

Inhalt

Aufstellungsarbeit:

Therapie oder Scharlatanerie? (!).....	9
Wie mit Aufstellungen gearbeitet wird.....	13
<i>Jacob Levy Moreno und das Psychodrama.....</i>	<i>15</i>
<i>Die lebendigen Bilder der Virginia Satir.....</i>	<i>18</i>
Skulpturen – Wir inszenieren unser Innenleben ...	20
Die Familienrekonstruktion.....	24
Virginia Satirs Parts Party oder „Wie viele bin ich?“.....	27
<i>Albert Pessso: Wie es hätte sein sollen.....</i>	<i>30</i>
<i>Bert Hellinger und das wissende Feld.....</i>	<i>35</i>
<i>Die fachliche Auseinandersetzung mit dem Familien-Stellen Bert Hellingers.....</i>	<i>41</i>
Und was bedeutet „systemisch“?	49
Der Umgang des systemischen Therapeuten mit seinem Klienten	58
Die Vorbereitung (!)	62
<i>Die eigene innere Welt erkunden.....</i>	<i>62</i>
<i>Das Genogramm.....</i>	<i>65</i>
<i>Was ist geschehen und was haben Sie daraus abgeleitet?</i>	<i>69</i>
<i>Der Auftrag: Was wollen Sie erreichen?</i>	<i>84</i>
<i>Welchen Nutzen hat das Problem?.....</i>	<i>90</i>
Die Rolle der Stellvertreter (!)	95

Die Aufstellung – Fünf Schritte auf dem Weg vom Problem zum Ziel (!)	100
1. Schritt – Die Stellvertreter aufstellen	101
2. Schritt – Die Befragung der Stellvertreter ...	103
3. Schritt – Die Rekonstruktion.....	104
4. Schritt – Verankerung des Zielzustands	108
5. Schritt – Hausaufgaben: das Erlebte üben...	109
Der Umgang mit Trauma	112
Schwierigkeiten im Beruf	117
Mythen und Erkenntnisse	121
<i>Lösen sich meine Probleme von selbst?</i>	122
<i>Muss ich das Schicksal meiner Familie erfüllen?..</i>	124
<i>Opfert sich mein Kind für unsere Familie,</i>	
<i>wenn es krank ist?</i>	128
<i>Werde ich nach der Aufstellung endlich schwanger?.</i>	130
<i>Kann ich andere Menschen beeinflussen?</i>	131
<i>Kann ich Geheimnisse aufdecken?</i>	132
Was Sie als Aufsteller oder Stellvertreter erwarten können	135
Was Sie als Aufsteller oder Stellvertreter nicht akzeptieren müssen	137
Ein Wort zum Schluss	141
Unser Buchprogramm	142

Aufstellungsarbeit: Therapie oder Scharlatanerie?

Unter dem Wort „Aufstellung“ versteht man in der Regel eine psychotherapeutische Gruppentherapie, die dazu dient, die Beziehungen in der Familie zu klären. Oft sagt man deshalb auch „Familienstellen“.

Aufstellungen sind in den letzten zwanzig Jahren sehr in Mode gekommen, aber auch in Verruf geraten. Verschiedene Publikationen behaupteten, dass durch diese Methode die unterschiedlichsten Schwierigkeiten – auch von gar nicht anwesenden Personen – wie von selbst verschwänden. Weil die Technik des Aufstellens so einfach schien, wurde sie auch von Leuten angeboten, deren einzige Qualifikation darin bestand, selbst Aufstellungen besucht zu haben. Bald las man in der Presse von autoritären Manipulationen durch Gruppenleiter, von Selbstmorden nach Aufstellungen und traumatisierenden Erlebnissen der Teilnehmer. Dadurch geriet das Aufstellen mehr und mehr als unseriöse Scharlatanerie in Verruf.

Diese zum Teil sehr berechtigte Kritik betrifft unserer Meinung nach jedoch nicht das systemische Aufstellen an sich, sondern vielmehr die Art und Weise der Umsetzung. Es wäre sehr schade, das Kind mit dem Bade auszuschütten, kann man doch mit einer systemischen Aufstellung – wie mit kaum einer anderen Methode – komplexe Schwierigkeiten in Beziehungen sichtbar machen und lösen.

Das systemische Aufstellen ist eine sehr tiefgehende psychotherapeutische Intervention, sozusagen eine Ope-

ration am offenen Herzen. Die Kunst ist nicht die Technik: die ist tatsächlich kinderleicht. Die Kunst besteht darin, mit dem aufgestellten Bild so zu arbeiten, dass die Klienten ihr gewünschtes Ziel auch erreichen – und das so sanft wie möglich. Damit dies gelingt, müssen die Therapeuten oder Gruppenleiter ihr Handwerk beherrschen. Sie sollten sich nicht nur für die Aufstellungsarbeit qualifiziert haben, sondern auch solide Kenntnisse und Erfahrungen in systemischer Psychotherapie und Traumatherapie mitbringen.

