

Arbeit zum inneren Team

von Heinz-Günter Andersch-Sattler

Über die Arbeit zum inneren Team gibt es recht viele praktische Ansätze, theoretisch ist darüber jedoch recht wenig reflektiert worden. Die Grundlagenliteratur bei Schulz von Thun ist meines Erachtens hierzu auch nicht ausreichend. Wir können aus systemischer Sicht sowohl praktisch als auch theoretisch klarere und in sich konsistentere Modelle anbieten.

Im systemtheoretischen Konstruktivismus wird festgelegt, dass Systeme definiert werden durch den Beobachter, der Grenzen des Systems festlegt und damit das System selber innerhalb dieser Grenzen festlegt sowie die Elemente, die dazugehören. Wenn das für ein äußeres System gilt, dann gilt das auch für ein inneres, sofern wir die Grenzen so definieren wollen. Wenn wir die Psyche eines Menschen als System begreifen, dann können wir hier unterschiedliche Elemente herausfiltern. Elemente, die als solche nicht objektiv sichtbar sind, sondern Elemente, die wir extrahieren aus dem, was die Person tut. Im Hintergrund dazu sind verschiedene Persönlichkeitstheorien, die das innere System in sich konfigurieren helfen.

Wenn wir beispielsweise in die Transaktionsanalyse schauen, so gibt es dort verschiedene Strukturen innerhalb des Ich, die innerhalb der Transaktionsanalyse auch als Rollen formuliert worden sind. Diese Rollen und Funktionen lassen sich als Elemente des inneren Systems nutzen. Genauso können wir, wie es Virginia Satir in ihren Parts-Parties gemacht hat, unterschiedlichste Elemente herausfiltern, die für den Ablauf des inneren Prozesses eine Rolle spielen. Virginia Satir hat hier symbolische Darstellungen einfließen lassen. Symbolisch gesehen können wir Eigenschaften einer Person abbilden in Form von historischen Personen oder literarischen Personen, Märchenfiguren etc.

Das innere System

So lassen sich schon bei Virginia Satir Hinweise finden, wie das innere System betrachtet werden kann und wie mit ihm gearbeitet werden kann, d.h. dass innere Systeme in ihrer Definition sehr stark abhängig sind davon, wie der Theoretiker oder der Therapeut oder Anleiter Persönlichkeiten zusammengesetzt sieht. Denn wir müssen uns klar darüber sein, dass es sich hierbei um theoretische Konstrukte handelt, die nicht der Wirklichkeit entsprechen, nämlich um Elemente, die aus dem Fluss der Ereignisse extrapoliert sind, was ja immer wieder auch zu Kritik an Persönlichkeitstests beispielsweise geführt hat. Dennoch kann es sinnvoll sein, solche Elemente zu Grunde zu legen und deren Wirksamkeit zu beobachten; denn was wir aus psychologischer Sicht immer wieder erleben, ist, dass unterschiedliche Persönlichkeitsanteile sich gegenseitig blockieren können. Dass beispielsweise die Freude an der Bewegung blockiert wird von der Angst sich zu zeigen, so dass die Freude an Bewegung dann nur außerhalb von Beobachtungssituationen erlebt werden kann, wohingegen in Beobachtungssituationen die Angst im Vordergrund steht.

Diese Ambivalenz, deren unterschiedliche Elemente durch Interviewtechniken etc. herausgearbeitet werden können, sind Teil unseres Alltags und sind, wie oben beschrieben, systemtheoretisch begreifbar. Konstruktivistisch gesehen ist es auch nicht notwendig, dass die so extrapolierten inneren Elemente tatsächlich existieren (der philosophische Streit zwischen Realisten und Nominalisten bedarf keiner Neuauflage), sondern indem wir diese für wirklich halten,

schaffen wir eine Realität, mit deren Hilfe sich das innere Geschehen strukturieren und beobachten lässt.

Ambivalenzarbeit

Wenn wir das einfachste Modell anschauen, nämlich eine Ambivalenz, dann behindern sich gegenseitig zwei sich widersprechende Elemente, so dass, wie im oben dargestellten Beispiel, ein expressiver Ausdruck im Beisein von anderen Personen nicht möglich wird.

