Phasen einer Aufstellung, ausführliche Fassung

Wie geht eine Aufstellung vor sich?

- Anliegen: Gewicht des Anliegens trägt die Aufstellung. Die Körperhaltung des Klienten, die begleitenden Gesten, gezeigte oder verborgen gehaltene Gefühle, Atem, Formulierungen, etc. geben erste wichtige Informationen. Diese sind oft aussagekräftiger als das sprachlich formulierte Anliegen. Durch entsprechende Rückmeldungen schafft der Therapeut Vertrauen in sich und in den Prozess.
- Bei der Formulierung des Anliegens ist es wichtig zu fragen: was ist passiert? Beschreibungen, wie etwas wahrgenommen wird, Geschichten, etc. sind nebensächlich und führen meist in die falsche Richtung.
- Welches „Feld“ (Holding environment) Gegenwarts-, Herkunftssystem, Arbeitsfeld, etc.wird aufgestellt? Welche Personen gehören dazu? Um welche seelischen Beziehungsdynamiken geht es?
- Mindestens ein Stellvertreter wird in dieses Feld gestellt. Weiterhin können auch Repräsentanten für abstrakte Themen dazu gestellt werden: Symptome, Gefühle, Tod, etc.
- Beim geistigen Familienstellen werden die Stellvertreter neutral einander gegenüber gestellt. Die Auswahl der Stellvertreter trifft der Aufstellungsleiter. Es ist wesentlich, dass die Stellvertreter eine gewisse Intensität und Tiefe jenseits der vordergründigen Wirklichkeit zulassen können.
- Die Stellvertreter überlassen sich dem Feld und öffnen sich dem, was wirkt. Dies kann über das Wahrnehmen und den Ausdruck von Gefühlen stattfinden, über langsame körperliche Bewegungen der Stellvertreter im Raum, seltener über gesprochene Worte oder Sätze oder über Interventionen des Aufstellungsleiters.
- Die Positionen der schon vorhandenen Stellvertreter verändern sich durch die dem Feld innewohnende Lösungsdynamik. Neue Personen werden dazu gestellt. Meistens führen die Bewegungen im Feld von sich aus zu einer Lösung. Der Aufstellungsleiter überprüft nach seinem inneren Gefühl oder Bild der Stimmigkeit die Bewegungen der Stellvertreter. Manchmal, wenn die Stellvertreter nicht gesammelt sind, unterbricht er, tauscht Stellvertreter aus, oder trifft entsprechende Umstellungen.
- Manchmal interveniert der Therapeut durch weitere Informationsfragen an den Klienten. Oft bedarf es neuer, wichtiger Informationen und Personen, die neu dazu gestellt werden, um zu einer Lösung zu kommen. Emotionen, die bei den Stellvertretern gefühlt werden, werden mit in die Bewegung des Feldes hineingenommen und Worte, Sätze

etc., die die Stellvertreter aussprechen möchten, möglichst unterbunden.

- Manchmal wird die Aufstellung zu einem Schlussbild umgestellt.
- Manchmal wird die Aufstellung unterbrochen oder abgebrochen, wenn es keine ausreichenden Informationen gibt, wenn die Bewegung der Stellvertreter versiegt oder unklar oder verwirrt wahrgenommen wird, oder wenn ein Geheimnis durch die Aufstellung in den Blick kommt, das nicht gelüftet werden darf.
- Manchmal wird der Klient in das Schlussbild hineingenommen, so dass er/sie die gelöste Energie mit seinem eigenen Leib wahrnehmen kann.
- Wenn es nötig ist, können für den Klienten hilfreiche Anmerkungen aus den Stellvertreter- Rollen mitgeteilt werden. Manchmal ist es hilfreich, systemische Dynamiken von Seiten des Therapeuten kurz zu erklären.
- Es ist wichtig darauf zu achten, dass man im Gespräch dabei nicht zurück ins Ungelöste geht.
- Die Lösung darf nicht erklärt oder interpretiert werden, das schwächt die Aufstellung.
- Wenn nötig rundet der Therapeut die Lösung noch mal durch eine innere Aufstellung ab. Er lässt den Klienten die Augen schließen und beginnt mit Sätzen wie: Stell Dir vor, du schaust jetzt auf Deine Mutter….
- Bringt die Aufstellung nichts Neues kann man ihre Wirkung in der Regel vergessen.
- Die Hilfsangebote sind jetzt zu Ende. Es kann ein Angebot gemacht werden, dass der Klient telefonisch den Kontakt zum Therapeuten sucht, falls etwas nicht verstanden wurde oder nachgearbeitet werden muss.
- Der wirkliche Lösungsprozess zeigt sich im Handeln und in den Veränderungen im Beziehungssystem des Klienten, das der Aufstellung nach einer Weile folgt. Dabei kann nichts vom Verstand her verändert werden. Die Änderungen ergeben sich aus sich selbst heraus. Manchmal ist die Veränderung, dass der Klient eher auf alte Reaktionsmuster verzichtet.