

SYMBIOSE IN SYSTEMAUFSTELLUNGEN

ERNST ROBERT LANGLOTZ

INHALT

Vorwort und Dank

- I Der Weg zur „systemischen Selbst-Integration“
 - I.1 Entwicklung der Systemaufstellungen
 - I.1.1 Rollenspiel in der Psychotherapie
 - I.1.2 Familienstellen nach Hellinger
 - I.1.3 Systemische Strukturaufstellung
 - I.1.4 Franz Ruppert's „Mehrgenerationale Psychotraumatologie“
 - I.1.5 Exkurs: Meine Zusammenarbeit mit Hellinger
 - I.1.6 Eigene Kritik an Hellingers Methode
 - I.2 Vom Familienstellen zur „systemischen Selbst-Integration“
 - I.2.1 Die Entwicklungsschritte zur „systemischen Selbst-Integration“
 - I.3 „Systemischen Selbst-Integration“ und andere Therapiemethoden
 - I.3.1 Systemische Sichtweise
 - I.3.2 Parallelen zu anderen Therapiekonzepten
 - I.3.3 „Ethnomedizin“

- II Begriffserklärung und Konzept
 - II.1 Die Elemente „Selbst“, Raum und Grenze
 - II.1.1 Das „Selbst“
 - II.1.2 Der eigene Raum
 - II.1.3 Die Grenze
 - II.1.4 Exkurs 1: Selbsterfahrung der Grenze
 - II.1.5 Exkurs 2: Grenze und Beziehung
 - II.2 Die wirkenden Kräfte (Dynamik)
 - II.2.1 Zwei angeborene Grundbedürfnisse
 - II.2.2 Projektionen der Eltern
 - II.2.3 Erworbene, unbewusste Verbote...
 - II.2.4 ... und illusionärer Gewinn
 - II.3 Autonomie und Symbiose – Begriffsbestimmungen
 - II.3.1 Autonomie
 - II.3.2 Symbiose
 - II.3.3 Destruktive Mutter-Kind-Symbiose

 - II.4 Das systemische Symbiosekonzept
 - II.4.1 Entstehung des Symbioseusters
 - II.4.2 Strukturelle Aspekte des Symbiosekomplexes
 - II.4.3 Erlebens- und Verhaltens-Aspekte des Symbiosekomplexes

- II.5 Die drei Autonomie-Parameter
 - II.5.1 A – Abgrenzung
 - II.5.2 B – Verbindung mit dem Eigenen
 - II.5.3 C – Integration aggressiver Impulse
- II.6 Die drei „primären“ Symbiose-Parameter A, B und C
 - II.6.1 A-Fehlende Abgrenzung/ Überanpassung
 - II.6.2 B – Fehlende Verbindung mit dem Eigenen/ Übernahme von Fremdem
 - II.6.3 C – Abspaltung der gesunden Aggression
- II.7 Die drei „sekundären“ Symbiose-Parameter D, E und F
 - II.7.1 D – Überabgrenzung
 - II.7.2 E – Dominanz, Manipulation
 - II.7.3 F – Destruktive, unterdrückte Aggression
- II.8.1 Exkurs: Hypothese zur Symbiosedynamik
- II.8.2 Folgen des Symbioseusters
- II.8.3 Exkurs: Grenze und Beziehung
- III Die „systemische Selbst-Integration“
 - III.1 Symbioselösung durch „Selbst-Integration“
 - III.2 Die Rolle des Therapeuten
 - III.3 „Systemische Selbst-Integration“ in der Gruppe
 - III.4 Idealtypisches Aufstellungsbeispiel: „Ich kann meinen Vater nicht achten.“
 - III.4.1 Exkurs: Verbindung mit den abgespaltenen Selbst-Anteilen
 - III.4.2 Exkurs: Abgrenzung
 - III.5 Veränderungen nach einer „systemischen Selbst-Integration“
 - III.5.1 Beispiel „heilsame Erschöpfung“ nach einem Seminar
 - III.5.2 Segeln – oder Paddeln?
 - III.6 Zusammenfassung
- IV Symbiosmuster nach Verlust-Trauma – Fallbeispiele
 - IV.1 Vorbemerkungen
 - IV.2 Verlust einer Bezugsperson
 - IV.2.1 Der Vater ist früh verstorben.
 - IV.2.2 Der freundliche Nachbar als Bezugsperson
 - IV.2.3 Ablösung vom unbekanntem, idealisierten Vater
 - IV.2.4 Zusammenfassung
 - IV.3 Verlust eines Geschwisters
 - IV.3.1 Der verstorbene Bruder
 - IV.3.2 Verlust eines Zwilling, Vorbemerkungen
 - IV.3.3 Verlorener Zwilling, Fallbeispiel
 - IV.3.4 Verlorener Zwilling und Geschwisterbeziehung
 - IV.3.5 Zusammenfassung
 - IV.3.6 Exkurs: Leid und kreatives Potenzial

