

## „Systemische Aufstellungsarbeit und ihr erfolgreicher Einsatz in der Heilarbeit“ – Teil 2

**In der letzten Ausgabe wurde uns ein grundlegender Einblick in die Geschichte der systemischen Arbeit gegeben sowie deren Sicht auf Krankheiten. Heute geht es darum, wie sie wirkt, wie sie angewendet werden kann und was ihre Ziele und Möglichkeiten sind.**

Systemische Aufstellungsarbeit kann sowohl in der Einzelarbeit wie auch in einer Gruppe stattfinden. Arbeiten wir mit einer Gruppe wählt der Klient entsprechend seinem Aufstellungsanliegen Personen aus der Gruppe als Stellvertreter für bestimmte Personen (Eltern, Geschwister, Tante, Onkel usw.) oder für Sachverhalte wie Symptome von Krankheiten, Krankheiten selber, Geld, Haus, Firma usw. oder auch für Gefühle wie Wut, Liebe, Ärger etc. aus.

Mit dem Aufstellungsauftrag öffnet der Klient sein „wissendes“ Feld (am ehesten vergleichbar mit den sogenannten morphogenetischen Feldern, in denen Informationen seiner Sippe enthalten sind) und stellt dieses für die Arbeit zur Verfügung. Die Stellvertreter nehmen die Energie der jeweiligen Person aus diesem Feld auf und stellen diese Energie und deren Informationen dar, indem sie sich bewusst darauf einlassen und dann zu Tage fördern, was durch das Feld des Klienten ausgedrückt werden möchte.

Es geht also nicht um eine objektive Rekonstruktion der „Wahrheit“ in einer Familie, sondern um das subjektive Empfinden des Klienten dazu. Dadurch lässt sich erklären, dass Aufstellungen zu einem System völlig abweichen können, je nachdem wer der „Auftraggeber“ ist.

Auch in der Form der Aufstellung gibt es unterschiedliche Möglichkeiten: manche Aufsteller lassen den Klienten die Position der Stellvertreter im Raum bestimmen, entsprechend dem eigenen inneren Bild, andere lassen das innere Beziehungsgefüge von den Stellvertretern herausspielen, indem sie diese bitten, sich einen entsprechenden Platz im Raum zu suchen. Daneben gibt es bestimmte Aufstellungsformen, die nach einem vorgegebenen Rahmen ablaufen und wo die Position der Stellvertreter festliegt

(z. B. das Schwartz'sche Modell, bei dem es um ausgegrenzte Anteile geht oder Aufstellungen, die mit früheren Leben arbeiten). In der Einzelarbeit ersetzen Püppchen, Symbole, Stühle, Gegenstände wie Steine oder auch Zettel, die auf den Boden gelegt werden, die Rolle der Stellvertreter. Hier variieren die Methoden von Aufsteller zu Aufsteller. In dieser Form kann auch der Berater selbst in bestimmte Rollen gehen.

***Systemische Aufstellungsarbeit ist daher eine Form von Energearbeit. Das bedeutet dreierlei:***

1. die Aufstellung lebt von der Energie, die die aufstellende Person für die Aufstellungsarbeit zur Verfügung stellt: will ich nur etwas von ferne anschauen, möchte ich etwas gerne lösen oder mir über ein Beziehungsgeflecht Klarheit verschaffen...
2. Menschen, die in einer Aufstellung eine Rolle als Stellvertreter bekommen, nehmen auch ohne diese Person zu kennen oder viel über diese Person zu wissen, deren Energie auf und verhalten sich ähnlich wie die Person, die sie verkörpern, reden ähnlich oder haben auch ähnliche körperliche Symptome.





3. Alle Lösungen, die in einer Aufstellung energetisch wirkungsvoll erarbeitet werden, haben eine Kraft und damit eine Auswirkung auf die realen Gegebenheiten.

### *Wie können solche Phänomene erklärt werden?*

Die für uns überzeugendste Erklärungsmöglichkeit geschieht mit Hilfe der sogenannten morphogenetischen Felder (mgF). Die Erforschung dieser Felder liegt ganz wesentlich bei dem Biologen Rupert Sheldrake, der sich über viele Jahrzehnte mit dem Wahrnehmungsvermögen zwischen Tierarten befasste.

Bei den mgF geht es darum, dass alle Erfahrungen, Gedanken, Ideen usw. in einer Art „geistigem Raum“ stehen, auf den zurückgegriffen werden kann.

