

Dr. med. Thomas Heucke

Krebs: Wo stehe ich? Woher komme ich? Wohin gehe ich?

Erweiterter Stammbaum (Genogramm) und Aufstellung fördern die Heilung

Gliederung

1. Einführung
2. Krankheit, Gesundheit und Heilung:
Was (eine) Krebs – (Diagnose) auslösen kann
3. Krebs von seinem Wesen her verstehen
4. Das Menschenbild hinter Genogramm und Aufstellung
5. Das innere Bild der Familie im Lichte der Salutogenese
6. Der Stammbaum bzw. seine Erweiterung zum Genogramm
7. Das Aufstellen der Familie bzw. des Systems
8. Genogramm und Aufstellung wirken Hand in Hand
9. Familienbiographik: Ordnungen und Dynamiken
10. Beispiel: 52jähriger Patient mit Blasenkrebs
11. Ausblick: Heilsames Zugehörigkeitsgefühl entwickeln
12. Literaturauswahl

1. Einführung

Der vorliegende Artikel entstand vor dem Hintergrund meiner Beobachtung, dass Krebs mit einer Beeinträchtigung menschlicher Beziehungen und von Kommunikation einhergeht. Daraus ergibt sich, dass *sowohl* Zugehörigkeitsgefühl *als auch* Förderung von Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit zur Heilung beitragen. Eine Betrachtung der mit ca. 500 000 Neuerkrankungen (pro Jahr in

Deutschland) an Häufigkeit zunehmenden Krebserkrankung zum einen im Kontext der Postmodernen Beschleunigungsgesellschaft (Rosa, 2013) sowie zum anderen von ihrem Wesen her lenkt den Blick auf ein doppeltes Menschenbild. Dieses bildet die Grundlage für die hier vorgestellte Arbeit mit dem erweiterten Stammbaum, dem Genogramm, sowie Familien- bzw. Systemaufstellungen. Wie diese beiden Werkzeuge zu einem tieferen Verstehen von Ereignissen aus der Lebensgeschichte auf ihrem familiären, drei bis vier Generationen umfassenden Hintergrund beitragen und wie sie dadurch gemeinsam integrativ für den „ganzen“ (Geist, Seele und Körper umfassenden) leibhaftigen Menschen heilsam wirken, näher hin ein Zugehörigkeitsgefühl im Sinne Bezogener Individuation (Stierlin, 1976) fördern, soll schließlich am Beispiel eines seinerzeit 52jährigen Patienten mit Blasenkrebs erläutert werden. Daraus lassen sich Hinweise ableiten, welche Schritte (neben anderen) jeder Einzelne unternehmen kann, um, wenn „es“ sein darf, auf seinem Weg gesunder Entwicklung ein Stück weiter voranzukommen.

2. Krankheit, Gesundheit und Heilung Was (eine) Krebs – (Diagnose) auslösen kann

Im heutigen, häufig als schnelllebig und hektisch empfundenen Medizinbetrieb (siehe Hartmut Rosa) steht am Anfang eines Kontaktes zwischen Arzt („Behandler“) und PatientIn in der Regel die Frage. „Was haben Sie?“ Danach heißt es manchmal: „Sie haben bzw. ich habe Krebs!“ Noch während meiner Ausbildung in den 1970er Jahren lautete die Begrüßung zur Einleitung des Gespräches: „Was fehlt Ihnen?“

Die letztgenannte Frage geht von dem impliziten Wissen aus, dass der in der Welt erscheinende Mensch der ER – GAeNZ – ung bedarf. So

brauchen Mann und Frau einander gleichermaßen, um sich bzw. einander zu lieben und, wenn es sein will und darf, das Leben an ein Kind weiter zu geben, wodurch die Zwei „ein Fleisch“ werden. (*Die Bibel, Markus 10, 8*) (siehe *Heucke*, in: *Mayer Hausner, 2015*)

Leiden, das einen Menschen in eine „Behandlung“ führt, entsteht häufig durch Trennungen und Verluste, oft ca. ein halbes Jahr vor dem Auftreten erster Symptome (*Walter Weber, 1994, 2011*). Krankheit erscheint als Folge von Dis-Stress. Die Beschleunigung, die heutzutage Notwendig erscheint, um den gegenwärtigen Zustand zu erhalten, führt zu Entfremdung des Menschen von der Welt und sich selbst (*Rosa, 2013*) und schließlich ggf. zu einer Burnout genannten Depression, die vorrangig diesen Umständen anstatt „nur“ der persönlichen Erlebnisverarbeitung des betroffenen Menschen geschuldet ist. Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit gehen dabei verloren, sodass die ihm innewohnenden Kräfte der Selbstregulation ihren Dienst versagen (*Bauer, 2015*). Krankheit befällt den Betroffenen oft trotz allem Bemühen um Gesunderhaltung als ein Schicksal, dem er sich ohnmächtig und hilflos ausgeliefert fühlt.

Ein umfassendes (holistisches) Verstehen des EINEN (kranken) Menschen in der Welt der Zweierheit schaut daher auf das Zusammenwirken **sowohl** von objektiven Befunden **als auch** von subjektiv gefärbtem, persönlichem Erleben.

Vereinfacht zusammengefasst lässt sich Gesundheit dementsprechend als dynamischer Prozess objektiven und subjektiven Wohlbefindens einer Person im Einklang zwischen körperlichen, seelischen und sozialen Bereichen ihrer Entwicklung, den eigenen Möglichkeiten und Zielen im Rahmen der äußeren Lebensbedingungen beschreiben. (vgl. *Ottawa-Charta, 1986*) *Sigmund*

Freud fasste zusammen: „Gesundheit ist die Fähigkeit, zu lieben und zu arbeiten.“ (Die Quelle ist nicht genau auszumachen.)

Gesundheit und Krankheit liegen dabei auf einem Kontinuum mit fließenden Grenzen. (vgl. *Antonovsky, 1997*)

Heilung versteht sich dementsprechend ebenfalls als bewegender Prozess, neu EINS zu werden: Dabei gilt es, im Innen und/oder im Außen Verlorengegangenes, anstatt es (oft unbewusst) zu verleugnen, zu vermeiden oder aus dem Gesamt der Seele abzuspalten, vielmehr wieder zu integrieren, heimzuholen. So kann Genesung körperlich z.B. durch gesunde Ernährung (etwa wenig und, wenn ja, hochwertiges Fleisch, wenig Zucker usw.) und Bewegung, einen stimmigen Rhythmus des Atems sowie von Anspannung und Entspannung und eine Stärkung des Immunsystems gefördert werden. Auf seelischer Ebene dient ihr ein immer wieder neu zu findendes Gleichgewicht zwischen zuvor vielleicht den (eigenen) Gefühlen widersprechenden Gedanken und Handlungen, inneren Bildern sowie Achtsamkeit gegenüber Signalen des Körpers. Auf geistigem Gebiet gilt Wachstum und Entwicklung von Bewusstsein als erstrebenswert, verbunden mit einer Liebe, die alles anerkennt, wie es ist. (vgl. *Bert Hellinger, Wilfried Nelles*)

Eine Krebserkrankung und insbesondere die Stellung ihrer Diagnose können zwei gegenläufige Bewegungen auslösen. Grundsätzlich lassen sie sich beschreiben als Wegbewegung vom Inhalt, vom Blick auf den gesamten Menschen, als eine Flucht ins Detail hin „nur noch zum organischen Befund“, in die gleichwohl erforderliche Form (innere Ordnung), durch die alles, was existiert, erst in Erscheinung tritt und schließlich wieder vergeht.

Schockierende, primäre Gefühle, d.h. Angst, Schmerz, Trauer und Wut können aufsteigen und leidvolle Gefühle von Getrenntsein, zusammen mit Ohnmacht und Hilflosigkeit hochkommen lassen. Gedanken an das Werden und Vergehen des Lebens stimmen oft traurig. Die Verletzlichkeit, Endlichkeit und Vergänglichkeit des Daseins tritt dann zuweilen schlagartig ins Bewusstsein.

