



## Bin ich krank oder unglücklich, nur weil in meiner Familie oder von meinen Vorfahren Schlimmes erlebt wurde?

*Dr. Hermann-Josef Simonis, Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie, Zell/Mosel*

In meiner über 30jährigen Tätigkeit als Psychotherapeut erlebte ich es immer wieder, dass sich seelische oder körperliche Krankheiten mit den schulmedizinischen Methoden und den anerkannten Psychotherapieverfahren nicht bessern oder heilen ließen.

### Oft half dann doch noch eine systemische Kurzzeitgruppentherapie, das so genannte Familienstellen weiter.

Diese Therapiemethode wurde von einem ehemaligen Missionar, Psychoanalytiker und Familientherapeuten, Bert Hellinger, in den 70iger Jahren in Deutschland entwickelt und weltweit bekannt gemacht. Auch wenn er und seine Methode heutzutage bei vielen Therapeuten umstritten sind, so möchte ich sie nicht mehr missen und viele meiner Patienten verdanken ihr Besserung, Heilung oder sehr wichtige Erkenntnisse für ihr Leben.

### Wie können Sie sich diese ungewöhnliche Heilmethode vorstellen?

Der Patient stellt entweder seine jetzige Familie mit wichtigen früheren Partnerbeziehungen oder seine Ursprungsfamilie auf. Dazu holt er sich Stellvertreter – auch für sich selber - aus dem Teilnehmerkreis und stellt sie intuitiv in den Raum, entsprechend der Beziehung zueinander.

Diese Stellvertreter versetzen sich in ihre Rolle hinein und fühlen sich entsprechend den Personen, für die sie aufgestellt wurden. Der Therapeut befragt nun die Stellvertreter nach ihren Gefühlen und Bedürfnissen. Dadurch werden die Beziehungen der Familienmitglieder untereinander und die damit verbundenen Probleme deutlicher, die heute noch unbewusst den Betroffenen krank machen. Neue Erkenntnisse durch die Aufstellungen, d.h. die Versöhnung im Familiensystem mit Achtung der Eltern und früherer Opfer schwerer Schicksale wirken noch über Wochen nach und können Klarheit, Zusammengehörigkeitsgefühl und Kraft schenken und auch Krankheiten heilen oder verhindern. Das Familienstellen ist somit eine fast immer sinnvolle Ergänzung und Erweiterung der üblichen Psychotherapie, da es das Familiensystem mit in den Blick nimmt, welches unser Verhalten oft, ohne dass wir es merken, beeinflusst.

Als ich selber diese außergewöhnliche Therapie vor über 20 Jahren das erste Mal mitmachte, war ich anfangs äußerst skeptisch. Ich wurde als Stellvertreter für einen Liebhaber

einer verheirateten Frau mit vier Kindern ausgewählt, die nicht wusste, ob sie sich vom Ehemann trennen sollte. Verwunderlicherweise spürte ich als Stellvertreter des Liebhabers sehr schnell heftige Herzschmerzen – wo ich zuvor nie mein Herz organisch gespürt hatte - und fühlte mich wie von einem Magneten zu der betroffenen Frau hingezogen. Sichere Erklärungen für dieses ungewöhnliche Phänomen gibt es nicht.

Gerne empfehle ich das Familienstellen bei tragischen Todesfällen, Abtreibungen, Freitod und schweren Schicksalsschlägen in der Familie, bei scheinbar unüberwindbaren Partnerschaftskonflikten und Unfrieden mit Eltern, Geschwistern oder Kindern. Leider wird diese Therapiemethode von vielen Laien ohne Therapieausbildung und Psychotherapieerfahrung angeboten und kommt so oft in Verruf.

Sollte ich Ihr Interesse geweckt haben, so empfehle ich Ihnen das tief beeindruckende Hörbuch von Thomas Schäfer: „Was unsere Seele krank macht und was sie heilt.“

Für Interessenten biete ich an zwei Wochenenden im Jahr Familienstellen an. Anmeldung über meine Praxis Tel.: 06542960111.

Dr. H.-J. Simonis

