

# *Der Weg zu einer neuen Lebenseinstellung:* **AUFSTELLUNGEN**

## ***Was ist eine Aufstellung?***

Wir sind auf einer unbewussten Ebene mit dem Schicksal anderer Menschen, die zu unserem Familiensystem gehören, vertrackt. Es gibt aber nicht nur das Familiensystem sondern auch andere Schicksalsgemeinschaften, wie Arbeitsplatz, Freundeskreis, Vereinskolleginnen und Kollegen.....)

Im Familiensystem sind wir allerdings über mehrere Generationen hinweg verbunden. Innerhalb dieses Systems gibt es einen unwiderstehlichen Zug zum Ausgleich. Beobachtungen

In einer Aufstellung werden Themen räumlich dargestellt und innere Bilder nach außen gebracht. (Mit Hilfe von RepräsentantInnen oder anderen Medien wie Bodenankern, System-brett,.....)

Zu Beginn findet ein Gespräch statt, in dem das konkrete Anliegen der Klientin/des Klienten und das Ziel der Aufstellung definiert werden. Die Klientin/der Klient wählt dann die RepräsentantInnen aus und führt sie an den Schultern in den Raum.

Zunächst sehen wir den Ist-Zustand eines Systems aus der Sicht der jeweiligen KlientInnen. In kurzer Zeit erfahren wir wertvolle Einblicke in die Dynamiken, Verstrickungen, Verbindungen in und zwischen den Systemen (wie stehen die Personen miteinander in Verbindung, haben sie Kontakt, nehmen sie sich gegenseitig wahr.....?) In Abstimmung mit der Klientin oder dem Klienten werden Umstellungen und/ oder angeleitete Handlungen durchgeführt, bis das zuvor de-finierte Ziel erreicht wurde.

Die KlientInnen sind dabei die ExpertInnen für ihr System. Wir gehen in der Aufstellungsarbeit davon aus, dass schon alle Lösungen im Klienten enthalten sind.

Das gibt uns dann die Informationen über die in der Realität – im Alltag – hilfreichen Schritte und Vorgehensweisen und deren Auswirkungen auf die System-Mitglieder.

### ***Wofür kann man Aufstellungen einsetzen?***

- *Familie und Beziehungs-Themen (Wie gelingt Partnerschaft, Patchwork Familien, sich wiederholende Familienthemen oder Krankheiten....)*
- *Themen die die Persönlichkeit betreffen (Erfolg im Beruf, persönl. Stresssituationen, Konflikte mit Arbeitskollegen ....)*
- *meine Wohnsituation*
- *meine finanzielle Situation*
- *Themen, die die Situation an meinem Arbeitsplatz betreffen*
- *Organisationsaufstellungen (Teamstruktur.....)*
- *uvm*

## ***Entwicklungsgeschichte der Systemische Strukturaufstellungen:***

„Ericksonsche Hypnotherapie“, NLP, Logische Sprachanalyse,  
„Paradoxientheorie“

„Schule von Milwaukee“ – Steve de Shazer, Inso Kim Berg

„Psychodrama“ – Psychotherapieverfahren (ab 1930 von  
Jakob Moreno)

„Systemische Familientherapie“ (Familienskulptur ab 1960  
von Virginia Satir)

„Familienaufstellungsarbeit“ von Bert Hellinger (u.a. auf Ruth  
McClendon, Leslie Kadis und Thea Schönfelder zurückgehend)

„Hypnosystemische Arbeit“ von Gunther Schmidt

Ideen aus dem „transgenerationellen Ansatz“ von Ivan  
Borszormenyi-Nagy.

# *Autopoietische Aufstellungen*

*Autopoiese = die Fähigkeit, sich selbst erhalten, wandeln und erneuern zu können*

Ein wesentliches Merkmal dieser Aufstellungsform ist, dass der Fokus immer durch 2 RepräsentantInnen vertreten wird. Denn die Person besteht ja nicht nur aus dem Problem (Ich), sondern auch aus der Verbindung mit einer höheren Wahrheit (Selbst)

Ich / Selbst / Thema (Ziel, Symptom..) werden aufgestellt: Die RepräsentantInnen bekommen außer ihrem Namen keine verbale, sondern nur eine leibliche Information, indem sie sich aufstellen lassen.

Anschließend folgt die Anweisung: „Sucht euch einen guten Platz im Ganzen“. Die RepräsentantInnen beginnen sich zu bewegen. Es folgt die Anweisung: „Sei frei“. Die RepräsentantInnen probieren jetzt Nähe und Distanz, Blickkontakte, spüren. Sie nutzen jede Erfahrung von dem, was sie nicht sind und was für sie nicht stimmt, um eine neue Erfahrung von dem zu machen, was sie auch sind. Entdeckungsprozesse und schöpferische Prozesse laufen ab.

Der/die Aufstellungsleiter/in erinnert die RepräsentantInnen immer wieder an ihre Freiheit. Anleitungen wie: „Probier was aus!“ „Sei frei!“ sind im Prozess immer wieder wichtig. Nur allzu leicht geben sie sich mit Kompromissen zufrieden. In dieser Phase ist es oft hilfreich, zum Reden zu ermutigen, um Missverständnisse auszuräumen, nachzufragen oder Bedürfnisse auszudrücken.

Ein Gelingen der Aufstellung setzt voraus, dass der Leiter/die Leiterin in einer Haltung bedingungsloser, freilassender Liebe, die nichts mit Mitleiden, Beschwichtigen oder Lügen zu tun hat, ist.

Haben alle RepräsentantInnen einen guten Platz gefunden, stellt sich die Protagonistin an die Orte des Ich und des Selbst, spürt die Qualitäten als ihre beiden guten Plätze im System und ankert sie körperlich und visuell. Erst dann werden die anderen REpräsentantInnen aufgefordert, ihr Vermächtnis, d.h. die Summe der gemachten Erfahrungen, positive, wie negative zu artikulieren, bevor sie die Rolle verlassen.

## *\*) Repräsentierende Wahrnehmung*

Der Begriff der „Repräsentierenden Wahrnehmung“ beschreibt die Fähigkeiten von RepräsentantInnen, in einer Aufstellung körperliche Wahrnehmungen und Gefühle zu entwickeln und zu verbalisieren, die zum Thema des aufgestellten Systems passen.

Es gibt verschiedene Erklärungsversuche, die allerdings keine wissenschaftlichen Beweise liefern können. Wissenschaftliche Nachweise gibt es allerdings zu der Tatsache, dass es funktioniert.

Bei der Arbeit mit Syst. Strukturaufstellungen wird immer nach Unterschieden in der Wahrnehmung gefragt: „Was hat sich für dich verändert, als du in das Bild gekommen bist, und was wurde anders, als die anderen dazukamen?“ „Geht es dir schlechter, besser, anders oder gleich wie vorher?“

Mit hoher Wahrscheinlichkeit sind Spiegelneuronen dafür zuständig, dass RepräsentantInnen sich überhaupt in die Rolle hineinspüren können. Die Frage, wie die Übertragung stattfindet ist aber noch nicht beantwortet.

## *\*) Das Morphogenetische Feld:*