- IV.4 Verlufterfahrungen im Erwachsenenalter
 - IV.4.1 Verlust eines eigenen Kindes
 - IV.4.2 Abschied von einem abgetriebenen Kind
 - IV.4.3 Exkurs 1: Brüder Grimm: „Das Totenhemdchen“
 - IV.4.4 Exkurs 2: Tod und Abschied
 - IV.4.5 Ein Verbot zu sterben?
 - IV.4.6 Die Dynamik des Abschiednehmens

- V Seelische, körperliche und sexuelle Traumata
 - V.1 Vorbemerkungen
 - V.1.1 „Systemische Selbst-Integration“ und Gewalterfahrung
 - V.1.2 Gewalt und Symbiose
 - V.1.3 Überlebensstrategien des Opfers
 - V.1.4 Exkurs: Resilienz und Vulnerabilität
 - V.2 Traumatherapie durch „systemische Selbst-Integration“
 - V.2.1 Hass als Schlüssel zur „Selbst-Integration“?
 - V.2.2 Besondere Strategien bei Gewalterfahrung
 - V.3 Erfahrung körperlicher Gewalt – Fallbeispiel
 - V.4 Erfahrung sexueller Gewalt - Fallbeispiel
 - V.5 Erfahrung seelischer Gewalt
 - V.5.1 „Ich hätte ein Junge sein sollen.“
 - V.5.2 Emotionaler Missbrauch
 - V.5.3 Traumatisierter Elternteil
 - V.5.4 Zusammenfassung
 - V.6 Noch belastet durch ein traumatisches Erlebnis
 - V.6.1 Hunde-Phobie
 - V.6.2 Frühes Trauma und drohendes Burnout
 - V.6.3 Zusammenfassung

- VI Systemisch orientierte Psychiatrie.
Fallbeispiele aus Sprechstunde und Therapieseminaren
 - VI.1 Vorbemerkungen
 - VI.1.1 Biologische Psychiatrie
 - VI.1.2 Systemisch orientierte Psychiatrie
 - VI.1.3 Der Autonomie-Fragebogen und das Autonomie-Diagramm
 - VI.2 Störungen in Schule und Arbeitsleben
 - VI.2.1 Burnout im Jugendalter
 - VI.2.2 Burnout und Mutterproblematik
 - VI.2.3 „Ich komme mit meinem Chef nicht klar“
 - VI.2.4 „Mein Platz im Leben?“
 - VI.2.5 Gastritis und beruflicher Stress

VI.3 „Systemische Selbst-Integration“ und familiäre Beziehung

VI.3.1 Versöhnung mit der Mutter

VI.3.2 Partnerprobleme – und die Beziehung zur Mutter

VI.3.3 Der Ehemann wurde nach der Trennung depressiv.

VI.3.4 Angst um die Tochter

VI.4 „Selbst-Integration“ und Körper

VI.4.1 „Mein Körper macht Krankheiten.“

VI.4.2 Thema Krebsangst, Kurzintervention

VII Komplexere Störungen mit „psychiatrischen“ Diagnosen

VII.1 Depression

VII.1.1 Depressive Erschöpfung

VII.1.2 Manisch-depressive Störung

VII.2 Psychose und Systemaufstellungen

VII.2.1 Gibt es ein „Psychosemuster“?

VII.2.2 Die Angst, verrückt zu werden

VII.2.3 Panikattacken

VII.3 „Meine Tochter hört Stimmen.“

VII.4 Psychotische Mutter und „Identitätsverbot“

VII.5 Der erwachsene Sohn hat eine Psychose.

VII.6 Der 14-jährige Sohn hat eine Psychose.

VII.7 Zusammenfassung

VIII Anhang: Autonomie-Fragebogen und -Diagramm

VIII.1 Vorbemerkungen

VIII.2 Der Autonomie-Fragebogen

VIII.3 Hinweise zum Ausfüllen des Autonomie-Fragebogens und zur Bewertung

VIII.4 Autonomie-Diagramm