BehandlerInnen können schwanken zwischen dem Glaubenssatz: „Wir können nichts mehr für Sie tun!“ (vgl. *Hansjörg Ebell*) bis hin zu Fantasien von Machbarkeit und Kontrolle, die außer Acht zu lassen scheinen, dass sich Heilung trotz aller Anstrengung immer auch als Geschenk vollzieht. Der Tod wird gleichsam zum prinzipiell stets vermeidbar geglaubten, medizinischen Betriebsunfall. Für Betroffene hat sich als hilfreich erwiesen, trotzdem wieder Hoffnung zu schöpfen und vertrauensvoll einen Neubeginn zu wagen. (vgl. *Elmar Reuter*)

3. Krebs von seinem Wesen her verstehen

Krebs lässt sich, auch im Zusammenhang mit den hier nur grob skizzierten, gesellschaftlichen Bewegungen, von seinem Wesen her als absolute Individualisierung (mit Verlust des Bezugs zum Ganzen) verstehen, die mit einer Tendenz zu Pluralisierung bzw. Beschleunigung und Globalisierung einhergeht.

Eine Krebszelle neigt zu absoluter Individualisierung. Sie kündigt die Beziehung und Kommunikation mit dem übrigen Körper auf und erweist sich damit unter anderem als Erkrankung von Beziehung und Kommunikation. Sie verhält sich wie ein Einzeller ohne Kontakt zu seiner Umwelt. (vgl. *Walter Weber, a.a.O.*) Auch im persönlichen Kontakt mit KrebspatientInnen in der Praxis habe ich regelmäßig von innerem Rückzug, einhergehend mit Gefühlsunterdrückung, sowie von einer Distanzierung bezüglich des sozialen Umfeldes erfahren.

Die Krebszelle, schließlich nach Einbruch der Selbstheilungskräfte des Organismus zum Tumor geworden, vermehrt sich. Sie neigt zu Pluralisierung. Krebs wächst womöglich über die Grenzen eines Organs in seine Umgebung hinein und ist in der Lage, den ganzen Menschen zu zerstören. Dabei vergisst er offenbar, dass er auf diese Weise letztlich auch sich selbst vernichtet. Schon im Alten Testament wird die Geschichte von der Sintflut (*1. Mose 6-8*) erzählt. In der Gegenwart beobachten wir in der Natur wiederum gehäuft Überschwemmungen. Auch die Medien bescheren uns eine bereichernde, die „Weltreichweite“ (per Mausclick) vergrößernde (*Rosa, 2018, 2019*) und zugleich bedrückende Flut von Informationen mit der Folge von Entfremdung bzw. um den Preis einer Einbuße an Sicherheit und Selbstwirksamkeit. Die Angst davor, „abgehängt zu werden“, führt zu einem krampfhaften, erschöpfenden inneren Bemühen, über das eigene wirkliche Sein hinaus nach außen hin in einem möglichst glanzvollen Licht zu erscheinen.

Zusätzlich gilt Krebs über sein als rasend beschleunigt empfundenen und gefürchtetes, zielloses, Grenzen überschreitendes Wachstum hinaus als Erkrankung des gesamten Menschen, die sich als Globalisierung bezeichnen lässt. Metastasen können in den Knochen neben Schmerzen zu Einbußen der Beweglichkeit, in der Leber zum Verhungern, in der Lunge zum Ersticken und im Gehirn u.a. zum Verlust des Verstandes führen. Aus dem Alten Testament ist der Turmbau zu Babel zu erwähnen, der geplant war, um die zerstreuten Menschen wieder in der Mitte der Stadt zu sammeln. (*1. Mose 11, 1-9*). Themen um Heimat(-verlust) durch Vertreibung, Migration und die anhaltende, dramatisch hochaktuelle Flüchtlingsbewegung bezeugen ebenfalls die Schattenseite dieses Phänomens. Es strebt leider nicht auf friedvolle Einheit hin, sondern wird, letztlich wohl von allen Betroffenen, als Bedrohung (des Lebens) wahrgenommen.

4. Das Menschenbild hinter Genogramm und Aufstellungen

Das hier entfaltete Menschenbild legt zugrunde, was heutzutage meist in Vergessenheit zu geraten scheint: dass ALLES in einem „Großen Ganzen“ aufgehoben ist (Näheres hierzu in *Heucke, 2015, 2020*).

Der eine Teil eines solchen doppelten, umfassenden Menschenbildes beschreibt, wie der Mensch in seinem Wesen vom Jenseits (unserer Alltagswahrnehmung) her zu seiner Erscheinung ins Diesseits kommt. (vgl. dazu *Heucke*, in: *Mayer, Hausner; Niemz und Weinreb*).

Vor dem Hintergrund der Beobachtung, dass zu einem Zeitpunkt an einem bestimmten Ort immer nur ein Teil dessen, was ist, wahrgenommen werden kann, verzichte ich lieber auf den schillernden, verhärtete Fronten begünstigenden und deswegen vielleicht weniger hilfreichen Begriff „ganzheitlich“.

Der „jenseitige“ Teil/Aspekt lässt sich in der folgenden kleinen Meditation zusammenfassen: „**Von** (zeitloser) **Ewigkeit** als Wesen aus geistiger Einheit gelangt der Mensch auf den Weg in die Welt durch eine unüberschaubare Vielzahl von Ahnen, durch zwei Großelternpaare sowie durch Mann und Frau, die als Vater und Mutter im Kind EINS werden, über die Grenze der Geburt in Raum und Zeit eintauchend, um über die Grenze von Sterben und Tod gewandelt wieder heim **zu** gehen in die **Ewigkeit**.“ (vgl. *Niemz, Weinreb*)

Das Erscheinen des Menschen in der raumzeitlich-kausalen Welt, der „andere“, diesseitige Teil des doppelten Menschenbildes, stellt sich im Genogramm dar. Das auf diesem unten eingezeichnete Individuum imponiert „nach oben“, zur Vergangenheit hin, offen. (Beim Bauplan eines Hauses ist das Fundament dagegen unten zu finden.) Der Einzelne in seiner Herkunftsfamilie mit 2 Eltern-, 4 Großeltern-, 16 Urgroßeltern-Personen usw. geht schließlich in der nicht mehr überschaubaren Menschheitsfamilie auf.

In der Darstellung der Daseinsdimensionen bildet *Theodor Dierk Petzold* (2010) das Individuum in seinem zugleich selbstbestimmten, sogenannt autonomen Streben nach Kohärenz (Stimmigkeit) und Wohlbefinden ab, eingebettet in seine Familie, wo der Mensch (als Kind) „in vorbereiteter Umgebung“ nach dem Resonanzprinzip (*Rosa*), bei möglichst af-fektiv und e-motional stimmigen Beziehungen „der Baumeister seiner selbst“ werden und sein kann. (Die Worte in Anführungszeichen gehen auf *Maria Montessori* (2010) zurück.) Schon *Helm Stierlin* hat in den 1970er Jahren von „Bezogener Individuation“ als Entwicklungsziel gesprochen (*Stierlin, 1976*).

5. Das innere Bild der Familie im Lichte der Salutogenese

Das Bild der Daseinsdimensionen (*Petzold*) zeigt den Menschen in seiner Zugehörigkeit, wie gesagt, zu – nächst eingebettet in seine Familie, in die er aus hiesiger Sicht unbewusst und ungewollt hineingeboren wurde. Im Zusammenwirken von Bedeutsamkeit (der Beziehungen und des Fühlens), Verstehbarkeit (Denken) und Handhabbarkeit (Tun) erwächst nach den Erkenntnissen der Salutogenese (*Antonovsky*) ein Gefühl von Stimmigkeit (Kohärenz) im Sinne einer nach der Kindheitsentwicklung neu erworbenen Fähigkeit zu Einheitserleben (wie z.B. in Meditation, vgl. *Dürckheim, 2009*). Dabei bildet vor allem auch die gefühlte Zugehörigkeit, d.h. das Zugehörigkeitsgefühl, ein zentrales Element.

Daraus leiten sich (nach *Wilfried Belschner, 2007*) folgende „Therapieziele“ ab: Bewusstsein fördern, Leiden lindern und Ressourcen stärken.

Das innere Bild der Familie erwächst wiederum aus zwei Quellen. Die eine besteht aus der eigenen Wahrnehmung sowie deren Verarbeitung im Rahmen der persönlichen Lebensgeschichte, wie sie auch in die tiefenpsychologisch fundierte oder analytische Psychotherapie und beispielsweise in die Biografiearbeit (*Susanne Hofmeister, 2014 und neuerdings 2019*) Eingang gefunden hat.

