

## Wie wirksam sind Systemaufstellungen? Bericht über ein laufendes Forschungsprojekt

Jochen Schweitzer, Annette Bornhäuser, Christina Hunger, Jan Weinhold

### Wie wirksam sind Systemaufstellungen „wirklich“? Einführung

Wenige Innovationen im Bereich von Beratung und Therapie haben derart viele Kontroversen ausgelöst wie die Aufstellungsarbeit in der von Bert Hellinger (Hellinger 2001; Weber 1993) begründeten und vertretenen Form (Goldner 2002; Nelles 2009). Ihre Befürworter verweisen auf intensive heilsame Einsichten, auf das Spürbar- und Erlebbarmachen komplexer Beziehungsphänomene, auf die Bearbeitbarkeit auch weit zurückliegender und nicht mehr explizit erinnelter familiärer Dynamiken (Schneider 2006; Ulsamer 1999). Ihre Kritiker verweisen auf doktrinäre Haltungen bei Bert Hellinger, auf eine autoritäre Selbstpositionierung von Aufstellungsleitern, auf zu große und zu öffentliche Veranstaltungen mit zu wenig kontinuierlicher Nachbegleitung und auf einzelne Tragödien nach Aufstellungsseminaren (zum Beispiel Dierbach 2010; Haas 2009). Diese Kontroversen durchzogen lange und durchziehen zum Teil noch heute auch die systemtherapeutische Gemeinschaft, deren Fachgesellschaften DGSF (2003) und SG (2004) sich in öffentlichen Erklärungen von großen Teilen der Aufstellungsarbeit in der von Hellinger bekannt gemachten Form distanzieren.

18 Jahre nach Erscheinen des Buches „Zweierlei Glück“ (Weber 1993), mit dem die Aufstellungsarbeit umfänglich öffentlich bekannt wurde, und nachdem diese Kontroverse vielerorts wieder abgeflaut ist, scheint es uns ein guter Zeitpunkt, einen Teilaspekt dieser teils klinisch-therapeu-

tischen, teils weltanschaulichen Kontroversen mit einer etablierten wissenschaftlich-rationalen Forschungsmethode einer Überprüfung zu unterziehen. Das tun wir seit Mitte 2009 und noch bis Ende 2012 in einem Teilprojekt des Sonderforschungsbereichs „Ritualdynamik“ der Deutschen Forschungsgemeinschaft.

Wir (die Autoren) sind eine Forschergruppe von vier systemtherapeutisch, aber (bis auf Annette Bornhäuser) nicht in der Aufstellungsarbeit aus- oder weitergebildeten und tätigen PsychologInnen an der Universität Heidelberg. Wir sehen uns als hinreichend kenntnisreich, aber zugleich als hinreichend distanziert gegenüber der Aufstellungsarbeit, um diese „sine ira et studio“ beforschen zu können.

Wir kooperieren in dieser Studie mit insgesamt rund 200 Menschen, die im Jahr 2011 als Aufstellende oder Beobachter an acht untersuchten Aufstellungsseminaren im Institut für Medizinische Psychologie des Universitätsklinikums Heidelberg teilgenommen haben und uns seither zu mehreren Nachbeobachtungszeitpunkten ihre Fragebögen zusenden. Wir hoffen im Juni 2012 erste Ergebnisse berichten zu können.

### Fragestellungen: Was wir herausfinden wollen

Wir fragen:

1. Welche psychologischen Wirkungen weisen Systemaufstellungen bei einer hinreichend großen Zahl von Men-

- schen auf, verglichen mit genauso vielen Menschen die eine Systemaufstellung (noch) nicht gemacht haben?
2. Falls Systemaufstellungen kurzfristig, also 14 Tage nach Seminarende, Wirkungen auf psychologisch messbare Konstrukte zeigen: lassen sich diese auch noch vier bzw. acht Monate später nachweisen?

