

# Traumatherapie: Aufstellungsarbeit und die energetische Psychotherapie nach Dr. Fred Gallo

Die Schicksalsereignisse, die wir bei der Arbeit mit Familienaufstellungen in den Blick bringen und die sich auf die Lebensentwicklungen der Familienmitglieder auswirken, sind in ihrem Wesen alle Traumata.

## Was ist ein Trauma?

Ein Trauma ist der Wortbedeutung nach eine Wunde, ein plötzliches, schlimmes Ereignis, das als so gewaltig und existenziell bedrohlich erlebt wird, dass es mit den üblichen seelischen Verarbeitungsmechanismen nicht mehr bewältigt werden kann.

Wir sprechen von einem Trauma, wenn wir in eine reale äußere Situation geraten, die mit extremen seelischen und körperlichen Schmerzen verbunden ist oder Lebensgefahr bedeutet und aus der es kein Entrinnen gibt.

Franz Ruppert definiert und klassifiziert in seinem Buch „Verwirrte Seelen“ hervorragend die verschiedenen Traumaarten und -situationen und beschreibt, wie sie in der Seele des Einzelnen und im Familiensystem wirken. Er unterscheidet zum einen

- Existenz- oder Bindungstraumata:  
das sind von außen auf den Menschen plötzlich einwirkende Ereignisse wie zum Beispiel der Tod einer nahe stehenden Person, Unfälle, Überfälle, natürliche oder technisch erzeugte Katastrophen wie Zug- oder Seilbahnunfälle, Überschwemmungen, Flugzeugabstürze, Terrorakte etc., und zum anderen
- Bindungssystemtraumata:  
das sind lang andauernde soziale Situationen wie zum Beispiel eine Missbrauchs- oder Misshandlungssituation, Gewalt- oder Alkoholerfahrungen in der Familie oder Krieg, Flucht, Vertreibung und Folter oder Verbrechen in der Familie.

Ein Trauma erleiden wir am eigenen Leib und an der eigenen Seele, und die posttraumatischen Stresssymptome erfordern oft eine lebenslange Auseinandersetzung mit den Folgen des erlittenen Traumas. Ein persönlich erlebtes Trauma kann bewusst sein, es kann ebenso im Dienste des Überlebens verdrängt worden und damit ausschließlich im Unbewussten lebendig sein. Der Dynamik des Unbewussten entsprechend drängen diese abgespaltenen, unverdauten und konfliktbeladenen Inhalte meist durch unerklärliche und bizarre Symptome ins Bewusstsein und machen uns das Leben schwer und oft unerträglich.

## Das übernommene Trauma

Die Aufstellungsarbeit mit ihrem expliziten Mehr-Generationen-Bezug hat uns eindrücklich gezeigt, dass Menschen auch an den Traumata ihrer Vorfahren leiden können. Ich benutze hier gern Franz Rupperts Bild für Psychotraumatologie, weil es sehr plastisch die seelischen Vorgänge schildert, durch die ein Trauma weitergegeben wird. Das Kind, das mit seiner Bindungsliebe den Kontakt zur Seele seiner Eltern sucht, nimmt wahr, wenn deren Seele nicht erreichbar ist, weil die Eltern selbst mit den Schicksalen anderer Mitglieder ihres Systems verstrickt sind. Um die Eltern zu erreichen, muss das Kind den Umweg über die Personen und deren Schicksalsereignisse nehmen, auf die die Seele der Eltern ausgerichtet ist. Es nimmt dabei deren „Abdrücke“ in der Seele der Eltern in sich auf und speichert so die Traumata der Vorfahren in die eigene Seele ein. Es sind diese abgespaltenen, traumatischen Inhalte, die, weil sie nicht mehr bewusst sind und Ereignissen und Personen nicht mehr zugeordnet werden können, nur noch verwirren und wie unheimliche „Löcher“ oder „blinde Flecken auf einem Spiegel“ in der Seele des Kindes weiterwirken.