Die andere Quelle entspringt mehreren Überlieferungen. Sie können manchmal aus alten inneren Bildern karmischer Herkunft, aus sogenannten früheren Inkarnationen, stammen. Sie sind zusätzlich (epi-)genetisch bedingt, etwa bei besonders empfindsamen, zart besaiteten Menschen (HSP) (vgl. *Georg Parlow*). Das zumindest teilweise unbewusste „Weitergeben des Staffelholzes“, das die konstruktivistisch geprägte Familientherapie als Delegation beschreibt, kann wirksam werden. Das mit Hilfe der Familienbiographik (*Rainer Adamaszek*) betrachtete Genogramm lässt eine weiter unten eingehend zu erörternde Stellvertretungsordnung, näher hin „Verstrickungen“, z.B. die doppelte Verschiebung sowie Identifizierung bzw. partielle Repräsentation, sichtbar werden. Auf diesem Boden kann Krankheit, genauer: auf „blinder Liebe“ beruhendes, kränkendes Zugehörigkeitsgefühl entstehen. Dieses lässt sich mit Hilfe von Genogramm und Aufstellung in eine neue, der Gesundheit dienliche, innere Haltung gegenüber den Familienangehörigen und damit sich selbst wandeln. Sie erlaubt es, sich zugleich sowohl verbunden als auch eigenständig unterschieden, selbstwirksam, selbstbestimmt zu fühlen.

Aus diesen beiden Quellen erwächst das persönliche innere Bild der Familie mit zunehmendem, wachsendem Bewusstsein, d.h. Bewusstheit bzgl. des Seins. Der stets verbleibende unbewusste und zuweilen darüber hinaus auch verborgene, d.h. unzugängliche Teil,

z.B. bei Familiengeheimnissen, dient für die Arbeit mit dem Genogramm und mit Aufstellungen als Anknüpfungspunkt.

6. Der Stammbaum bzw. seine Erweiterung zum Genogramm

Auch ohne die familienbiographische Deutung eignet sich das Genogramm hervorragend als Sammlung der bio-psycho-sozialen Daten für Betroffene sowie ihre Helfersysteme. Es öffnet eine Tür zu sich selbst sowie zu anderen Menschen, auch außerhalb der Familie, indem beispielsweise Beziehungs- und Verhaltensmuster in einem neuen Licht erscheinen.

Das Genogramm gibt die Vollständigkeit und Zugehörigkeit aller leiblichen Verwandten wieder, also nicht nur, wie der Stammbaum, die jeweiligen Eltern, Großeltern usw. Auch diejenigen, die durch Räumen ihres Platzes spätere Beziehungen ermöglicht haben, also frühere Partner von Eltern und Großeltern, gehören dazu. Bei Adoptivkindern sind die leiblichen und die späteren Eltern zu berücksichtigen, die häufig ähnliche Schicksalsgeschichten aufweisen. Der Betroffene kommt auf diese Weise von kognitivem Verstehen her in eine dann gefühlt wahrnehmbare Berührung mit seinen Angehörigen, vor allem jedoch mit sich selbst und seinen Wurzeln, mit seinen meist unbewussten, inneren und dadurch oft leidvoll wirkenden Bindungen. Freilich obliegt es dem eigenen, sog. freien Willen, von sich aus den persönlichen Kontakt zu suchen oder ihn, z.B. zum Schutz vor Trauer, Wut und Schmerz, (weiterhin) zu meiden.

Im Unterschied zur strukturbezogenen Psychotherapie (*Rudolf*), bei der TherapeutInnen auch eine Rolle stützend im Rücken und spiegelnd gegenüber einnehmen, überwiegt bei der Genogrammarbeit die Aufgabe als Anteil nehmender Zeuge. Bei Familien- und

Systemaufstellungen kommen Prozessbegleitung und ggf. emotionales Containment hinzu. Dabei werden die eigenen Ahnen/„Wurzeln“ zum Halt gewährenden Boden für das Dasein auf „Mutter Erde“.

7. Das Aufstellen der Familie bzw. des Systems

Beim Familien- und Systemaufstellen lassen sich folgende Wirkfaktoren beobachten: (vgl. *Tschuschke*) Das Eigene kann in einer Gruppe (hier: bis zu 12 Personen) mit Hilfe von menschlichen Stellvertretern oder (im Einzelsetting eher) mit Bodenankern, z.B. Strukties, im Außen angeschaut werden wie beim Feedback.

Die TeilnehmerInnen können in der Gruppe sowie in der Zusammenarbeit mit dem Prozessbegleiter (auf Augenhöhe) erleben, dass sie im Leiden nicht allein sind. Der Zusammenhalt in einer geschützten Gruppe wird dabei häufig als unterstützend erlebt. Der Schutz wird durch die Schweigepflicht sowie die Bitte um Anrede mit dem Vornamen und „Du“ in diesem Kontext gewährleistet. Manche kehren im Einzelsetting lieber wieder zum „Sie“ zurück. Andere Mitmenschen können hilfreich sein, einen neuen Zugang zu den häufig verschütteten primären Gefühlen zu finden, ausgehend von Angst, Trauer, Schmerz und Wut hin zu Liebe und Freude. Aus früheren Beziehungen, z.B. der Herkunft, übernommene oder von verletzenden Lebensereignissen sowie Erfahrungen von Vernachlässigung herkommende, festgehaltene Gefühle (häufig als Opfer) dürfen losgelassen werden, um angemessenem, gegenwärtigem Erleben Raum zu geben.

In der Praxis geht Familien- und Systemstellen von einem konkreten Anliegen aus. Die Arbeit kann sich auf das Herkunftssystem oder das

Gegenwartssystem, aber auch ein Thema, z.B. das Symptom Krebs, beziehen (*Harald Homberger, 2016*). Dabei soll der unbewusste Teil des inneren Bildes mit Hilfe von Stellvertretern möglichst naturgetreu nach außen in den Raum kommen. Im Unterschied zur Stellvertretung im Sinne der Familienbiographik stehen die ausgewählten Darsteller in diesem Arbeitsrahmen vorübergehend z.B. als Vater oder Mutter da. Sie werden anschließend wieder aus ihren Rollen entlassen.

Deswegen eignet sich Aufstellungsarbeit nur für Menschen, die seelisch Eigenes und Fremdes hinreichend sicher voneinander unterscheiden können. Personen mit schweren Einbußen der körperlichen Belastbarkeit, z.B. nach Tumorbehandlung, der Anpassungs- und Umstellungsfähigkeit, z.B. hoch Betagte, der Abgrenzungsfähigkeit, z.B. ängstlich vermeidende oder abhängige Personen, solche mit Einbußen der Emotionsregulierung und Impulskontrolle, z.B. bei Borderline oder nach Gewalterfahrungen, sowie von Psychose, stoffgebundener Sucht und Suizidversuchen (auch in der Anamnese) Betroffene bedürfen nach meiner Erfahrung einer besonderen, fachkundigen Begleitung, um absolute von relativen Kontraindikationen zu unterscheiden.

Eine Aufstellung nimmt in meiner Praxis in der Gruppe mit höchstens 12 TeilnehmerInnen ca. eine Stunde in Anspruch. Bei selbstunsicheren, ängstlich-vermeidenden oder abhängigen Persönlichkeiten sowie bei besonders Empfindsamen (HSP) ist auch eine Arbeit im Einzelsetting mit Vorteil möglich, obwohl dabei Bewegungen, Mimik, Gestik und Worte der Stellvertreter nur vorgestellt (imaginiert) werden können. Das Bild wird mit Hilfe des Leiters und den „Bewegungen der Seele“ der Teilnehmer verändert und gestaltet. Stellungswechsel, ein „Spiel“ mit Distanz, Nähe und Grenzen (vgl. *Ero Langlotz*), sowie Blickkontakt, verbunden mit heilsamen, klärenden und stärkenden Sätzen, kennzeichnen den

Prozess. Das Einschließen fehlender Personen bzw. von Elementen (z.B. „das, um was es geht“), von Selbstanteilen (z.B. „das innere Kind“ oder übernommene Lasten, die in einem Ritual der Person zurückgegeben werden dürfen, zu der sie gehören) oder Ressourcen (das Leben, die Liebe, „das, was hilft und heilt“) runden das Bild ab, bis sich alle Teilnehmer möglichst wohlfühlen, d.h. Kohärenz erleben. So kann eine Aufstellung eine emotional getragene Grundlage für einen nächsten Lösungsschritt bieten.