### **Forschungsdesign: Welcher Logik unsere Forschung folgt**

Wir verwenden ganz bewusst ein aus den Naturwissenschaften stammendes, die Pharmaforschung und derzeit auch die Psychotherapieforschung dominierendes Forschungsparadigma: das der „randomisiert kontrollierten Studie“ (RCT-Studie). Dabei werden Menschen nach Zufall einer von zwei Untersuchungsgruppen zugeteilt. Mit dieser Zuteilung müssen sie einverstanden sein, und sie muss ethisch vertretbar sein. Die eine Hälfte der Teilnehmer bekommt nun die zu untersuchende Behandlung („experimentelle Behandlung“), die andere bekommt entweder keine oder die bisher übliche Behandlung („Treatment as usual“), oder sie bekommt dieselbe Behandlung erst zu einem späteren Zeitpunkt („Wartekontrollgruppe“). Wir haben uns für ein Wartekontrollgruppendesign entschieden: Alle der rund 200 Teilnehmer nahmen an einem Aufstellungsseminar teil – aber die erste Hälfte bereits im Frühjahr 2011, die zweite Hälfte erst im Sommer 2011, vier Monate später.

Zugleich ist unsere Studie eine prospektive Verlaufsstudie mit mehreren katamnestischen Messzeitpunkten. Das bedeutet, dass alle Teilnehmer zwei Stunden vor ihrem ersten Aufstellungsseminar unsere Fragebögen ausfüllten. Ferner füllten sie dreimal, nämlich 14 Tage, vier Monate und zum Teil acht Monate nach dem Seminar, dieselben Fragebögen erneut aus. Ein Vergleich dieser vier Messzeitpunkte erlaubt zu prüfen, in welchen Hinsichten sich die Situation der Teilnehmer über diesen Zeitraum hinweg verbessert oder verschlechtert hat. Ein Vergleich der Daten von Experimental- und Kontrollgruppe erlaubt zu prüfen, ob es denen, die bereits an einem Aufstellungsseminar teilgenommen haben, besser, schlechter oder ähnlich geht wie denen, die zu diesem Zeitpunkt noch vor ihrem Aufstellungsseminar stehen – ob also die Aufstellungsarbeit bessere, schlechtere oder dieselben Wirkungen hatte wie keine Aufstellungsarbeit?

Überdies erforschten wir unter naturalistischen Bedingungen, also möglichst genau so, wie Aufstellungsseminare „draußen“ in der Wirklichkeit ablaufen. Freilich lassen sich in der Wirklichkeit Teilnehmer nicht vom Würfel zuordnen, ob sie ein Seminar jetzt oder später besuchen, und sie füllen normalerweise auch wenig oder gar keine Fragebögen aus. An einem normalen Aufstellungsinstitut, etwa dem von Gunthard Weber gegründeten und heute von Diana Drexler geleiteten Wieslocher Institut für Systemische Lösungen (WISL), wäre das im Blick auf Erwartungshaltungen der sich dort Anmeldenden schwer durchführbar gewesen. Wir entschieden uns daher, die beforschten Aufstellungs-

minare im Institut für Medizinische Psychologie der Universität Heidelberg durchzuführen, unter der strikt befolgten und überprüften Vorgabe, dass die Seminare von ihrem zeitlichen und inhaltlichen Ablauf bis hin zur Pausenverpflichtung analog ablaufen wie am WISL.

Wir unterzogen also eine zum Teil eher geisteswissenschaftlich begründete, holistisch orientierte, von Kritikern zuweilen der Esoterik verdächtige Beratungsmethode einem auf naturwissenschaftlicher Methodik basierenden externen „Stress-Test“. Unsere Zielsetzung ist eine Versachlichung und Differenzierung der in der Vergangenheit oft in „Schwarz-Weiß-Kontrasten“ stattfindenden Diskussion über die Wirkungen der Aufstellungsarbeit. Wir vermuten, dass dies eine große Zahl von Aufstellungsleitern begrüßen wird, aber vielleicht auch nicht alle.

### **Forschungsmethoden: Wie wir zu erfassen versuchten, was geschah**

Mit der von uns gewählten Methodik strebten wir an, sowohl dem Selbstverständnis der Aufstellungsarbeit gerecht zu werden als auch den Anforderungen experimenteller Psychotherapieforschung. Wir fragten zu den verschiedenen Messzeitpunkten jede/n TeilnehmerIn zu folgenden Themen:

1. Ihren Anliegen an dieses Aufstellungsseminar – und wieweit dieses Anliegen später sich verwirklichte (Methode: Zielerreichungsskalierung).
2. Ihrem psychischen Funktionieren, das heißt ihrem Wohlbefinden und ihren psychischen Problemen (Methoden: Outcome Questionnaire [EB-45; Haug, Puschner, Lambert & Kordy 2004]; Fragebogen zur Evaluation von Psychotherapie [FEP-2; Lutz & Böhnke 2008]).
3. Ihrem Erleben von Kongruenz („mit ihrer Welt in Übereinstimmung sein“ – Methode: Inkongruenzfragebogen [K-INK; Grosse Holtforth & Grawe 2003]).
4. Danach, wie sie sich in ihren persönlichen und in ihren privaten Beziehungssystemen erleben (Methode: von uns konstruierter und evaluierter „Heidelberger Fragebogen zum Erleben in Systemen, HFES“)