Im Laufe unserer nun bald zwanzigjährigen Tätigkeit auf diesem Gebiet haben wir viele Erfahrungen mit dem Aufstellen gesammelt. Wir haben die Art und Weise, wie wir selbst Aufstellungen leiten, fortwährend supervidiert und verbessert. Wir haben selbst bei Kollegen aufgestellt und hören von unseren Klientinnen und Klienten viele ganz unterschiedliche Berichte über Aufstellungen.

Vor 12 Jahre veröffentlichten wir das Buch *„Alltagswege zur Liebe, Familienstellen als Erkenntnisprozess“*. Darin schrieben wir zu einem Zeitpunkt, an dem es fast nur Aufstellungen nach Hellinger gab, dass systemische Alternativen existieren. Unsere nunmehr 20-jährige Erfahrung mit systemischen Aufstellungen schlägt sich auch in diesem Buch nieder, das sich von den „Alltagswegen“ unterscheidet, auch wenn es Überschneidungen gibt. Es richtet sich an Menschen, die wissen wollen, ob eine Aufstellung die richtige therapeutische Intervention für sie ist, und die sich darüber hinaus optimal darauf vorbereiten wollen.

Wenn Sie eine Aufstellung planen, sollten Sie wissen, worauf Sie sich einlassen. Sie sollten wissen, was Sie bei

einer systemischen Aufstellung erwarten dürfen und was Sie nicht hinnehmen müssen. Nach den in den Statuten der Dachverbände festgelegten Grundlagen der systemischen Psychotherapie sollten sich alle systemisch arbeitenden Kollegen richten.

Um die Aufstellungstechnik zu erklären, beschreiben wir unsere eigene Art des Aufstellens. Das soll nicht heißen, dass nur diese richtig ist. Jede Form des Aufstellens ist gut, die zum Ziel des Klienten führt.

Es ist nicht notwendig, das Buch von vorne bis hinten durchzulesen. Sie können Kapitel, die Sie nicht interessieren, überspringen. Fühlen Sie sich frei, nach Lust und Laune darin zu lesen oder damit zu arbeiten. Wenn Sie eine Aufstellung in unserem Institut planen, sollten Sie die mit einem Ausrufungszeichen (!) gekennzeichneten Kapitel durcharbeiten. Das Buch ist so gegliedert, dass nach den Informationen jeweils Platz für Ihre eigenen Aufzeichnungen gelassen ist.

Auch dieses Buch widmen wir, wie alle unsere Bücher, dem Wohle aller Wesen.

Was Sie als Aufsteller oder als Stellvertreter erwarten können

1. **Kompetenz:** Der Therapeut hat eine Ausbildung in systemischer Psychotherapie und ist systemischer Berater oder Therapeut. Zusätzlich hat er sich in systemischer Aufstellungspraxis fortgebildet.
2. **Respekt:** Sie werden grundsätzlich respektvoll behandelt, auch wenn Sie mit einer Intervention nicht einverstanden sind.
3. **Regie:** Sie sagen, welches Thema bearbeitet wird. Der Therapeut bespricht mit Ihnen, ob dieser Auftrag umsetzbar ist, und erarbeitet, wenn nötig, Modifikationen.
4. **Klientenorientierung:** In der Aufstellung geht es nur um Sie, Ihren Auftrag und das Erreichen Ihres Ziels.
5. **Anamnese:** Sie werden zu Ihrer Vorgeschichte befragt und haben genügend Zeit, Ihr Anliegen zu schildern. Diese Informationen können auch in Gesprächen vor der Aufstellung ausgetauscht werden.
6. **Sicherheit:** Es geschieht nichts ohne Ihr Einverständnis. Wenn Sie etwas nicht wollen, dürfen Sie das äußern und der Therapeut geht wohlwollend darauf ein.
7. **Schutz:** Der Therapeut schützt Sie, wenn nötig, vor Übergriffen anderer Kursteilnehmer.
8. **Transparenz:** Der Therapeut erklärt, welche Interventionen er anwenden wird. Er arbeitet auf Augenhöhe und holt Ihr Einverständnis ein.
9. **Expertentum:** Sie sind und bleiben Experte für sich selbst. Im Zweifelsfall gilt Ihre Wahrnehmung.