Z. B. haben Menschen früher sehr lange gebraucht, um Jonglieren zu erlernen. Da aber inzwischen alles Wissen/alle Erfahrungen zum Thema Jonglieren in einem mgF gespeichert sind und Menschen, die das lernen möchten, dieses Feld meist unbewusst „anzapfen“, ist es heute möglich, das Jonglieren mit drei Bällen in ca. 15 – 20 Minuten zu lernen. Es gibt auch Beispiele dafür, dass Erfindungen unabhängig voneinander fast zeitgleich in verschiedenen Ländern/Kontinenten gemacht wurden (z.B. Trockeneis).

### *Vorgehensweise in der systemischen Arbeit*

Für den Berater oder Therapeuten werden schon an der Stellung der Personen zueinander, an ihren Gefühlen und Äußerungen bestimmte Probleme/Problemfelder oder Konflikte im Familiengefüge deutlich, die dann während der Aufstellung durch bestimmte „lösende“ Sätze in eine für den Klienten wohltuende Ordnung verwandelt werden.

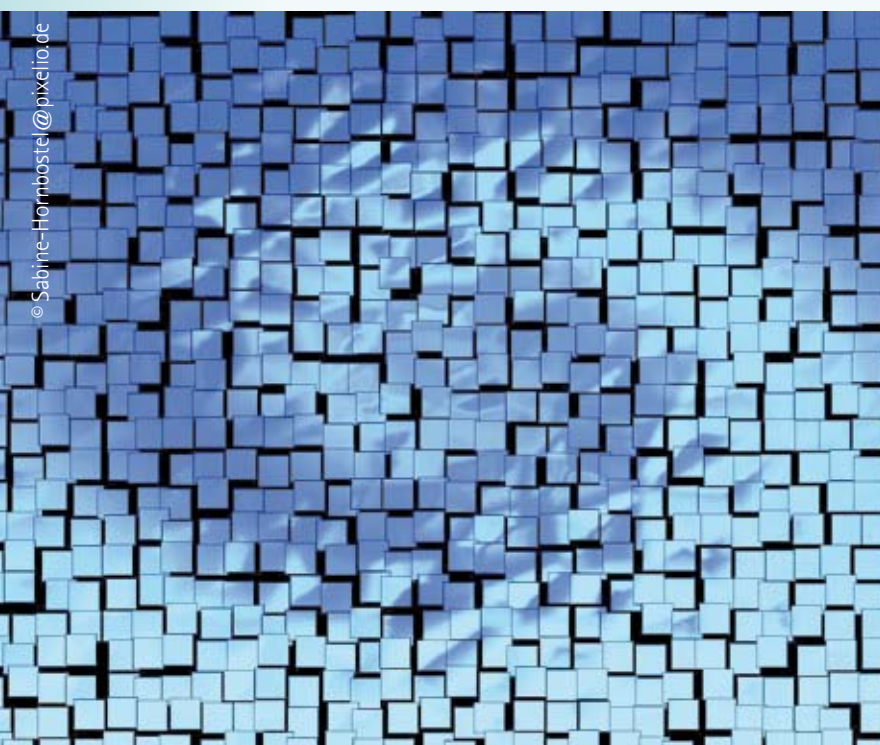
Hierzu ein Beispiel: Ein Kind, das seinen Platz zu Beginn der Aufstellung auf der Elternebene zwischen den Eltern hat, fühlt sich dort unwohl und hin- und hergerissen. Es möchte sowohl zu Vater als auch zur Mutter ein gutes Verhältnis haben, fühlt sich überfordert und möchte immer zwischen den Eltern vermitteln.

Indem es zunächst aus dieser Position herausgelöst wird, die Eltern sich einander gegenüberstellen und das Kind einen Platz vor den Eltern erhält (evtl. mit einer für das Kind liebevollen Person, wie einer Oma oder Schutzengel), beginnt ein Prozess. Die Stellvertreter sagen jeweils, wie es ihnen geht und welche Positionen für sie (gefühlsmäßig) besser sind.

Am Ende steht der Stellvertreter für den Klienten mit einem Kissen in der Hand (symbolisiert den Konflikt der Eltern miteinander) und sagt: „Ich beginne jetzt damit, diesen Konflikt ganz bei euch zu lassen. Ihr seid die Erwachsenen, ich bin das Kind, ihr seid die Großen, ich bin die Kleine“ und gibt den Eltern den Konflikt zurück. Das Kind ist sehr erleichtert und oft genug sind es auch die Eltern, da sie wieder die Verantwortung für ihren Konflikt haben. Das gibt ihnen auch die ihnen zustehende Würde wieder.