In kleinem Umfang untersuchten wir auch, wovon bei jedem einzelnen Teilnehmer ein guter Verlauf mitbestimmt werden könnte. Hierzu erfassten wir

1. die therapeutische Beziehungsqualität: wie der Teilnehmer die Zusammenarbeit des Aufstellungsleiters mit ihm/ ihr erlebt hat (Methoden: Session Rating Scale [SRS; Miller, Duncan & Johnson 2002, übersetzt von Arnd Linsenhoff, ProFamilia Heidelberg – persönliche Mitteilung]; Stundenbogen für die Einzelpsychotherapie und -beratung [STEPP; Krampen & Wald 2001]).
2. die Methodentreue des Aufstellungsleiters: inwieweit der Aufstellungsleiter alle wesentlichen Schritte einer einzelnen Aufstellung bei diesem einzelnen Teilnehmer realisiert hat;

3. eine Reihe demografischer, biografischer, gesundheitlicher und motivationaler Variablen jedes Teilnehmers (inkl. Vorerfahrungen mit Aufstellungsarbeit), die Erfolge oder Misserfolge der Intervention mit erklären könnten.

### **Stichprobe: Wie wir zu den Aufstellungsleitern und wie die Teilnehmer zu uns und zu ihren Aufstellungsseminaren kamen**

Die von uns beforschten Aufstellungsseminare wurden von Dr. med. Gunthard Weber und Dr. phil. Diana Drexler geleitet. Zu dieser Zusammenarbeit und der damit getroffenen Selektion von Aufstellungsleitern kam es aus pragmatischen wie aus theoretischen Gründen. Wir kennen Gunthard Weber und Diana Drexler gut, schätzen beide und vertrauen ihrer klinischen Kompetenz und Sorgfalt. Beide waren und sind an Forschung interessiert und zu den damit verbundenen Mühen bereit. Wir nahmen an, dass Gunthard Weber und Diana Drexler aufgrund langjähriger Zusammenarbeit relativ ähnlich arbeiten und das „Verfahren Familienaufstellung“ recht übereinstimmend repräsentieren. Da beide im Austausch mit vielen bekannten Aufstellern stehen und Gunthard Weber selbst viele Aufsteller ausgebildet hat, vermuteten wir eine hinreichende Repräsentativität beider für die deutschsprachige Aufstellungspraxis – was wir aber nicht belegen können und was sicher nur für Teile der Aufstellerszene zutrifft. Eine theoretisch wünschenswerte Studie mit acht verschiedenen Aufstellungsleitern (darunter Bert Hellinger als einer von ihnen), alle in unseren Institutsräumen mit randomisiert zugewiesenen Teilnehmern arbeitend, erschien uns nicht realisierbar.

Wir warben breitflächig und öffentlich wirksam über die Websites unseres Instituts sowie des WISL, über den Newsletter des Universitätsklinikums Heidelberg sowie auf einigen Veranstaltungen wie beispielsweise auf der Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie (DGST) in 2010. Geworben wurde zudem über einen Adressverteiler der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS) mit der Bitte um Information von potenziell an einer Teilnahme interessierten Klienten. Überdies wurde der Informationsflyer in einigen Heidelberger Geschäften ausgelegt. Insgesamt kam durch diese Rekrutierung ein Teilnehmerbias in Richtung Mitglieder und Studierende psychosozialer Berufe zustande, der aber wiederum für die Seminare von Weber und Drexler nicht untypisch ist.

Um die Studie so naturalistisch wie möglich zu gestalten, entschieden wir uns dagegen, uns auf (eine) bestimmte Indikation/en zu beschränken bzw. vorweg ein klinisches Screening durchzuführen. Menschen in aktuell psychotischer, suizidaler oder mit Suchtmittel intoxikierter Situation wurden allerdings ausdrücklich ausgeschlossen. Zentrales Einschlusskriterium für die aktiven Teilnehmer zum Zeitpunkt der Anmeldung war die Formulierung eines bedeutsamen problematischen Anliegens für ihre Aufstellungsarbeit, das sie auch schriftlich darstellen konnten.