## Wirkung von Aufstellungen auf das Trauma

Aufstellungserfahrungen sind tief bewegend und bringen ans Licht, welches Trauma in der Familienseele wirkt. Eine Aufstellung wirkt in der Regel lösend und entlastend. In meiner einzeltherapeutischen Praxis konnte ich seit vielen Jahren die Wirkungen von Aufstellungen über längere nachfolgende Zeiträume beobachten und immer wieder feststellen, dass die traumatischen Symptome sehr häufig weiter bestehen bleiben. Die Familienbeziehungen verändern sich positiv, aber das eigene Lebensgrundgefühl, die inneren Kernüberzeugungen oder ein Symptom werden weiterhin vom Trauma beeinflusst und gesteuert. Zum Beispiel wirkt sich ein übernommener Kernsatz „Ich muss weg“, „Ich darf keinen Erfolg haben, darf nicht glücklich sein“ oder „Ich gehe in Beziehungen kaputt“ weiter steuernd im aktuellen Leben aus. Die strukturelle energetische Ebene, in der die übernommenen Traumata in unserer Seele eingraviert sind, wurde auch durch wiederholte Aufstellungen und einzeltherapeutisches Nacharbeiten noch nicht erreicht und noch nicht gewandelt.

An dieser Stelle braucht es einen anderen therapeutischen Zugang.

Die innovativen Forschungen und Entwicklungen der Neurowissenschaften haben hocheffektive Methoden entwickelt wie zum Beispiel das NLP, EMDR, TFT (Thought Field Therapy nach Roger J. Callahan) und EDxTM (Energy Diagnostic and Treatment Methods) von Dr. Fred Gallo, die das neue Wissen um die Funktionsweise des Gehirns und unseres Energiesystems zur Traumheilung therapeutisch nutzen.

### **Die energetische Psychotherapie nach Dr. Fred Gallo**

Bei meiner Suche nach einer Methode, die gut zur phänomenologischen Aufstellungsarbeit passt, bin ich auf die energetische Psychotherapie (EDxTM) nach Dr. Fred Gallo gestoßen, die ein revolutionierendes neues Paradigma in der Psychotherapie ist. Sie ist eine Integration effektiver Methoden der Kinesiologie, der Akupunkturmeridian-Psychologie und von Weiterentwicklungen des ideomotorischen Signalisierens aus der Hypnotherapie und hat als Herzstück eine individuelle und prozessorientierte Diagnostik der energetischen Störung, die zu einer maßgeschneiderten Behandlung führt. Sie erreicht häufig genau die energetische Ebene, in der das Trauma in unserem Energiesystem und in unserer Physiologie eingespeichert ist.

### **Die Sichtweise des Traumas in der energetischen Psychotherapie**

Bei einem Trauma gerät unser Energiesystem in einen Schockzustand, und der normale Energiefluss wird unterbrochen und erstarrt. Das Trauma hat eine spezifische elektromagnetische, energetische Ladung, die der Materie des Organismus wie bei einer Prägung eine Information eindrückt im Sinne des Wortes: in-formare. Das Trauma wird als energetisches Muster, als Vibration im limbischen System gespeichert. Die energetische Therapie neutralisiert diese Ladung oder dieses Muster ausschließlich auf der energetischen Ebene. Die energetische Ebene ist die fundamentalste Ebene in unserem Leib-Seele-Organismus. Impulse, die auf dieser Ebene gesetzt werden, wirken sich in allen auf dieser Ebene aufbauenden Ebenen aus.

Hier geht die energetische Psychotherapie von einer ähnlichen Prämisse aus wie die Traumatherapie nach Peter Levine. Beide verstehen Traumasymptome als erstarrte oder blockierte Energie, die nicht aufgelöst werden konnte und im Nervensystem gebunden bleibt.

Die Behandlungstechnik der energetischen Psychotherapie ist eine einzeltherapeutische Methode. Ich verwende sie in fast jeder Therapiestunde und besonders dann, wenn ein Klient bereits eine oder mehrere Aufstellungen gemacht hat, die belastenden Auswirkungen des übernommenen

Traumas aber noch weiter bestehen blieben. Ich habe bei jedem Schritt des diagnostisch-therapeutischen Prozesses immer die Familiensystemdynamiken im Blick, über die ich mir vorher ein Bild gemacht habe.

