte ich nicht, dass mich hier etwas Neues erwartete. Beim Lesen seines Buches und auch in seiner therapeutischen Arbeit (ich hatte Gelegenheit, an einem seiner Wochenendseminare teilzunehmen) wurde ich tief angerührt von Sequenzen, die eine neue Dimension in die Aufstellungsarbeit bringen können. In der Aufstellung unterstützt die Musik (wie auch die bildende Kunst) einen Prozess, der für jede therapeutische Arbeit wesentlich ist. Sichtbar bzw. hörbar wird, wie jeder innerhalb einer Familie mehr ist als ein Konglomerat seiner Erfahrungen, sondern vielmehr eine synthetische *Deutung* all dessen, was sowohl jeder Einzelne wie auch alle anderen erlebt haben. In der musikalischen Aufstellung entsteht bereits in der ersten gemeinsamen freien Improvisation der aufgestellten Familienmitglieder im Zusammenspiel die ganz eigene Melodie der Familie, die für jeden Spieler eine andere Klangfarbe hat und doch immer nur dieselbe ist.

Musik ist im therapeutischen Prozess wie jede andere künstlerische Gestaltung Ausdruck einer inneren Befindlichkeit. Gleichzeitig kann Kunst mit ihrer besonderen Fähigkeit, Zeit, Raum und Kausalität zu verwandeln, sich ablösen von ihrer realen Entstehungsgeschichte. Geschehnisse der Vergangenheit werden gegenwärtig. Einzelnes wird hörbar im gemeinsamen Klanggefüge. Jeder Einzelne verändert das Ganze, und jeder Klang bekommt seine Bedeutung erst im Zusammenhang mit den anderen, mit der Gegenwart, der

Zukunft und der Vergangenheit. So kann Neues aufscheinen: Obwohl das, was entsteht, so und nicht anders ist, wird gleichzeitig bewusst, dass die Musik als etwas „von mir selbst Gemachtes“ entsteht, also auch ganz anders sein könnte. Im kreativen Prozess scheint so im Tun bereits die Möglichkeit zur Veränderung auf.

Auch zeigt sich beeindruckend deutlich, wie das Familiensystem auf die verschiedenen Deutungen reagiert. Wenn die Familie – nachdem jeder seine eigene Wahrnehmung der Improvisation erläutert hat – aufgefordert wird, noch einmal zu improvisieren, klingt die gemeinsame Musik schon ganz anders: Spieler nehmen sich heraus, leise Töne werden laut, Musikinstrumente stimmen nicht mehr und wollen ausgetauscht werden.

Im Zusammenspiel, in dem jeder sich selbst ausdrückt und dennoch bezogen bleibt auf die anderen Familienmitglieder, zeigt sich das System, wie es entstanden ist und wie es sich im Miteinander verändern kann. Musik ist nur Musik, wenn sie gehört und verstanden wird, d. h., in der Musik findet immer ein Dialog statt, mit dem Instrument (und seinen Möglichkeiten), mit sich selbst oder mit einem anderen Spielenden. Musik, die man nicht versteht, wird zum Geräusch. Gemeinsam musizieren – und ganz besonders gemeinsam improvisieren – heißt immer, zugleich sich selbst und den anderen zu hören und sich zu bemühen, zu verstehen oder verstanden zu werden. Insofern bindet Musiktherapie – so wie ich sie erlebt habe – per se schon ein in die Gruppe, in das aufgestellte System. Ganz besonders kann dabei deutlich werden, dass ich auf meinem guten Platz nur dann „klingen“ kann, wenn ich die anderen ebenso wahrnehme wie mich selbst. Das Ich erlebt sich aufgehoben in dem, was es ausmacht. Es fühlt sich zugehörig zum sozialen System der Familie (zur im Moment erklingenden Improvisation) und aufgehoben in etwas, was noch darüber hinausgeht (in der Musik selbst).

Das Beeindruckende an Aufstellungen ist ihre unmittelbare Begreifbarkeit und Evidenz. Gerade in der musikalischen Aufstellung wird diese Wirkung noch verstärkt. Musik, weil assoziativ erlebt, stärkt das subjektive *Erleben*, statt dass wir nur dissoziativ *begreifen*. Im Ritual der Abschiedslieder z. B. findet die Trauer den ihr gemäßen Ausdruck und ist gleichzeitig Trauerarbeit, indem das für den Toten gespielte Lied hilft, sich auch vom eigenen Lied trösten zu lassen und sich damit vom eigenen Schmerz zu verabschieden. Ein anderes eindruckliches Beispiel: Aggressivität ist musikalisch nicht

darstellbar, ohne bereits dem nach Ausufern strebenden Gefühl einen Anfang und ein Ende, eine Gestaltung und damit eine Form zu geben. So aber hat die Wut, bereits während sie sich zeigt, die Möglichkeit geschaffen, sich selbst zu begrenzen und damit verstehbar und beantwortbar zu werden.

All das sind nur einige Beispiele von vielen, wie die musiktherapeutische Aufstellung über ihr Medium Erklärungsansätze liefern kann, was tatsächlich in der Aufstellungsarbeit passiert. Wie fruchtbar könnte es sein, wenn wir alle, die wir mit verschiedenen Medien, wie Sprache, Bilder, Körper, Musik und vieles andere mehr, arbeiten, über den eigenen Tellerrand hinaus schauen würden. Gerade durch den Blick auf das Fremde ist es möglich, die eigene Arbeit verstehen zu lernen.