8. Genogramm und Aufstellung wirken Hand in Hand

Vereinfacht lässt sich im Folgenden zusammenfassen, wie Genogramm und Aufstellung Hand in Hand die Heilung fördern. Bei einem Anliegen kann eine Aufstellung als erster Schritt im Augenblick Bedeutsames gezeigt haben, das einem Betroffenen vielleicht schon zu einer Lösung ausreicht. Hat sie Teilbereiche offengelassen oder neue Fragen aufgeworfen, kann sich ein Genogramm anschließen. Es hilft, erweitert zu verstehen und hält das Bild als Momentaufnahme zum Zeitpunkt seiner Erstellung dauerhaft fest, so dass bei Bedarf leicht darauf zurückgegriffen werden und es im Laufe eines therapeutischen bzw. Beratungsprozesses auch mit der Lebenszeit wachsen kann. Wenn es elektronisch, z.B. mit dem Genogrammaker Millennium der Fa. Genoware, hergestellt wurde, lässt es sich mühelos korrigieren bzw. einer neuen Konstellation anpassen.

Für mich hat es sich jedoch als „Königsweg“ bewährt, stets mit dem Genogramm zu beginnen. Der kognitive Ausgangspunkt bietet allen Beteiligten Schutz und Sicherheit. Er ermöglicht ein situationsgerechtes, ggf. kleinschrittiges Vorgehen. Ein Genogramm bildet die bedeutsamen Beziehungen leicht verstehbar und mühelos handhabbar ab. Der Blick gleicht in seiner Viel- und Mehrdeutigkeit

einem Weitwinkelobjektiv. Eine anschließende Aufstellung zeigt, ähnlich einem Teleobjektiv, welche der verschiedenen Möglichkeiten (Hypothesen) für dieses Anliegen und gerade jetzt zu diesem Zeitpunkt, dem Kairos, bedeutsam ist. Sie ermöglicht, Gefühle auszudrücken und seelische Bewegungen (z.B. die unterbrochene Hinbewegung eines Kindes zur Mutter) zu innerlich nach-zu-vollziehen und „im Kopf“ Verstandenes zugleich auch emotional „mit dem Herzen“ wahrzunehmen. Dadurch kommt es zu einem heilsamen Einklang von Fühlen und Denken, der Informationen beiträgt und Energie liefert zum Tun im Hinblick auf einen selbst gewählten und gestalteten, nächsten Schritt hin zu einer guten Lösung. (vgl. *Jutta Barth*, „Dynamisches Dreieck“; *Detlef Barth*)

Im Folgenden wird der Aufbau eines Genogramms schon einmal skizziert, damit Interessierte die Möglichkeit nutzen können, in eigener Regie und Verantwortung damit zu arbeiten. (Abbildung 1)

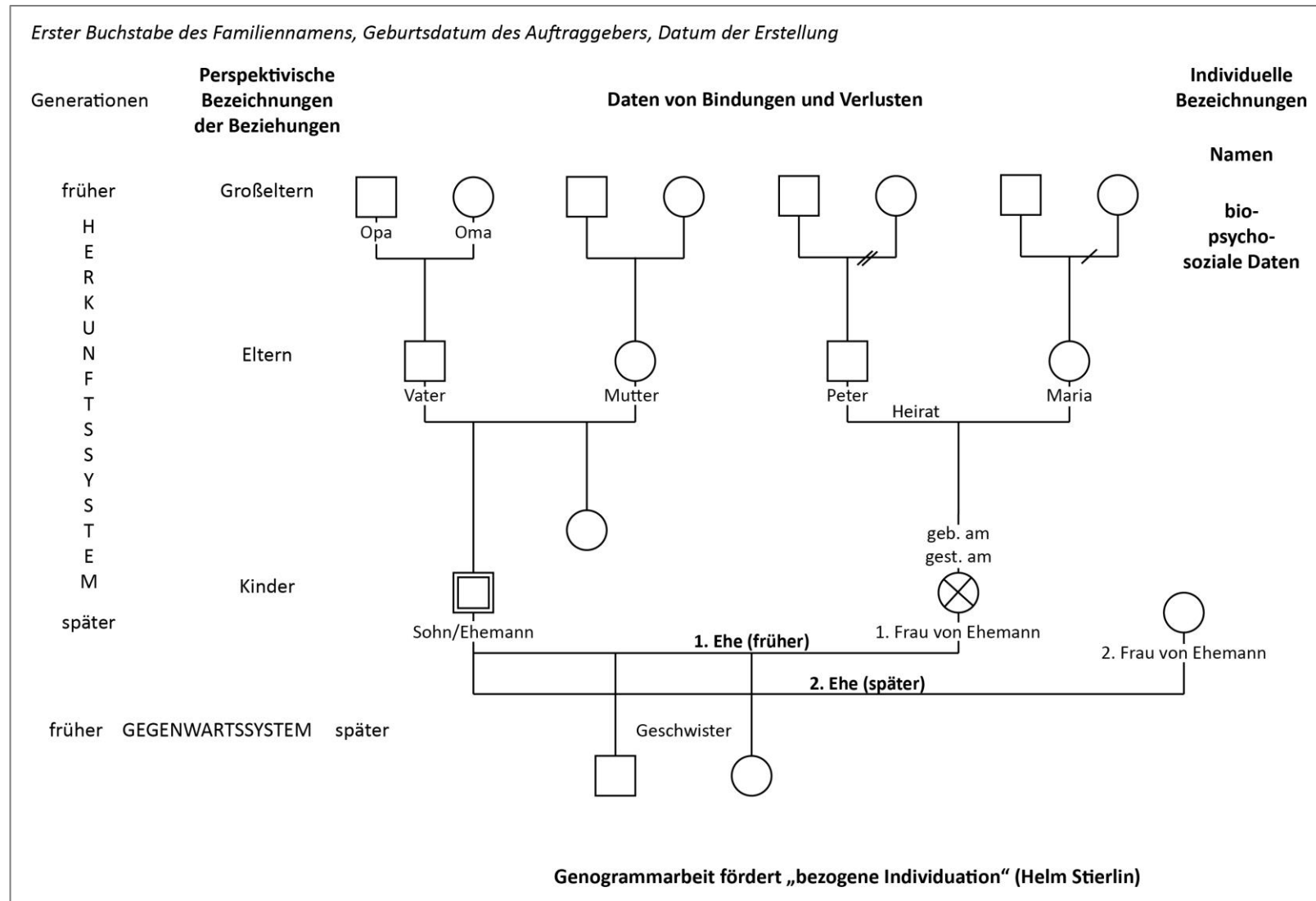


Abbildung 1 | Das Genogramm: Abbild der Entstehungsgeschichte eines Menschen in der raumzeitlich-kausalen Welt

Das Genogramm enthält Informationen über leibliche Bindungen, Vollständigkeit und Zugehörigkeit in Familien, den Ausgleich von Geben und Nehmen und die Ursprungsordnung.

9. Familienbiographik (*Adamaszek*): Stellvertretungs-Ordnungen und Dynamiken

In Familien zählt und heilt die Würdigung folgender vier Faktoren:

- die Leiblichkeit (vgl. *Hermann Schmitz*)
- die Vollständigkeit und Zugehörigkeit aller, d.h. Zusammenhänge zwischen Bindungen und Verlusten
- der Ausgleich von Geben und Nehmen
- die Ursprungsordnung:
Innerhalb eines Systems gebührt den Früheren Vorrang vor den Späteren.
Das im Einvernehmen begründete Gegenwartssystem verdient jedoch Vorrang vor dem Herkunftssystem, da es der Weitergabe des Lebens dient.

Die Grundgedanken zur Familienbiographik entstammen dem Werk von *Viktor von Weizsäcker*. Die Stellvertretungsordnungen wurden von *Rainer Adamaszek* gefunden und von *Monika und Rainer Adamaszek* ausgearbeitet und veröffentlicht. (*Adamaszek, 2011*; vgl. auch *Heucke, 2008; 2020 in Vorbereitung*)

Die Familienbiographik widmet sich folgenden drei Grundfragen, die sie gleichsam unter die Lupe nimmt:

1. Warum gerade hier?
An dieser Stelle in der Geschwisterreihe, in der Familie?
2. Warum gerade jetzt?
In diesem Alter, nicht zufällig, sondern einer Stellvertretungsordnung folgend?
3. Warum gerade so? Auf diese Weise?