Für den Klienten, der die Aufstellung gemacht hat, ist diese Arbeit so etwas wie eine neue Sichtweise zu einer bekannten Sache, die eine Perspektivenänderung in weiteren Lebensbereichen implizieren kann:

- Kinder, die gelernt haben, für ihre Eltern Verantwortung zu übernehmen, tun das häufig auch in ihrem Berufsleben, an ihrem Arbeitsplatz, in Vereinen oder in ihrem Umfeld.
- In Partnerschaften wissen diese häufig, was „für den anderen gut“ ist und entmündigen damit unbewusst ihre Partner.



Wenn der Klient den „Urkonflikt“ mit den Eltern beginnt zu durchschauen und zu fühlen, wie schlecht es ihm damit wirklich geht, hat er die Chance dieses Verhalten zu ändern und damit auch in allen anderen Situationen zu einer veränderten Einsicht/einem veränderten Verhalten zu kommen. Ihm steht seine Energie wieder für das Eigene zur Verfügung, statt für die Regulation von Konflikten Dritter.

Gleichzeitig impliziert diese veränderte Sichtweise oder das neue Gefühl auch einen Verzicht auf etwas bisher Vertrautes: der Glaubenssatz „ich bin wichtig, weil ich für andere da bin“ beginnt zu bröckeln und der Klient benötigt einen anderen Umgang – gerade auch mit sich selbst. Die Begleitung dieses Prozesses ist häufig eine wichtige Aufgabe in der Systemischen Therapie, da jetzt das Alte nicht mehr – das Neue aber noch nicht (uneingeschränkt) fühlbar ist und trägt!

### ***Systemische Arbeit verfolgt implizit und explizit folgende Ziele:***

- Integration noch ungeliebter Anteile
- Sichtbarmachen von uns jetzt hinderlichen Verhaltensmustern oder Glaubenssätzen, damit diese verändert werden können.
- Entfaltung der in uns liegenden Potentiale
- Einen entspannten Umgang mit uns und anderen Menschen.
- Aktivierung der eigenen Selbstheilungskräfte
- Annahme unserer elterlichen Wurzeln, die die Grundlage unserer Einzigartigkeit bilden
- Die Hoffnung in Klienten/Klientinnen wecken bzw. lebendig erhalten, dass die Einzigartigkeit eines jeden erhalten bleibt, auch wenn sie manchmal jahre-, oder sogar jahrzehntelang versteckt wurde. Sie ist ein Schatz, der bleibt!
- Sie fördert Eigenverantwortung und Selbstrespekt, indem sie uns vor Augen führt, warum wir so handeln wie wir handeln und uns nicht als „unfähig“ oder „dumm“ darstellt, sondern als ein Wesen, das Aufgrund seiner Intelligenz und oft unbewussten Herzensweisheit mit den Situationen so umgeht, damit der Schatz in der Tiefe unserer Essenz geschützt bleibt.
- Die Einsicht „Ich bin ich und ich bin wertvoll“ (Virginia Satir)
- Systemische Arbeit initiiert Prozesse, sie ist kein „Kippschalter“, der mir ermöglicht, mit einer Aufstellung all meine Probleme zu lösen!

### **5 Freiheiten, die zu einem authentischen Ausdruck unseres Selbst verhelfen (Virginia Satir):**

- Die Freiheit zu sehen und zu hören, was im Moment wirklich da ist, – anstatt das, was sein sollte, gewesen ist oder erst sein wird.
- Die Freiheit, das auszusprechen, was ich wirklich fühle und denke, – und nicht das, was von mir erwartet wird.
- Die Freiheit, zu meinen Gefühlen zu stehen, – und nicht etwas anderes vorzutäuschen.
- Die Freiheit, um das zu bitten, was ich brauche, – anstatt immer erst auf Erlaubnis zu warten.
- Die Freiheit, in eigener Verantwortung Risiken einzugehen, – anstatt immer nur auf „Nummer sicher zu gehen“ und nichts Neues zu wagen.