Die eigentliche Therapie ist sehr ungewöhnlich. Es werden bestimmte Punkte am Körper mit zwei Fingern geklopft, während der Klient an sein Problem, sein Trauma oder das übernommene Trauma denkt. Diese Punkte sind Akupunkturmeridianpunkte, meist Anfangs- oder Endpunkte eines Meridians. Wenn an das Problem oder Trauma gedacht wird, wird im Gehirn – oder ist es das Unbewusste? – das Gedankenfeld des Traumas aktiviert. Das Gedankenfeld ist wie ein Holon organisiert, mit all den verschiedenen Aspekten, strukturellen Ebenen, Assoziationen und Generalisierungen.

In der neurobiologischen Sprache würde man sagen, Gedankenfelder sind Netzwerke von Netzwerken neuronaler Synapsenverbindungen.

Problemgedankenfelder enthalten einen Auslöser, der für die Störung oder Energieunterbrechung in einem Meridian verantwortlich ist. Callahan nennt diese störende, in einem Gedankenfeld enthaltene Eigenschaft „perturbation“, abgeleitet von perturbare: in Verwirrung, Unordnung stürzen. Er fand heraus, dass das Klopfen auf bestimmten Akupunkturpunkten die energetische Störung im jeweiligen Gedankenfeld zusammenbrechen lässt und das feinstoffliche Energiesystem mobilisiert, einen ursprünglichen, harmonischen und gesunden Zustand wieder herzustellen. Dabei werden neue synaptische Verbindungen aufgebaut und die alten problemerhaltenden Verbindungen geschwächt und gelöscht.

Diese Technik ist nicht ganz neu. Kinesiologen ist die Thought Field Therapy nach Callahan mit ihren festgeschriebenen Standardverfahren, den Algorithmen, seit etwa zwanzig Jahren bekannt. Neu ist Dr. Gallos Individualisierung durch die maßgeschneiderte Diagnostik und ihre unmittelbare Vernetzung mit der sofortigen Therapie der Störung, die es erlaubt, tiefer und verdichteter die energetische Struktur des psychischen Konfliktes oder des Traumas punktgenau zu erreichen.

### **Das Phänomen der „Umkehrung“ als energetisches Erfahrbarmachen einer Verstrickung**

Ein wesentliches therapeutisches Ziel der Aufstellungsarbeit ist es, eine systemische Verstrickung so aufzulösen, dass sich eine Klientin in ihrer inneren leiblichen und mentalen Wahrnehmung auch gelöst und befreit fühlt. Bei diesem Lösungsprozess stimmen oft alle wahrnehmbaren inneren Teile einer Person zu, sich vom fremden Schicksal zu lösen, und trotzdem gelingt keine energetische Befreiung der bindenden Kräfte. Die dann üblichen Erklärungen wie „Die Seele ist noch nicht bereit dazu“ oder „Du bleibst

halt noch in der Anmaßung und bist noch nicht auf deinem Kinderplatz“ sind statt hilfreich eher entwertend und retraumatisierend. Die Klientin weiß ja wirklich nicht, wie sie es machen kann, dass sie nicht mehr Fremdes mitträgt und diese Energie in ihr wirkt. Es hilft auch nicht, sich vielfach zu verbeugen und die Lösungssätze aufrichtigst zu sagen. Dieser innere Zustand wird häufig beschrieben, „als ob die Energie im Inneren verkehrt rum fließt“. Es ist völlig stimmig, sich vom fremden Schicksal zurückzuziehen, „aber eine Kraft drückt dagegen“.

Die energetische Psychotherapie kennt den Begriff „Umkehrung“, der genau dieses energetische Phänomen beschreibt und buchstäblich damit meint, dass in den Energieleitbahnen des Körpers, den Meridianen, die Energie falsch herum fließt.

Therapeutisch entscheidend ist die Entdeckung, dass die Stimulierung bestimmter Akupunkturpunkte bei gleichzeitigem Sprechen einer diese Ambivalenz benennenden Affirmation die Flussrichtung der Energie in den Meridianen wenden kann.