Die Ausgestaltung der Stellvertretung geht zwar vom Schicksal, dem WAS eines Menschen, aus, hängt jedoch zugleich ab vom WIE, von seiner jeweiligen „Verarbeitung“ durch das System und den Betroffenen. Ein Stellvertreter greift unbewusst aus blinder Bindungsliebe ein altes, unerledigtes Thema auf. Er möchte gerne ausgleichen, was einem Früheren unmöglich gewesen war. Da „das Leben keinen Rückwärtsgang hat“ (*Wilfried Nelles*) bzw. da das Rad der Zeit sich nicht zurückdrehen lässt, kommt es zu einer doppelten Fortsetzung des Schicksals: Dem Späteren widerfährt dieselbe innere Bewegung, ggf. auf einer anderen Beziehungsebene. So kann nach dem Tod eines Früheren im entsprechenden Alter der Spätere seine Arbeit verlieren. Vielleicht tut er auch das Gegenteil, indem er etwa nach früherem Tod nun ein Kind zeugt, empfängt oder bekommt, um einen Ausgleich, eine Art nachträglicher Wiedergutmachung, zu bewerkstelligen bzw. dem zu Schaden gekommenen Früheren ein Denk- und Ehrenmal zu setzen. Da es Menschen in der Welt nicht möglich ist, jemanden (im Nachhinein) zu retten bzw. zu erlösen, können leidvolle, unter Umständen mit Krankheit und Tod einhergehende Wiederholungen auftreten. Hinzu kommt, dass der Spätere, mit Altem beschäftigt, seinen eigenen Platz im Leben nicht vollkommen einnimmt und wiederum „Lücken“, d.h. Stellvertretungsaufgaben, hinterlässt. Dadurch dass diese von anderen Menschen zu einer anderen Zeit an anderem Ort auf eigene Weise erfüllt werden, finden Wachstum und Entwicklung von Bewusstsein statt. Da sich ein Kind erst bis zum Ende der Pubertät allmählich aus dem Einheitserleben (wie im Mutterleib) löst, geschieht Stellvertretung, je früher sie einsetzt, wenn sie z.B. schon primär existentiell bei der Geburt besteht, um so radikaler, ggf. „total“, mit voller Hingabe, „mit Leib und Leben“, stets jedoch „blind“, d.h. zumindest teilweise unbewusst.

Die Stellvertretung erfolgt geschlechtsspezifisch. Einzelkinder bekommen zwar die gesamte Liebe ihrer Familie, sie tragen aber auch alle Stellvertretungsaufgaben, die ihnen ggf. zur Last fallen. Die Übernahme von Stellvertretung beider Geschlechter (doppelgeschlechtliche Identifizierung), wie sie auch bei 2. Kindern in ausschließlich gleichgeschlechtlichen Geschwisterreihen vorkommt, wird oft als große Belastung bis hin zu innerer Zerrissenheit empfunden. Ähnliche Phänomene finden sich entsprechend bei alleingeblienen Zwillingen (*Peter Bourquin und Carmen Cortés*). Unabhängig vom Geschlecht werden auch in der Reihe benachbarte, früh verstorbene Geschwister vertreten, besonders Fehl- oder Totgeborene und Abgetriebene. Letztere ziehen überdies eine Dynamik nach sich, dass sich Spätere wie deren Eltern als Täter und Opfer in Einem fühlen, reden und handeln können. Unabhängig vom Geschlecht werden ebenfalls Vorfahren vertreten, die im Jahr vor oder nach der Geburt des „Patienten“/der „Patientin“ zu Schaden gekommen oder gestorben sind.

Die Aufteilung der Stellvertretungsordnung lässt sich leicht in folgender Abbildung 2 zusammenfassen:

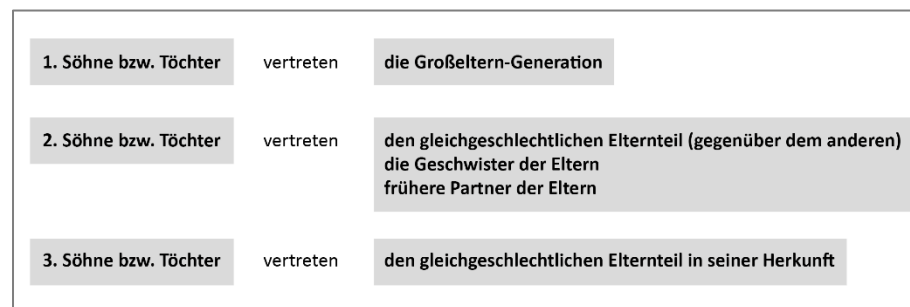


Abbildung 2 | Grundformen der Stellvertretung nach der Familienbiografik (Adamaszek)

In letzter Zeit habe ich zusätzlich beobachtet, dass 3. Söhne bzw. Töchter (nicht nur bei gleichgeschlechtlicher Geschwisterreihe) ebenfalls Stellvertretungsaufgaben des gegengeschlechtlichen Elternteils übernehmen. Vierte, fünfte oder sechste Söhne bzw. Töchter zeigen häufig jeweils entsprechend den schicksals- bzw. schattenhaften Teil der Stellvertretungsaufgaben wie das erste, zweite oder dritte Kind des entsprechenden Geschlechts.

In Familien mit 3 Töchtern und 3 Söhnen hat jedes Kind nur seine spezifischen Stellvertretungsaufgaben. Bei Einwirkungen von Krieg oder Tod einer Mutter infolge einer Schwangerschaft, bei 3. Söhnen bzw. Töchtern oder wenn die Betrachtung von drei Generationen kein erhellendes Ergebnis zeigt, ist es in der Regel erforderlich, die Urgroßeltern-Generation mit zu berücksichtigen. Spätere können überdies auch rückblickend Stellvertretungsaufgaben der Personen übernehmen, die sie vertreten (Stellvertretung der Stellvertretung).

Sogar die Übernahme der Aufgaben von den eigenen Kinder ist manchmal („anterograd“) zu beobachten.

In Familien wirken offenbar zwei gegensätzliche Gewissen: Das gefühlte, persönliche Gewissen dient der Absicherung der eigenen Zugehörigkeit. Jemand weiß, was er dafür zu tun und zu lassen hat, damit er weiterhin dazugehören darf. Das Gruppen- bzw. Familiengewissen dient jedoch der Zugehörigkeit aller und setzt dadurch Stellvertretung ins Werk. (vgl. Bert Hellinger: „Vor einem Größeren sind alle Menschen gleich; alle Menschen sind gegenüber ihren Eltern Kinder.“)

Die im Rahmen von Stellvertretung erkennbare Bindungsliebe lässt häufig eine der drei folgenden Grunddynamiken erkennen, die in beim Einzelnen individuell zu erfragende Glaubenssätze und daraus resultierende Handlungen einmünden können:

1. „Ich folge Dir nach!“
So sah ich (Dr. Heucke) eine damals 68jährige Patientin, bei der das Rezidiv eines Mammakarzinoms unter anderem darauf hindeutete, dass sie ihrer mit 44 Jahren an Brustkrebs verstorbenen Tochter ins Grab folgenden wollte, um ihren Mann, der sie schon vor 45 Jahren gewürgt hatte, nicht mehr sehen zu müssen. Betroffen war deswegen bei ihr die rechte „Männer“ – Seite.
2. „Ich tue oder erleide etwas an Deiner Stelle!“
3. „Ich leiste stellvertretend Sühne!“, eine Bewegung, die, anstatt zu helfen, für gewöhnlich einem früheren Unglück ein weiteres hinzufügt.