Und noch ein weiterer Aspekt macht dieses Buch so wichtig. Auch das Feld der Aufstellungsarbeit lässt sich als ein System begreifen, in dem die Wahrnehmung der anderen, d. h. der verschiedenen, Methoden zurückwirkt auf die eigene Arbeit. Ebenso kann das System selbst durch Methode, Medium und Gegenstand als Ganzes verändert werden. Konkret heißt das: Wenn aus der therapeutischen Arbeit – insbesondere aus dem Familienstellen – sich Organisationsaufstellungen, Aufstellungen in der Mediation, in der Rechtsberatung oder Pädagogik entwickeln, wird das Auswirkungen auch auf die klassische Arbeit der Familienstellen haben. Das Festlegen von Schwerpunkten und die Art und Weise, wie aufgestellt wird, sind unter anderem auch abhängig von dem, was selbst am Rande in die Methode integrierbar erscheint. Dort, wo wie in der Organisationsaufstellung Funktionalität, direkte Umsetzbarkeit und Nützlichkeit in den Vordergrund treten, können Zwischentöne, Undefinierbares oder Mehrdeutiges zurückgedrängt werden. „Lösungen“ werden eindeutig gemacht, Ambivalenzen bereinigt, „Ordnungen“ vereinfacht. Tatsächlich lässt sich eine solche Entwicklung beobachten, und nicht von ungefähr werden Stimmen, die auf diese Gefahr hinweisen, laut (siehe auch *Praxis der Systemaufstellungen* 1/2002). Dem Wunsch nach Eindeutigkeit kann eine Aufstellung nicht immer entsprechen, wenn man die Komplexität des Lebendigen nicht unzulässig reduzieren will.

Musiktherapie aber wendet sich – wie bereits ihr Medium Musik – unmittelbar an das Gemüt. Musik ist nicht „erklärbar“, sie spricht direkt von „Seele zu Seele“, in der Eindeutigkeit des Gefühls,

jenseits aller Rationalisierungen. Und so sperren sich musiktherapeutische Aufstellungen daher durch das Medium an sich einem allzu direktiv-deutenden Eingreifen des Therapeuten.

Besonders beeindruckend dabei ist, wie das Medium selbst eine führende Rolle übernimmt. Der Therapeut lässt die Seele ihre heilenden Potenziale hören und sich entwickeln, langsam, im eigenen Tempo. Musik lässt sich vom Therapeuten nicht beschleunigen, ohne dass der Charakter der „Melodie“ verändert wird. Und so kann auch der Musiktherapeut nur dann hören, „was gespielt wird“, wenn er der Entwicklung die Zeit gibt, die sie braucht.

Zeit zu geben aber bedeutet, an eine heute viel zu oft vergessene Ressource wieder anzuschließen.

So wird durch die Musik eine Haltung therapeutischer Achtsamkeit unterstützt, gerade weil sich das Geschehen dem Begreifen entzieht. Der Therapeut wird wieder zum Begleiter dessen, was im Moment entsteht, ohne vorwegzunehmen, was sein soll. Eine begriffliche Deutung ist auch später weder nötig noch möglich. Dennoch ist die *heilende Wirkung* des Schlussbildes eindeutig, wenn gute Plätze für jeden Einzelnen gefunden werden. Die Lebendigkeit des gemeinsamen Spieles gibt Raum für Lebensfreude und eröffnet vielfältige und individuelle Gestaltungsmöglichkeiten.

Mir hat das Lesen des Buches wie auch das Erleben musikalischer Aufstellungen Anlass gegeben, noch einmal über die therapeutische Haltung des Aufstellers nachzudenken. Als Begleiter, nicht als Führer, mit einer Haltung der Achtsamkeit gegenüber der in ihrer Individualität nicht deutbaren, ja nicht einmal verstehbaren Seele des Klienten, Räume sich öffnen zu lassen, von denen wir als Therapeuten nicht wissen, was in ihnen entstehen wird.

Jeder braucht dafür seine eigene Zeit, an deren Ende das unmittelbare Erleben steht, damit möglich wird, in Einklang mit sich selbst und anderen die eigene Melodie zu spielen. Eine solche Zeit und Raum gebende Haltung des Therapeuten führt heraus aus der Gefahr, als „selbst ernannter Guru“ Gefühle anderer zu manipulieren, und sei es auch mit bestem Wissen und Gewissen.

So wünsche ich diesem Buch viele Leser, in der Hoffnung, dass sie sich anregen lassen, sich nicht nur von der „Großen Seele“ führen zu lassen, sondern auch dazu, sich wieder in Ehrfurcht zu üben vor der Komplexität und der Vielschichtigkeit jedes individuellen Erlebens.

Die Ordnung, von der Bert Hellinger spricht, ist nur als abstrakte denkbar. Aber wer Hellinger in seiner Arbeit erlebt, weiß darum, dass gerade er nicht einem Kanon von Prinzipien sklavisch folgt. Therapie hat nicht den Zweck, einer heiligen Ordnung zum Recht zu verhelfen, sondern dem einzelnen Menschen zu helfen, sich selbst zu finden und zu leben.

Um zu verstehen, was wir als Therapeuten tun, wünsche ich mir mehr solche Bücher, die es ermöglichen, über den Blick auf das Fremde uns selbst zu erkennen.

Astrid von Geyso