Diese auf den ersten Blick seltsam oder stereotyp anmutenden Affirmationen enthalten im ersten Teil einen positiven, sich selbst annehmenden Satz: „Ich nehme mich von ganzem Herzen an ...“ und folgen dann im zweiten Satzteil mit einer Benennung der blockierenden Kraft: „... auch wenn ich dieses Problem oder Trauma habe.“

Ich aktiviere auf diese Weise das Gedankenfeld des Traumas, koppelte es mit einer positiven Selbstaussage, während ich als Drittes einen therapeutischen Energieumschaltpunkt stimmiere.

Nach meinem Verständnis und meiner bisherigen Erfahrung ist eine Umkehrung der energetische Ausdruck einer seelischen Verstrickung.

Die Verstrickung wird auf diese Weise als energetisches Phänomen sichtbar, fühlbar und therapeutisch erreichbar gemacht. Bei einer Verstrickung ist die Klientin abgeschnitten und abgespalten von ihrer eigenen seelischen Energie, und die energetische oder seelische Kraft der anderen Person in ihr ist stärker und übertönt das Eigene.

Diese Person, mit dessen Trauma die Klientin verstrickt ist, lasse ich in den Blick kommen. Ihr im Angesicht sagt die Klientin, während sie diesen Umkehrpunkt klopft: „Ich nehme mich von ganzem Herzen an (oder: ich nehme mein Leben, wie ich es geschenkt bekommen habe), auch wenn du dieses schwere Schicksal hattest.“

Die Wirkung dieser energetischen Lösungsarbeit ist sofort für den Klienten und den Therapeuten spürbar und im Körper- und Gesichtsausdruck sichtbar. Viele beschreiben es als: „Jetzt fließt etwas ab von mir. Jetzt ist alles so richtig und gerade in mir.“

Die innere Energie fließt sofort „andersherum“, wie wenn das Heilungshindernis sich auflösen konnte.

Bei dieser Prozessarbeit hat der Klient meist unbemerkt und ohne bewusste Induktionen eine hypnotische Trance entwickelt.

Ich integriere bei der energetischen Arbeit gern hypnotherapeutische Prozesse und hypnotische Sprachformen wie zum Beispiel die implizierte Direktive. Die Einführung des Begriffes „ihr Unbewusstes“ gibt neben dem Begriff „ihr Energiesystem“ oder „ihr Gehirn“ den Klienten einen Rahmen für die in ihnen ablaufenden Prozesse und fördern die Akzeptanz und das Verständnis dafür, dass in ihnen gerade eine innere Instanz aktiv ist, die bemerkenswerte und deutliche Veränderungen in kurzer Zeit herstellt.

### Das Kriterium „verdienen“

Gallo hat bei diesen Umkehrungen zusätzlich bestimmte Kriterien gefunden, die die Heilung behindern und die angesprochen und energetisch behandelt werden müssen. Für die Aufstellungsarbeit besonders hilfreich und wichtig ist das Kriterium „verdienen“. Wenn eine Person in das Trauma eines anderen im System verstrickt ist und etwas mitträgt, impliziert diese Loyalität, dass sie glaubt, es nicht verdient zu haben, von diesem fremden Trauma frei zu sein, während die anderen darunter gelitten haben oder im inneren Seelenbild noch weiter darunter leiden.

Die energetische Psychotherapie schafft den Zugang zu genau dieser Ebene der Einspeicherung und Blockierung im Energiesystem und kann hier die energetische *Verhaftung* mit dem Trauma oder Schicksal der anderen auf der energetischen Ebene lösen und abfließen lassen.

Ich möchte hier noch einmal daran erinnern, dass die Arbeitsebene die energetische Ebene ist, die als fundamentalste den anderen Erfahrungsebenen wie der mentalen, der kognitiven, der perzeptiven und der sensorischen zugrunde liegt. Sie selbst ist in gewissem Sinne inhaltsleer. Um die Veränderung des inneren Energieflusses noch direkter erfahrbar zu machen und zu verifizieren, arbeitet die Therapeutin mit dem in der Kinesiologie üblichen Armtest, bei dem der Klient eine Aussage laut sagt und die Therapeutin danach den seitlich waagrecht ausgestreckten Arm nach unten drückt. Bleibt der Arm in seiner Position, drückt das Unbewusste damit ein „Ja“ oder „stimmig“ aus, gibt er dem Druck nach und wird kraftlos, drückt das Unbewusste ein „Nein“ oder „nicht stimmig“ aus. Dieses Phänomen entspricht dem ideomotorischen Signalisieren in der Hypnotherapie. Der Muskeltest ist jedoch viel schneller und für den therapeutischen Verlauf praktikabler einzusetzen. Der kinesiologische Muskeltest ist ein integraler Bestandteil der energetischen Psychotherapie sowohl bei der Diagnostik wie auch bei der Therapie.