Therapie und Beratung, in diesem Zusammenhang mithilfe von Genogramm und Systemaufstellungen, bezieht sich auf die in Abbildung 3 genannten Bereiche, näher hin das eigene Leben sowie die Themen aus den Gegenwarts- und Herkunftssystemen (vgl. hierzu auch Detlef Barth):

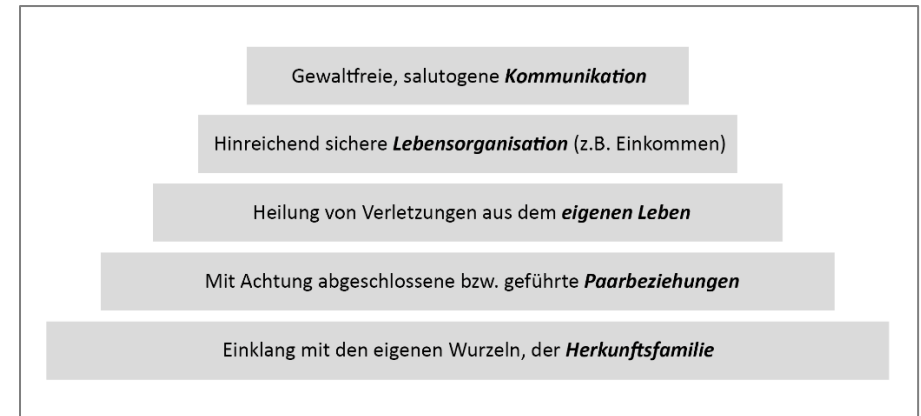


Abbildung 3 | Schritte in Beratung und Therapie (nach Hans Jellouschek, modifiziert von Thomas Heucke)

10. Beispiel: 52jähriger Patient mit Blasenkrebs

Als Abbildung 4 ist das vereinfacht zusammengefasste Genogramm des oben genannten Patienten abgebildet, wie es entsprechend in der Praxis angewendet wird. Die Daten werden im Alltag unmittelbar in das Bild eingetragen. Zur Erleichterung der Lesbarkeit wird es hier als Fließtext beschrieben.

Zur körperlichen Situation des Patienten lässt sich folgender Verlauf beobachten: Bei Herrn B. war erstmals im Mai 2008 im Alter von 44 Jahren ein Blasenkarzinom festgestellt worden.

Als nach der 3. Operation wiederum ein Rezidiv aufgetreten war, erhielt er im Januar 2010 eine Neoblase aus Dünndarm. Ein Platzbauch erforderte eine Nachoperation am Folgetag und im September des nächsten Jahres die operative Behandlung eines Bauchwandbruchs. Zwar blieb er seit 2010 tumorfrei. Es kam jedoch einige Zeit später zu einer Überlaufblase, so dass er sich auch während seiner Arbeit als Meister in einem Industriebetrieb mehrfach täglich selbst katheterisieren musste. Eine Erektion bekam er nur noch mit medikamentöser Unterstützung.

In seiner eigenen Lebensgeschichte hatte der damals 17jährige Patient seiner zu dieser Zeit 16jährigen Freundin einen zum Zeitpunkt der Therapie (2015) 34jährigen Sohn gezeugt. Der Vater des Kranken war gegen die Beziehung eingestellt gewesen, hatte zur Trennung gedrängt und den Patienten gleichsam mit einem Fluch belegt: „Ich sollte Dir den Schwanz abschneiden!“ und „Fürs nächste Mal mache ich Dir einen Knoten rein!“

Damals hatte sich Herr B. vom Vater abgegrenzt, hatte seine Freundin 3 Jahre später geheiratet und mit ihr noch eine Tochter und einen

weiteren Sohn bekommen. Seine Frau habe ihm jedoch ihrerseits immer wieder unterschwellig und schließlich offen vorgeworfen, er habe ihr Leben verpfuscht.

Auf der Paarebene erwog er erstmals 2007 mit 43 Jahren die Trennung. Er „fühlte sich angepisst“ von ihren Vorwürfen. Während der Krankenhausaufenthalte bekam er weder von seiner Frau noch von seinen Kindern Besuch. Das Thema Rückzug hatte ich in diesem Zusammenhang bereits erwähnt.

Familienbiographisch gesehen erkrankte Herr B. genau in dem Alter von 44 Jahren, in dem sein Vater ihn mit den Drohungen belegt hatte. Er hatte sich zwar nach außen hin abgegrenzt, war aber dem Vater im Inneren zutiefst verbunden geblieben. Er trennte sich, dem ursprünglichen Wunsch des Vaters folgend, zwar von seiner Frau, dann aber aus freien Stücken, weil er sich eine neue Liebe wünschte, die er im Mai 2010 in Gestalt seiner neuen Freundin trotz seiner körperlichen Beeinträchtigungen sogar finden durfte.

Der Fluch seines Vaters scheint jedoch in seiner Seele fortzuwirken. Er musste sich mehrfach operieren, also schneiden lassen. In Form der Überlaufblase trägt er gleichsam eine Erinnerung an den besagten „Knoten“, wodurch der Abfluss, diesmal des Urins und nicht nur des Spermas, behindert wird. Ein Kind zu zeugen, ist ebenfalls nicht mehr möglich.

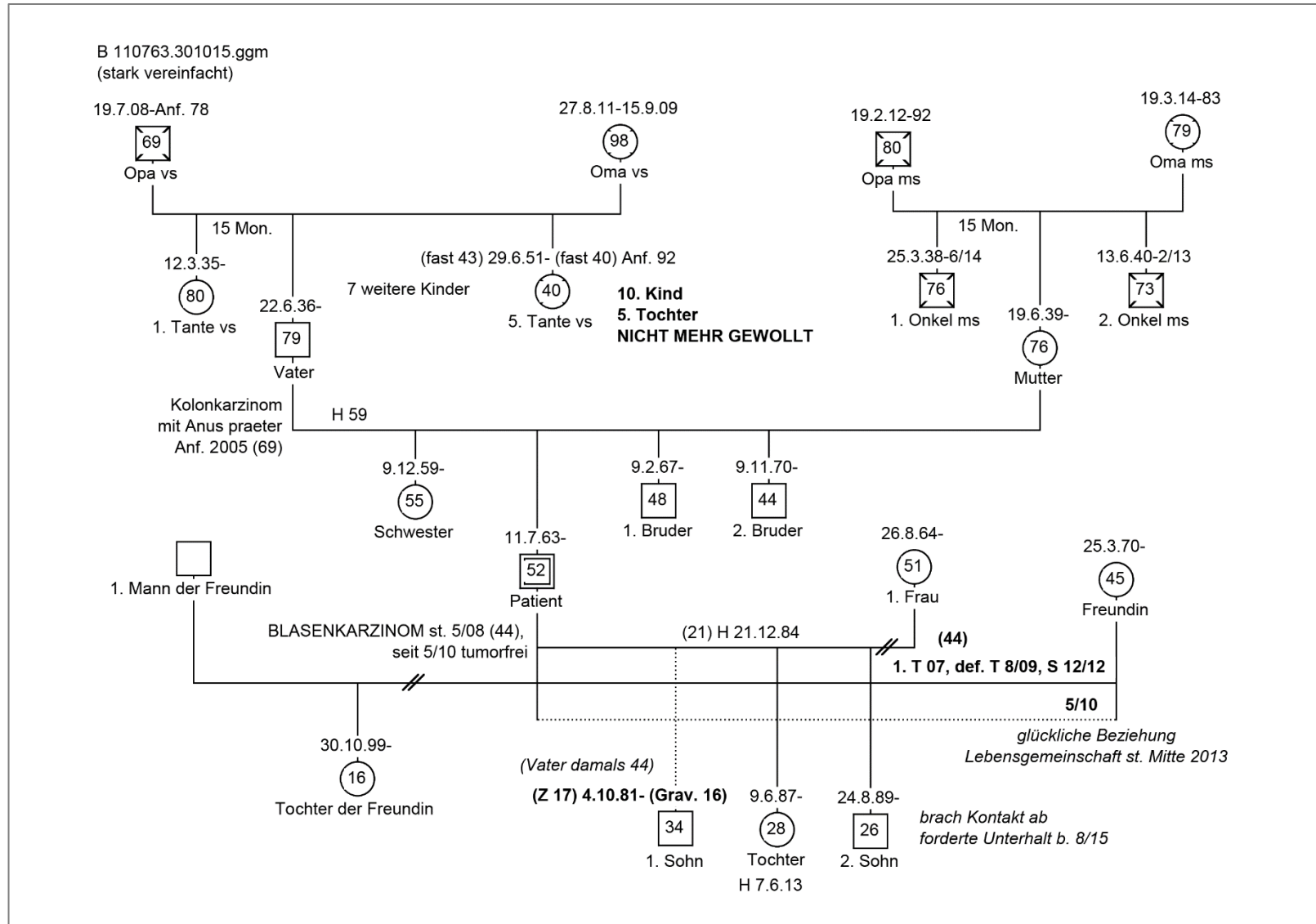


Abbildung 4 | Das Genogramm von Herrn B.: 52-jähriger Patient mit Blasenkrebs

Als erster Sohn fühlt sich Herr B. auch mit seinen Großvätern verbunden. Der Opa väterlicherseits hatte mit 43 Jahren in dem Alter, als der Patient erstmals über Trennung nachgedacht hat, ungewollt noch sein zehntes Kind, seine 5. Tochter, bekommen und behalten. Auf diesem Hintergrund kamen für Herrn B. Trennung oder gar Abtreibung nicht in Betracht. (Überdies ist diese Tante mit 40 Jahren tatsächlich in dem Alter zu Tode gekommen, in dem die Oma sie zur Welt gebracht hatte.)