Alle Teilnehmer füllten nach Anmeldung unser Set von Fragebögen aus und wurden dann per Zufall der Experimental- bzw. Kontrollgruppe sowie einem der beiden Seminarleiter (Weber oder Drexler) zugeteilt.

### **Durchführung: Die Aufstellungsseminare**

Im Frühjahr sowie im Sommer 2011 führten Gunthard Weber und Diana Drexler je zwei Aufstellungsseminare von je drei Tagen Dauer durch. Es fanden also im Frühjahr und im Sommer 2011 jeweils vier Seminare, insgesamt daher acht Seminare statt. An jedem Seminar nahmen 16 Aufstellende und zehn Beobachter teil. Ferner beobachteten jeweils zwei Mitglieder des Forschungsteams und zwei studentische Assistenten das gesamte Seminar.

Vor Beginn jedes Aufstellungsseminars erläuterte das Forschungsteam in einem vom Seminarraum getrennten Raum den Teilnehmern nochmals den bereits in einer schriftlichen Einverständniserklärung dargestellten Forschungsprozess. Die Teilnehmer füllten anschließend das Fragebogenset aus. Das Aufstellungsseminar selbst fand in der Regel freitags von 16 bis 21 Uhr, samstags von 10 bis 19 Uhr und sonntags von 9 bis 16 Uhr statt. Eine genauere Beschreibung der Aufstellungspraxis ersparen wir uns an dieser Stelle – beide Seminarleiter sind im Feld gut bekannt, und in der „Praxis der Systemaufstellung“ hieße dies Eulen nach Athen tragen.

Summarisch können wir als Beobachter über die Durchführung berichten: Alle Teilnehmerplätze wurden gefüllt. Alle geplanten Aufstellungsseminare fanden statt. Die Räume des Instituts für Medizinische Psychologie wurden von den Teilnehmern gut angenommen. Die Atmosphäre war so dicht und intensiv wie erwartet. Bei zwei Teilnehmern gab es zwischenzeitlich Situationen, in denen sich die Seminarleiter um sie Sorgen machten; diese Spannungen konnten während bzw. nach dem Seminar aufgelöst werden. Die Rückmeldungen der Teilnehmer an die Seminarleiter in den Schlussrunden waren außerordentlich positiv.

### **Perspektiven**

Wir hoffen, ab Juni 2012 erste Studienergebnisse zur Veröffentlichung vorlegen zu können. Aufgrund des Projekt-designs und der Stichprobe (nicht klinische und in sich sehr vielfältige Stichprobe, wenige „schwer kranke“ Menschen, Fokus auf Gruppenwerte und nicht auf dramatische Einzelwerte) vermuten wir, dass diese Studie keine „dramatischen“ Ergebnisse vorweisen wird – weder dramatische „Heilungsquoten“ noch dramatische „Verschlimmerungsquoten“. Aus unseren Beobachtungen bei den Seminaren und der erlebten Kompetenz beider Seminarleiter rechnen wir mit durchschnittlich eher (schwach) positiven als mit (schwach) negativen Verläufen. Aber das sind bislang noch Spekulationen, das Rechnen beginnt erst demnächst.

Wir hoffen, mit dieser Studie einen Beitrag dazu leisten zu können, die oft dramatisierte Diskussion um die beabsichtigten Haupt- und die unbeabsichtigten Nebenwirkungen der Aufstellungsarbeit zu versachlichen.

Auf folgenden Webseiten finden Sie weitere Informationen über die Forschungsgruppe und das Forschungsprojekt: [www.ritualdynamik.uni-hd.de](http://www.ritualdynamik.uni-hd.de) und [www.aufstellungsforschung.de](http://www.aufstellungsforschung.de)



**Jochen Schweitzer**, \*1954, Professor und Leiter der Sektion Medizinische Organisationspsychologie im Zentrum Psychosoziale Medizin der Universität Heidelberg. Mitglied und Projektleiter im DFG-Sonderforschungsbereich „Ritualdynamik“. Mitbegründer und Lehrtherapeut des Helm Stierlin Instituts Heidelberg. Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie (DGSF). Arbeitsschwerpunkt derzeit: Forschung zu Wirksamkeit und Prozess systemischer Therapie und Beratung.