10. *Lösungsorientierung*: Die Arbeit ist so angelegt, dass Sie ein Lösungsbild mit nach Hause nehmen können.
11. *Verantwortung*: Der Therapeut hat die Verantwortung für den Therapieprozess.
12. *Verankerung*: Das Ergebnis wird so verankert, dass Sie es im Alltag umsetzen können.

Was Sie als Stellvertreter erwarten dürfen:

1. Sie werden gefragt, ob Sie eine Rolle übernehmen wollen.
2. Sie dürfen Rollen ablehnen.
3. Sie dürfen sich während der Aufstellung austauschen lassen, wenn es Ihnen zu viel wird. Danach erkundigt sich der Therapeut nach Ihrem Befinden und bietet Ihnen, wenn nötig, Unterstützung an.
4. Sie brauchen keine hellseherischen Qualitäten.
5. Sie werden respektvoll behandelt. Es wird gewürdigt, dass Sie Ihr Bestes geben.
6. Sie sind nicht verantwortlich für das Ergebnis.

Was Sie als Aufsteller oder Stellvertreter nicht akzeptieren müssen

1. **Wenig Kompetenz:** Der Kursleiter hat keine Ausbildung in systemischer Psychotherapie. Er hat selbst aufgestellt und beruft sich auf seine gute Intuition.
2. **Wenig oder kein Respekt:** Sie werden herablassend oder abwertend behandelt, besonders dann, wenn Sie mit einer Intervention nicht einverstanden sind.
3. **Keine Selbstbestimmung:** Der Kursleiter bestimmt das Thema. Sie haben kein oder wenig Mitspracherecht.
4. **Fehlende Klientenorientierung:** In der Aufstellung geht es vor allem darum, dass sich die Stellvertreter gut fühlen. Wie es Ihnen geht, ist nicht so wichtig.
5. **Fehlende Anamnese:** Sie dürfen sich nicht oder nur sehr rudimentär zu Ihrer Vorgeschichte äußern. Der Kursleiter glaubt, dass Informationen über Ihre Geschichte die Qualität der Aufstellung mindern.
6. **Fehlende Sicherheit:** Sie können das, was in der Aufstellung geschieht, nicht beeinflussen. Ihr Einverständnis wird nicht erfragt. Sie haben sich den Aussagen der Stellvertreter zu beugen. Wenn denen nichts mehr einfällt, wird die Aufstellung abgebrochen.
7. **Fehlender Schutz:** Der Kursleiter schützt Sie nicht, wenn Sie den Aussagen der Stellvertreter oder seinen Anweisungen nicht folgen können. Sie müssen damit rechnen, von ihm und von der Gruppe abgewertet zu werden.

8. *Fehlende Transparenz:* Der Gruppenleiter erklärt nicht, welche Interventionen er anwenden wird. Er versteht sich und die Gruppe als Sprachrohr einer höheren Instanz und steht damit über Ihnen.
9. *Umgekehrtes Expertentum:* Damit ist der Gruppenleiter der Experte und im Zweifelsfall gilt immer seine Wahrnehmung.
10. *Keine Lösungsorientierung:* Die Aufstellung geht so lange, wie den Stellvertretern etwas einfällt. Wenn diese zu keinem Ergebnis gelangen, wird die Aufstellung abgebrochen. Sie haben Ihr Ziel nicht erreicht, und die Verantwortung dafür haben Sie oder Ihre Geschichte, die zu schwer für die Gruppe ist.
11. *Unklare Verantwortung:* Der Gruppenleiter hat deshalb keine Verantwortung für den Therapieprozess. Der Verlauf wird den Stellvertretern überlassen.
12. *Keine Verankerung:* Das Ergebnis wird nicht verankert. Wenn Sie es nicht umsetzen können, liegt das allein daran, dass Sie noch nicht so weit sind oder Widerstände gegen die „Wahrheit“ haben.

Was Sie als Stellvertreter nicht akzeptieren müssen

1. Sie werden nicht gefragt, ob Sie eine Rolle übernehmen wollen.
2. Sie dürfen Rollen nicht ablehnen.
3. Sie müssen während der Aufstellung durchhalten, auch wenn es Ihnen zu viel wird. Danach kümmert sich niemand um Sie.
4. Es wird erwartet, dass Sie sich mit der Familienseele oder anderen höheren Instanzen verbinden. Sie sollen Wahrheit sprechen.
5. Wenn der Gruppenleiter der Meinung ist, dass Sie das nicht geschafft haben, werden Sie auf Ihren Platz verwiesen. Es wird nicht gewürdigt, dass Sie Ihr Bestes geben.
6. Da Sie die Wahrheit der Familienseele „channeln“, sind Sie mit verantwortlich für das Ergebnis.