



Familien- und Paarskulpturen sind mächtige erfahrungsorientierte therapeutische Werkzeuge, die es ermöglichen, Beziehungen und Dynamiken innerhalb eines Paares oder einer Familie räumlich und körperlich darzustellen. Sie bieten einen einzigartigen Zugang zu emotionalen Erfahrungen, unsichtbaren Loyalitäten und relationalen Mustern, indem sie verbale Blockaden und festgelegte Diskurse umgehen.

Das Prinzip besteht darin, den Mitgliedern des Paares oder der Familie vorzuschlagen, eine bedeutende Beziehungssituation mit ihren Körpern im Raum zu inszenieren. Dies kann der aktuelle Stand ihrer Beziehungen, eine wiederkehrende Konfliktsituation, ein Schlüsselmoment ihrer Geschichte oder eine Projektion in die Zukunft sein. Jeder wählt eine Haltung, eine Position, eine Entfernung, die seine subjektive Erfahrung in dieser Situation widerspiegelt.

Der Therapeut leitet die Einrichtung der Skulptur, hilft den Teilnehmern, ihre Absichten zu klären und Körperausdruck zu wagen. Er beobachtet genauestens die Wahl jedes Einzelnen, die nonverbalen Elemente, die Blickwinkel und die emotionalen Resonanzen. Er kann vorschlagen, bestimmte Haltungen zu verstärken, Varianten oder Alternativen zu erproben, um die vorhandenen Dynamiken tiefer zu erforschen.

Der entscheidende Schritt ist dann die Verbalisierung jedes Einzelnen über seine Gefühle in der gewählten Haltung. Was nehmen sie von ihrem Platz im Beziehungssystem wahr? Was sind die zugrunde liegenden Emotionen, Bedürfnisse, Erwartungen? Wie erleben sie die Haltung des anderen? Diese Gespräche helfen, der körperlichen Erfahrung Sinn zu verleihen und Worte für oft unaussprechliche Erfahrungen zu finden.

Der Therapeut hilft, diese Bewusstwerdungsprozesse zu vertiefen, indem er Verbindungen

zur Geschichte des Paares oder der Familie, den transgenerationalen Loyalitäten, den Entwicklungsprozessen herstellt. Er fördert empathisches Zuhören und die gegenseitige Anerkennung der Erfahrungen jedes Einzelnen. Er kann auch alternative Skulpturen vorschlagen, die gewünschte Veränderungen, zu mobilisierende Ressourcen darstellen.

Zum Beispiel könnte ein Therapeut einem Paar, das in eine Krise geraten ist, weil die Kinder das Haus verlassen haben, vorschlagen, ihre aktuelle Situation zu skulpturieren. Der Eine steht mit dem Rücken zum Anderen, die Arme verschränkt, den Blick in die Ferne gerichtet. Der Andere hält sich an seinem Arm fest, mit flehendem Blick. Bei der Erforschung ihrer Erfahrungen kommt ein Gefühl des Verlassenseins bei dem Einen und die Angst vor Verschmelzung bei dem Anderen zum Vorschein. Der Therapeut lädt sie dann ein, eine neue Haltung auszuprobieren, die ihre tiefsten Bedürfnisse widerspiegelt: sich gegenüberstehen, Hände offen, Blick wohlwollend. Ein Dialog beginnt darüber, was jeder bereit ist, zu tun, um eine angemessene Beziehungsdistanz wiederzuerlangen.

Skulpturen bieten somit eine kognitive, emotionale und körperliche Erfahrung, die eine tiefe Integration von Bewusstwerdungsprozessen fördert. Sie offenbaren Beziehungssackgassen, verborgene Leiden, aber auch unerwartete Ressourcen. Indem sie den unsichtbaren Dynamiken eine sichtbare und teilbare Form geben, öffnen sie neue Räume für Dialog und Veränderung.

Wie bei anderen erfahrungsorientierten Werkzeugen ist ein Debriefing unerlässlich, um das Gelernte zu verankern und dessen Übertragung in den Alltag in Betracht zu ziehen. Der Therapeut hilft dem Paar oder der Familie, die Lehren aus der Erfahrung zu ziehen, die Herausforderungen und Möglichkeiten zu identifizieren. Er ermutigt zur Praxis neuer Beziehungshaltungen, zunächst in dem sicheren Raum der Therapie und dann schrittweise im wirklichen Leben.

Familien- und Paarskulpturen sind besonders geeignet für komplexe Beziehungsprobleme, bei denen Worte Schwierigkeiten haben, die tiefen Herausforderungen zu erfassen. Sie erfordern eine spezielle Ausbildung des Therapeuten, um den Prozess behutsam zu leiten und die intensiven Emotionen, die auftreten können, zu bewältigen. Wenn sie richtig eingesetzt werden, sind sie ein wichtiges therapeutisches Werkzeug, um Blockaden zu lösen, Empathie wiederherzustellen und das Potenzial für die Entwicklung des Beziehungssystems zu befreien.

Zusammenfassung:

- Familien- und Paarskulpturen sind leistungsstarke, erfahrungsbasierte therapeutische Werkzeuge, die Beziehungen und Dynamiken innerhalb eines Paares oder einer Familie räumlich und körperlich darstellen.
- Sie ermöglichen den Zugang zu emotionalen Erfahrungen, unsichtbaren Loyalitäten und

Beziehungsmustern, indem sie verbale Blockaden umgehen.

- Der Therapeut leitet die Anordnung der Skulptur, beobachtet die Wahl jedes Einzelnen und schlägt vor, die Dynamiken tiefer zu erforschen.

- Die Verbalisierung jedes Einzelnen über seine Gefühle in der gewählten Haltung ist ein entscheidender Schritt, der es ermöglicht, der körperlichen Erfahrung Sinn zu geben.

- Der Therapeut fördert das empathische Zuhören, die gegenseitige Anerkennung der Erfahrungen und kann alternative Skulpturen vorschlagen, die gewünschte Veränderungen repräsentieren.

- Skulpturen bieten eine kognitive, emotionale und körperliche Erfahrung, die eine tiefe Integration von Erkenntnissen fördert.

- Debriefing ist wichtig, um das Gelernte zu verankern und dessen Übertragung in den Alltag in Betracht zu ziehen.

- Skulpturen sind besonders geeignet für komplexe Beziehungsprobleme und erfordern eine spezielle Ausbildung des Therapeuten.