**Dr. Annette Bornhäuser**, Dipl.-Psych., MPH, ist wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Medizinische Psychologie und assoziiertes Mitglied des SFB „Ritualdynamik“ an der Universität Heidelberg. Forschungsschwerpunkte: Wirksamkeit von Systemaufstellungen, Suchtprävention. Weiterbildung in phänomenologischer Psychotherapie. Praktische Tätigkeit als Trainerin.



**Dr. Christina Hunger**, Dipl.-Psych., MSc., ist wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Medizinische Psychologie und im SFB „Ritualdynamik“ an der Universität Heidelberg. Ihre Forschungsschwerpunkte liegen in der Psychotherapieforschung (Wirksamkeitsforschung, Methodenentwicklung, interkulturelle Studien) sowie in der psychologischen und psychiatrischen Anthropologie. Neben der Forschungsarbeit ist sie praktisch im Bereich der systemischen Therapie/Beratung tätig.



**Dr. Dipl.-Psych. Jan Weinhold** ist wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Medizinische Psychologie und im SFB „Ritualdynamik“ an der Universität Heidelberg. Forschungsschwerpunkte: Ritualdynamik und Wirksamkeit von Systemaufstellungen, interkulturelle Aspekte von Heilritualen, Suchtprävention, Psychotherapieforschung. Praktische Tätigkeit in den Bereichen systemische Therapie/Beratung, Coaching und Supervision.

## Literatur

- DGSF (Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie und Familientherapie, 2003). Stellungnahme zum Thema Familienaufstellungen. Kontext 34 (2), S. 194–196. <http://www.dgsf.org/themen/berufspolitik/hellinger.htm>
- Dierbach, H. (2010). Die Seelenpfuscher. Pseudo-Therapien, die krank machen. Reinbek: Rowohlt.
- Goldner, C. (2002). Der Wille zum Schicksal. Die Heilslehre des Bert Hellinger. Wien: Ueberreuter.
- Grosse Holtforth, M. & Grawe, K. (2003). Der Inkongruenzfragebogen (INK). Ein Messinstrument zur Analyse motivationaler Inkongruenz. Zeitschrift für klinische Psychologie und Psychotherapie, Forschung und Praxis, 32 (4), S. 315–323.
- Haas, W. (2009). Das Hellinger-Virus. Über Risiken und Nebenwirkungen von Aufstellungen. Kröning: Asanger.
- Haas, W. (2005). Familienstellen – Therapie oder Okkultismus? Das Familienstellen nach Hellinger kritisch beleuchtet. Kröning: Asanger.
- Hellinger, B. (2001). Ordnungen der Liebe. Ein Kursbuch von Bert Hellinger. München: Knaur.
- Haug, S., Puschner, B., Lambert, M. J. & Kordy, H. (2004). Veränderungsmessung in der Psychotherapie mit dem Ergebnisfragebogen (EB-45). Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie, 25 (3), S. 141–151.
- Krampen, G. & Wald, B. (2001). Kurzinstrumente für die Prozessevaluation und adaptive Indikation in der Allgemeinen und Differentiellen Psychotherapie und Beratung – Stundenbogen für die Einzel-Psychotherapie und -Beratung (STEP). Diagnostica, 47 (1), S. 43–50.
- Lutz, W. & Böhnke, J. (2008). Der Fragebogen zur Evaluation von Psychotherapieverläufen (FEP-2). Validierung und Manual. Trierer Psychologische Berichte, 35 (3), S. 1–19.
- Nelles, W. (2009). Die Hellinger-Kontroverse. Fakten – Hintergründe – Klarstellungen. Freiburg: Herder.
- Schneider, J. (2006). Das Familienaufstellen – Grundlagen und Vorgehensweisen. Heidelberg: Carl Auer.
- SG (Systemische Gesellschaft 2004): Potsdamer Erklärung zur Aufstellungsarbeit. [http://www.systemische-gesellschaft.de/presse.php?y=2&mod=single&pf\\_id=24](http://www.systemische-gesellschaft.de/presse.php?y=2&mod=single&pf_id=24)
- Ulsamer, B. (1999). Ohne Wurzeln keine Flügel. Die systemische Therapie von Bert Hellinger. München: Goldmann.
- Weber, G. (1993). Zweierlei Glück. Die systemische Psychotherapie Bert Hellingers. Heidelberg: Carl Auer (2010 in 15. Auflage erschienen).