### ***Systemische Arbeit und Beispiele aus der Praxis***

1. Eine Klientin kommt in die Beratung, weil sie an ihrem Arbeitsplatz immer wieder Schwierigkeiten mit dem Chef hat. Er macht sie „runter“, hat an ihrer Arbeit immer etwas auszusetzen und ist nie zufrieden. In der Beratung stoßen wir sehr schnell darauf, dass ihr Vater es bei ihr auch immer so gemacht hat. Sie gerät also bei diesem Chef und seinem Verhalten sofort wieder in die Rolle des Kindes, das unter dem Vater gelitten hat. Als es ihr durch die therapeutische Begleitung möglich wird, den Vater und den Chef voneinander zu trennen, verringern sich die Schwierigkeiten.
2. Eine Klientin mit akuten Atembeschwerden kommt in die Beratung. Nach einigen Sitzungen kommt das Thema „körperlicher Missbrauch“ aus ihr heraus. Die Atembeschwerden erinnern sie an das Gefühl, nicht mehr atmen zu können, wenn der Missbraucher sie bedrängt. Anschließend können wir direkt an diesem Thema weiterarbeiten. Die körperlichen Symptome lassen sehr schnell nach.
3. Eine Mutter hat große Probleme mit ihrem Sohn. Er ist Legasthener und „beschäftigt mit seinem Problem“ die ganze Familie, insbesondere die Eltern. Bei einer Aufstellung, die ich mit dem



© Barbara-Eckhold@pixelio.de

Jungen mache, wird sehr schnell klar, wo das wirkliche Problem liegt: der Junge lenkt durch seine Schwierigkeiten und Auffälligkeiten von den Problemen ab, die die Eltern miteinander haben. Solange sie sich mit ihm beschäftigen können, müssen sie sich nicht ihren Problemen stellen. Das Kind kann stabilisiert werden, indem es in der Beratung Möglichkeiten an die Hand bekommt, sich weniger für den Konflikt der Eltern „verantwortlich“ zu fühlen.



### **Sabine Eberhardt-Buff**

Lebens(t)räume  
Praxis für systemisch-ganzheitliche Beratung  
praxis@mensch-im-system.de  
www.mensch-im-system.de



### **Renato Mihalic**

Lebendiges Sein  
Praxis für ganzheitliche Beratung  
seminare@lebendiges-sein.de  
www.lebendiges-sein.de

© Silke Voss Fotografie

### *„Hommage“ an die Systemische Arbeit*

1. Systemische Arbeit geht von der Annahme aus, dass jeder Mensch einen „Schatz“ in sich trägt (das ist der Mensch in seinem höchsten Potential), der nicht verloren gehen kann sondern nur verschüttet worden ist. Daher kann dieser Schatz auch zu jedem Zeitpunkt wieder ausgegraben, freigeschaufelt oder aufgedeckt und damit gelebt werden.
2. Systemische Arbeit wirkt ganzheitlich, sie umfasst alle Bereiche des Menschen!
3. Systemische Therapie ist konzipiert als eine „Kurzzeittherapie“, bei der der Klient ein aktuell auftauchendes Problem bearbeitet. Da sie als energetische Arbeit sehr schnell wirkt, reichen oft wenige Sitzungen, um ein Problem wirkungsvoll zu lösen.
4. Systemische Arbeit wirkt auf einer sehr tiefen Ebene mit dem Segen aller beteiligten Seelen, daher sind die Auswirkungen häufig sofort spürbar. Darüber hinaus können auch Konflikte mit schon verstorbenen Personen oder anderen Sippenangehörigen gelöst werden.
5. Krankheitssymptomatiken können durchlichtet und deren seelische Ursache erkannt, verstanden und gelöst werden.
6. Wie jede gute therapeutische Arbeit ist Systemische Arbeit „Versöhnungsarbeit“, die uns mit unseren Wurzeln, unserer Geschichte versöhnen möchte und den Blick dafür öffnet, welche Ressourcen wir aus unserer Geschichte schöpfen können.
7. Systemische Arbeit ermöglicht uns, das größere Ganze, die erweiterte Sichtweise oder den höheren Standpunkt einzunehmen. Sie bettet uns bewusst in einen größeren Zusammenhang ein oder öffnet unseren Blick für diesen Zusammenhang. Damit weitet sie uns und ermöglicht eine tiefe Achtung vor dem eigenen Schicksal und dem des Anderen.

Achtung und Wertschätzung für das Eigene ermöglichen uns gleichzeitig eine freiere wertschätzende Begegnung mit anderen. Für dieses Wissen und Erleben sind wir unseren Lehrern/-innen und Klienten/-innen zutiefst dankbar.

Anm. der Redaktion: Dieser Beitrag stammt von externen Verfassern, für den Inhalt wird keine Haftung übernommen.