Der Patient hat sich stets um einen liebevollen Umgang mit seinen Kindern bemüht. Er wollte es besser machen als sein Vater. Zum 1. Sohn pflegte er stets einen guten Kontakt. Seine Tochter nahm am meisten Anteil an seiner Krankheit. Sie widmete sich damit stellvertretend für ihre fernbleibende Mutter den Partnerersatzaufgaben gegenüber ihrem Vater, bevor er seine neue Freundin gefunden hatte. Sie zog sich allerdings nach Scheidung ihrer Eltern im Dezember 2012 im Juni 2013 durch Heirat von ihm zurück, nachdem ihre Unterhaltsansprüche erfüllt gewesen waren. Kurz zuvor war Herr B. gleichzeitig mit seiner neuen Freundin in der 20 Kilometer entfernt gelegenen Kreisstadt zusammengezogen, wodurch die Tochter „aus der Bürde ihres Amtes“, sich um ihren Papa zu kümmern, entlassen war. Sein 2. Sohn hat trotz allem Einsatz den Kontakt abgebrochen und ließ damals bis dato (er war Student und damals mittlerweile 26 Jahre alt) den väterlichen Unterhalt auf das Konto seiner Mutter überweisen, nahm also ebenfalls trotz äußerer Ferne, im Herzen unbewusst stellvertretend für seinen Vater Partnerersatzaufgaben gegenüber seiner Mutter wahr.

Herr B. hat sich also räumlich und innerlich von seinem Elternhaus und seiner früheren Frau getrennt und ist krebsfrei, seitdem er Hoffnung geschöpft und einen Neuanfang gewagt hat. Dadurch hat er seinem

eigenen Bedürfnis folgend eine neue Lebenspartnerin gefunden, die ihm sehr zugeneigt sei, so dass sie sogar eine für beide beglückende intime Beziehung miteinander erleben dürfen.

11. Ausblick: Heilsames Zugehörigkeitsgefühl entwickeln

Etwas zu entwickeln und wachsen zu lassen, benötigt auch Zeit. Deswegen komme ich nun vor der abschließenden Zusammenfassung noch auf zwei einander ergänzende Zeit – Bilder zu sprechen.

Das lineare Zeitbild ist uns geläufig: Im Laufe unseres Hierseins wird die Vergangenheit immer größer, die Gegenwart schreitet unaufhaltsam fort und die Zukunft wird immer kleiner, bis uns schließlich der Tod ereilt. Mancher schaut unablässig in die Vergangenheit und würde sie am liebsten ungeschehen machen oder nachbessern. Über die Erkenntnis, dass dies scheitern muss, weil „das Leben“, wie gesagt, „keinen Rückwärtsgang hat“ (*Wilfried Nelles*), gerät mancher in Trauer bis hin zur Depression. Blickt jemand (überwiegend) in die Zukunft, beschleicht ihn Angst, wie (rasend schnell) seine Zeit dahinschwindet. Wenn jemand von „nie“ und „immer“ spricht („Nie finde ich einen Parkplatz“, „Immer gerate ich an die falschen Partner“) scheint es, als richtet er sich eher nach einem Vorurteil, anstatt sich neben der notwendigen Lernerfahrung zugleich auch an die situative Wahrnehmung zu halten, die zeigt, dass die Welt uns doch meistens ein „Sowohl als auch“ ermöglicht.

An dieser Stelle knüpfen die bewährten und sinnvollen, auf Achtsamkeit und Resonanz basierten Therapien an. Wenn sie die Aufmerksamkeit auf das Hier und Jetzt, z.B. den Atem, lenken, erinnert sein Rhythmus an die Beständigkeit unseres Daseins. (vgl. *Karlfried Graf Dürckheim* in *Heucke, 2015*). Wenn die entsprechenden

TherapeutInnen in diesem Zusammenhang darauf hinweisen, dass es gilt, nicht nur den erlittenen Schmerz, sondern die Vergangenheit gänzlich loszulassen, erscheint mir das sowohl unzweckmäßig als auch unmöglich. Was wäre der Mensch mit seiner mangelhaften Instinktausstattung, wenn er nicht bei Bedarf neben dem Erproben von Neuem auch auf Gelerntes und Erfahrung zurückgreifen könnte?

Heilsam und tröstlich erscheint mir dagegen das Zeit – Bild von *Hermann Schmitz*:

Die Vergangenheit ist „nicht mehr“. Die Zukunft ist „noch nicht“. Die Gegenwart ist *sowohl* „noch nicht nicht mehr“, d.h. noch nicht Vergangenheit, *als auch* zugleich „nicht mehr noch nicht“.

Das besagt, dass in jedem Augenblick die Zukunft bereits angebrochen ist. Zusammengefasst heißt das: In jedem Augenblick der Gegenwart werden Vergangenheit und Zukunft gesammelt und erneuert. In jedem Moment ist also jeweils „alles“ da, was existiert; das Leben darf sich in seiner ganzen Fülle entfalten. So kann Meditation oder auch eine Aufstellung bewirken, dass für einen kurzen Moment (der furcht- und absichtslosen Leere) ein Stück (zeitloser) Ewigkeit aufleuchten und erfahrbar werden darf. Dieses Bild schenkt nach meiner eigenen Erfahrung große Zuversicht.

Wie lässt sich also heilsames Zugehörigkeitsgefühl entwickeln?

1. „Anerkennen, was ist“ (*Bert Hellinger*)

Dazu gehört für mich ebenso der persönliche Bezug zum „Großen Ganzen“ (Spiritualität) jenseits aller verschiedenen Glaubensrichtungen als tragfähige Basis für Ethik und Moral. Von mir aus ist jeder Mensch selbstverständlich jenseits jeglicher missionarischer Manipulation ganz frei, und zugleich

ist es ihm „aufgegeben“, aufgrund des „Vorgegebenen“ (*Hildenbrand, 2018*) seinen eigenen Weg zu finden und zu gehen.

Die Ordnungen und Dynamiken in Familien gilt es zu verstehen und zu achten.

2. Die leiblichen Bindungen empfiehlt es sich, zu wu(e)rd(ig)en, wie sie wurden.

In Fortsetzungs- oder Patchwork-Familien hat sich mir aufgrund des dabei möglichen Unterschieds zwischen leiblichen und sozialen Bindungen bewährt, beide Aspekte sowohl gesondert als auch im Zusammenhang anzuschauen.

3. Im inneren Bild erscheint ratsam, jedem Angehörigen seinen Platz zu geben bzw. zu lassen, der ihm gebührt.

4. Jedem Menschen, auch belasteten PatientInnen/Leidenden, ist ohne Vorwurf/mit Liebe zuzutrauen und manchmal auch mit Achtung zuzumuten, dass sie/er seinen eigenen Teil der Verantwortung übernimmt. Die Acht entsteht durch das Zusammenkommen von gleichen Hälften in einem Schriftzug.

5. Den eigenen Platz in der Familie/im Leben heißt es mit authentischer, innerer Haltung, voll und ganz einzunehmen. Die Gestaltung von Kontakten obliegt, wie gesagt, der freien Wahl der jeweils Betroffenen.

6. Halboffene Grenzen gegenüber anderen Menschen, die Begegnung erst möglich machen, sollten auch im Hinblick auf den Umgang mit nahen Angehörigen wahrgenommen werden. Dies erleichtert es, den eigenen Teil der Verantwortung zu tragen.

So kann sich ein Betroffener *sowohl* eigenständig, selbstbestimmt und selbstwirksam (sogenannt: autonom) *als auch* zugleich, Gesundheit fördernd, verbunden fühlen.