Erst wenn die „Umkehrungen“ therapeutisch behandelt und somit die Heilungshindernisse aufgelöst sind, ist ein energetischer Zustand erreicht, in dem der Organismus überhaupt fähig und bereit ist für die eigentliche Therapie. Mit diesem Phänomen ließen sich auch viele Behandlungs-

misserfolge erklären. Die stimmigen Interventionen „greifen“ nicht, weil das Energiesystem des Klienten „umgekehrt“ ist und so die Impulse nicht aufnehmen *kann*. Diese energetische Erklärung wird der Dynamik der inneren Kräfte im Klienten achtungsvoller gerecht als die abwertende Unterstellung eines Sekundärgewinnes.

## Die Behandlung

Erst wenn die „Umkehrungen“ behandelt sind, ist der Weg frei für die eigentliche Therapie. An dieser Stelle gibt es verschiedene therapeutische Möglichkeiten.

Roger Callahan hat eine feste Abfolge bestimmter Punkte für die verschiedenen Störungen herausgefunden, die geklopft werden. Diese standardisierten Klopfsequenzen hat er Algorithmen genannt. Diese Algorithmen können als „Rezepte“ verstanden werden. Sie sind wertvoll, da sie in der Praxis schnell angewendet und in die unterschiedlichsten therapeutischen Kontexte harmonisch integriert werden können. Sie besitzen zweifellos eine sehr große Effizienz. Dr. Fred Gallo hat Callahans Algorithmen noch ergänzt und erweitert. Sein größtes Verdienst ist es jedoch, ein ganz individualisiertes Vorgehen für die energetische Diagnose der spezifischen Störung entwickelt zu haben, mit dem genau aufgefunden wird, auf welchen Meridianen die Blockierungen oder Perturbationen, die dieses Trauma oder Problem energetisch aufrechterhalten, liegen. Parallel dazu werden genau die spezifischen Behandlungspunkte gefunden, die, wenn sie geklopft werden, die energetische Störung im Organismus zusammenbrechen lassen und somit auflösen.

Seine Methode nennt er EDxTM: Energy Diagnostic and Treatment Methods – Energiediagnose und Behandlungsmethoden.

Bei der energetischen Therapie nach Gallo folgt nach der „Umkehrungsbehandlung“ eine differenzierte energetische Diagnostik mit anschließender Therapie und positiver Verankerung des Ergebnisses in der Zukunft.

Sind die eigenen oder übernommenen Traumata oder die vielfältigen Introjekte anderer Familienmitglieder in uns energetisch behandelt, reduziert und im besten Fall gelöscht, ist es faszinierend zu beobachten, wie sich daraufhin wie von selbst Ressourcen entwickeln, neue Empfindungs- und Handlungspotentiale entstehen und die Klienten sich entlastet und befreit fühlen. Interessanterweise dauern in den meisten Fällen diese neuen, in einer Sitzung erarbeiteten Veränderungen an, und einmal energetisch Gelöstes fällt nicht wieder in den alten Zustand zurück.

Diese neue Behandlungsmethode fordert uns in unseren gewohnten Sichtweisen und Konzepten über Psychotherapie und seelische Veränderungsprozesse radikal heraus. Sie *ist* ein neues Paradigma.

Schon von daher passt sie gut zur phänomenologisch-systemischen Aufstellungsarbeit. Sie erweitert und bereichert diese dahingehend, dass sie dem einzelnen Menschen hilft, die systemischen Verstrickungen, die in seinem Leib und in seinem neurobiologischen System eingespeichert sind, energetisch zu lösen, sodass sie in ihm wirklich vorbei sein können.

Ihre überraschenden und schnellen Erfolge werden sie in der nächsten Zeit mit Sicherheit zu einer Methode werden lassen, die zunehmendes Interesse auf sich ziehen wird.