Mit diesen so angenommenen Elementen ist es möglich, systemisch zu arbeiten beispielsweise mit Hilfe von Skulpturen, indem diese beiden ambivalenten Elemente in einer Skulptur abgebildet, visualisiert und so auch zueinander in Beziehung gesetzt werden. Darüber hinaus ist es möglich, diese zwei Elemente in Beziehung zu setzen zu der Person, die das Problem innehat, wir könnten auch in der Terminologie der Transaktionsanalyse oder Psychoanalyse sagen: in Beziehung zum Ich, das ja der Organisator, der Regisseur der Handlungen idealerweise sein soll. Durch diese Art der Arbeit ist es möglich, das Verhältnis der beiden Elemente oder Persönlichkeitsanteile zueinander herauszuarbeiten und dann zu verdeutlichen, worin die Schwierigkeit besteht. Wenn wir problemorientiert vorgehen, lassen wir das Problem stehen, um es dem Individuum zu ermöglichen seine eigene Lösung für dieses Problem zu finden, und machen keine Vorgaben. Im lösungsorientierten Ansatz ist es möglich, mit Hilfe der Skulptur und einigen Umstellungen innerhalb der Skulptur einen Ansatz für eine Lösung zu erarbeiten, die für die betreffende Person stimmig ist, die aber die Gefahr beinhaltet, dass eine ideale Lösung übergestülpt wird, ohne dass die Möglichkeiten des Probleminhabers berücksichtigt sind.

Konfliktarbeit

Eine zweite Anwendungsmöglichkeit dieses Modells, bezogen auf den inneren Vorgang, ist das Konfliktgeschehen zwischen zwei Personen. Grundsätzlich können wir dazu sagen, dass ein Konflikt mit einer anderen Person nur möglich ist, wenn am entsprechenden Platz des Konfliktes in Person A etwas vorbereitet ist, so dass das Verhalten von Person B für Person A zum Konflikt werden kann, sprich die Konfliktbereitschaft in Person A ist so vorbereitet, dass das Verhalten von Person B als Konflikt erlebt wird. Dass es als Konflikt erlebt werden kann, hängt mit früheren Erfahrungen von A zusammen. Systemisch gesehen handelt es sich darum, dass Person A die eigene Wirklichkeit so konstruiert, und zwar auf Basis der biographisch erworbenen Vorerfahrung, dass für sie Person B mit ihrem Verhalten zum Konfliktpartner werden kann. D.h., dass Person A mit Person B und ihrem spezifischen Verhalten überhaupt einen Konflikt haben kann, sagt etwas über die innere Verfassung von A aus.

Wenn wir uns das graphisch vorstellen, können wir uns ein Modell der physikalischen Optik hernehmen. Das spezifische Verhalten von B mit seinen Elementen fällt sozusagen durch die Linse der Wahrnehmung von Person A. Die für den Konflikt wichtigen Elemente treffen auf die vorbereiteten Elemente in Person A und haben dort ihre Entsprechung, so dass es überhaupt für Person A zum Konflikt werden kann. Mit anderen Worten: die Konfliktpartner von A spielen eine Rolle in der inneren Szene von A, die konflikthaft ist und immer wieder auch dieselbe Art von Konflikten hervorbringt. Wenn wir ein Beispiel nehmen, dann könnte dies folgendermaßen aussehen: Person B verhält sich sehr unruhig, flatterig, fahrig, das löst bei Person A Stress aus. Das fahrige Verhalten von B fällt auf eine Erfahrungsfolie von A, auf der gespeichert ist, dass A immer wieder abgewertet wurde von der Mutter, wenn diese ein ähnlich flatteriges Verhalten gezeigt hat, so dass das Verhalten von B bei A die Angst vor Abwer-

tung auslöst, insofern den alten Konflikt reaktiviert und auf diesem Wege das äußere Konfliktgeschehen erst möglich macht. Für eine dritte Person C ist das fahrig, flatterige Verhalten von B nicht gerade angenehm und kann aber von C weitgehend unbeachtet bzw. ausgeblendet werden als nicht wesentlich für die Gestaltung der Situation.

Auch hier können wir mit systemischen Techniken weiterarbeiten, indem wir in einer komplexeren Skulptur den Vorgang visualisieren, dass die konflikthaftern Anteile beider Personen außerhalb der Person sichtbar gemacht werden und den Blick auf die Person als Gesamt vorstellen. Wenn durch die Visualisierung für beide Personen der Vorgang deutlicher geworden ist, ist es oft möglich, dass ein tieferes Verständnis zwischen A und B aufgebaut wird und der Konflikt sich relativiert, bzw. die subjektiv empfindliche Komponente von A eingeordnet werden kann und nicht mehr denselben Stellenwert einnimmt. Sehr häufig stehen wir in der Situation, dass es eine wechselseitige konflikthafte Stimulierung bei zwei Personen gibt, so dass die Reaktion von A auf B's Verhalten für B zum Problem wird, was wiederum bei B auf ein biographisch erworbenes Konfliktmuster verweist.