Dies dient als Grundlage, um zwei Aspekte, z.B. Eigenständigkeit und Bindung, im Leben immer wieder neu in einem dynamischen Gleichgewicht dialektisch EINS WERDEN zu lassen.

So besteht nach eigener Erfahrung auch die Liebe sowohl im Eins Sein und zugleich immer wieder neu im EINS WERDEN, wofür es Nähe und Distanz im Wechsel braucht.

7. Wenn gewünscht, können jeder Einzelne und Menschen **mit-ein-ander** aus dem Leiden durch die Zustimmung zum Sein ins Handeln kommen, von einer größeren, zumeist freundlich zugewandten Kraft liebevoll getragen.

In der Praxis hat sich mir bewährt, die Arbeit mit dem Genogramm zu beginnen und mit einer Aufstellung (sowie dem Angebot einer Nachbesprechung) abzurunden, damit sie ihre Gesundheit fördernden (salutogenen) Möglichkeiten voll entfalten kann.

Die Chance, auf diese Weise den eigenen Platz im Familiensystem spürbar voll einzunehmen sowie sich dabei *sowohl* verbunden *als auch* zugleich eigenständig zu fühlen (Bezogene Individuation nach *Stierlin*), umfasst die Gelegenheit, unbewusst, oft „dumpf gefühlte“ Lasten wie etwa Verantwortungs- und Schuldgefühle, Sühnebedürfnisse und „geheime“ Todeswünsche im Sinne einer würdigenden, anerkennenden, achtsamen sog. „Wertschätzung“ den ursprünglich Betroffenen zurückzugeben bzw. mit Liebe bei ihnen zu lassen. Hierbei können eine Lösung von Symbiose nach *Langlotz* oder abgrenzend und/oder integrierend wirkende Elemente daraus zusätzlich eine tiefe, emotional befreiende Wirkung entfalten. Die damit einhergehende, beträchtliche Verminderung des Stresserlebens kann auch auf körperlicher Ebene zur Stärkung des Immunsystems und somit zur erwünschten Förderung von Gesundheit und Heilung beitragen.

12. Literaturauswahl

Adamaszek R (2011): Familien-Biografik. Berlin: epubli GmbH

Antonovsky A (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung von Gesundheit. Tübingen: dgvt

Barth D (Hrsg.) (2014): Beratungswissen auf den Punkt gebracht. Norderstedt, Books on Demand

Barth J (07.11.2015): Das Dynamische Dreieck. Persönliche Mitteilung

Bauer J (2015): Selbststeuerung. München: Blessing

Belschner W (2007): Der Sprung in die Transzendenz. Die Kultur des Bewusstseins und die Entmystifizierung des Spirituellen. Hamburg: LIT

Bourquin P & Cortés C (2016): Der alleingebliedene Zwilling. Köln: Innenwelt

Buber M (2006): Alles wirkliche Leben ist Begegnung. München: Neue Stadt, 3. Aufl.

Die Bibel (1980): Einheitsübersetzung. Freiburg: Herder

Dürckheim K (2009): Meditieren – wozu und wie. Rütte: Johanna Nordländer

Dürckheim K (2009): Vom doppelten Ursprung des Menschen. Rütte: Johanna Nordländer

- Ebell H (30.10.2015): Persönliche Mitteilung
- Freud S: Zitat aus „Gesundheitsförderung – Der Blog!“. Letzte Recherche am 15.11.2015
- Hellinger B (1998): In der Seele an die Liebe rühren. Heidelberg: Carl Auer
- Hellinger B, ten Hövel G (2002): Anerkennen, was ist. München: Kösel. 12. Auflage
- Hellinger B (2008): Glück, das bleibt. Stuttgart: Kreuz
- Heucke T (2008): Genogramm und Familienstellen. Das innere Bild der Familie als Quelle heilender Kraft. Ahlerstedt: Param
- Heucke T (2015): in Mayer CH, Hausner S: Salutogene Aufstellungen. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Heucke T (2020 in Vorbereitung): Das Genogramm und Systemaufstellungen. Norderstedt: Books on Demand GmbH
- Hierke-Sackmann U (2012): Wer oder was ist Gott? Norderstedt: Books on Demand GmbH. siehe auch: www.jenseitsbibliotheken.de, zuletzt aufgerufen 21.12.2013; leider nicht mehr verfügbar
- Hildenbrand B (2018): Genogrammarbeit für Fortgeschrittene. Vom Vorgegebenen zum Aufgegebenen. Heidelberg: Carl Auer
- Hofmeister S (2014): Wo stehe ich und wo geht's jetzt hin. München: Gräfe und Unzer
- Hofmeister, S (2019): Mein Lebenshaus hat viele Räume. München: Kösel
- Homberger H (2016): Da-Seins-Berührungen. Phänomenologisch-systemische Aufstellungen mit an Krebs erkrankten Menschen. *Praxis der Systemaufstellung*. 1/2016. 32
- Jellouschek H (1992): Die Kunst als Paar zu leben. Stuttgart: Kreuz
- Langlotz ER (2015): Symbiose in Familienaufstellungen. Wiesbaden: Springer
- Montessori M (2010): Zehn Grundsätze des Erziehens. Freiburg: Herder 5917
- Nelles W (2009): Das Leben hat keinen Rückwärtsgang. Köln: Innenwelt
- Nelles W (2012): Umarme Dein Leben. Köln: Innenwelt
- Niemz M (2013): Wer bin ich, wenn ich nicht mehr bin. Freiburg: Herder
- Niemz M (2015): Sich selbst verlieren und alles gewinnen. Freiburg: Kreuz
- Ottawa – Charta (1986)

Parlow G (2003): Zart besaitet. Wien: Festland. 2. Aufl.
siehe auch www.zartbesaitet.net (Selbsttest).
zuletzt aufgerufen 01.11.2015

Petzold T D (2010): Praxisbuch Salutogenese. München: Südwest

Reuter E (2010): Leben trotz Krebs – eine Farbe mehr. Stuttgart:
Schattauer

Rosa H (2013): Beschleunigung und Entfremdung. (7. Auflage 2019)
Berlin: Suhrkamp

Rosa H (2018): Resonanz (Wissenschaftliche Sonderausgabe, 1.
Auflage) Berlin: Suhrkamp

Rosa H (2019): Unverfügbarkeit (5. Auflage) Wien-Salzburg: Residenz

Rudolf G (2008): Strukturbezogene Psychotherapie. Stuttgart:
Schattauer. 1. unveränderter Nachdruck der 2. Aufl. 2006
Schmitz H (2011): Der Leib. Berlin: de Gruyter

Schmitz H (2012): Kurze Einführung in die Neue Phänomenologie.
Freiburg: Karl Alber, 3. Aufl.

Stierlin H (1976): Das Tun des Einen ist das Tun des Anderen. Frankfurt:
Suhrkamp

Tschuschke V (2011): Psychoonkologie, Stuttgart: Schattauer, 3. Aufl.

Watzlawick P (1974): Menschliche Kommunikation. Bern: Huber

Weber W (1. Aufl. 1994, Neuauflage 2011): Hoffnung bei Krebs.
München: Herbig

Weinreb F (1981): Legende von den beiden Bäumen. Bern: Origo

Weinreb F (1990): Gott Mutter. Weiler im Allgäu: Thauros

Weinreb F (1995): Vor Babel. Die Welt der Ursprache. Weiler im
Allgäu: Thauros

Weinreb F (2002): Schöpfung im Wort. Die Struktur der Bibel in
jüdischer Überlieferung. Weiler im Allgäu: Thauros, 2. Aufl.

Weinreb F (2007): Zahl, Zeichen, Wort: Das symbolische Universum
der Bibelsprache. Zürich: Verlag der Friedrich Weinreb Stiftung

Weizsäcker V (2005): Pathosophie. Frankfurt: Suhrkamp

Weizsäcker V (2008): Warum wird man krank. Frankfurt: Suhrkamp
3936

Ich danke Herrn Dr. med. Günther Linemayr, Wien, für seine
wohlwollend kritische Durchsicht des Manuskripts von 2015 und seine
wertvollen, ergänzenden Anregungen zum Ausblick.

Dr. med. Thomas Heucke
Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Anerkannter Lehrtherapeut der DGfS
Auf der Heide 22, 53547 Leubsdorf/Rhein
Telefon: 02644980026 - Fax: 02644981153
Mail: isbe.linz@t-online.de
Homepage: www.isbe-linz.de