Trauma-Arbeit

Gerade der zuletzt erläuterte Zusammenhang verweist auf innere Vorgänge, die denen der traumatisch bedingten Reaktion gleichen: Spezifische Stimuli lösen ein spezifisches Verhaltensmuster aus, das von der Person nicht bewusst beeinflusst werden kann. D.h. die auslösenden Bedingungen dafür, dass das Verhalten von B für A zum Problem wird, ist, dass es einen wiederkehrenden Vorgang im Leben von B gegeben hat, der mit ähnlichen Ereignissen einherging. Wenn nun diese Ereignisse oder Teile davon in der Gegenwart auftauchen und von B wahrgenommen werden, dann kommt es zur automatisierten traumatischen Abreaktion. Für traumatische Reaktionen ist es unerheblich, ob es tatsächlich zu einem schweren belastenden Vorfall, wie einem Unfall gekommen ist, oder zu immer wiederkehrenden kleineren bremsenden oder zurückweisenden Reaktionen anderer. Diese Reaktionen können, wenn sie ausweglos erscheinen, traumatisch verarbeitet werden. Neuere Techniken der Traumatherapie wie ROMPC® haben hier die Möglichkeit entwickelt, diese Automatismen zu unterbrechen, indem diese Techniken direkt auf den Teil im Gehirn einwirken, der als Feuermelder die Notfallreaktion in Form der traumatischen Reaktion auslöst, die Amygdala. Mit Hilfe spezifischer Techniken der Kinesiologie und Akupunktur kann diese Reaktion gestört werden, sobald sie auftritt. Das machen wir uns auch bei der Bearbeitung des inneren Teams zunutze: Der Stress, der im Klienten beim Anblick seiner Skulptur entsteht, wird mit Hilfe der Techniken des ROMPC® behandelt und dadurch minimiert. Die Konfliktskulptur kann wie das Abbild des Stressors betrachtet werden, dem der Stress mit Hilfe dieser Techniken genommen wird. Verhaltenstherapeutisch betrachtet nehmen wir hier eine Exposition vor und auf dieser Basis eine Hyposensibilisierung. Das gleiche gilt für das Konfliktgeschehen zwischen zwei Menschen, das wir – wie oben dargestellt – auch als Konfliktgeschehen zwischen zwei Persönlichkeitsanteilen verstehen, die als solche neben der Darstellung in der Skulptur auch mit Hilfe der Techniken des ROMPC® behandelt und so einer Veränderung leichter zugänglich gemacht werden, indem der Stress in diesem Konfliktsystem gesenkt wird.

Funktionelles und strukturelles inneres Team

Innerhalb des ROMPC® nutzen wir inzwischen die Unterscheidung zwischen einem strukturellen inneren Team und einem funktionellen. Das funktionelle umfasst die bereits oben dargestellten Vorgehensweisen, beim strukturellen Team geht es um als fremd erlebte Persönlichkeitsanteile, die zum Ich dazu gehören oder um als zu mir zugehörig erlebte Teile, die

nicht zu mir gehören. Systemisch kommen wir hier in den Bereich der Delegationen und übernommenen Aspekte von anderen, uns nahe stehenden Personen aus unserem Familiensystem. Traumatherapeutisch handelt es sich um Sekundärtraumatisierungen.

Weitere Informationen zum Thema

H.-G. Andersch-Sattler, **Arbeit mit dem inneren Team und ROMPC®**

<https://www.rompc.de/eu/index.php/ct-menu-item-89/ct-menu-item-95/ct-menu-item-99/760-arbeit-mit-dem-inneren-team-und-rompc%C2%AE.html>

Die unterschiedlichen Perspektiven von systemischer Arbeit einerseits und ROMPC® andererseits bringen wir in unserer Ausbildung Skulptur- und Aufstellungsarbeit mit ROMPC®.

<http://syntraum.de/index.php?id=06&level=03>

Demnächst wird zu diesem Thema ein Aufsatz von uns erscheinen.