

Aufstellungen des Inneren Teams

Brigitte Burkert, Kirsten Comes, Reinhild Gescher, Peter Gonser, Berthold Schmidt

Zwei Seelen wohnen, ach, in meiner Brust!

„Zwei nur? O Glücklicher“, möchte mancher ausrufen, wenn er jenen historischen Ausspruch vernimmt. Denn immer mehr wird uns in Alltag und Extremsituationen bewusst, dass es viele innere Stimmen in uns gibt. Stimmen, die / mit denen wir in unseren vielfältigen und vielschichtigen Kommunikationssituationen reden, flüstern, schreien, jammern, jubeln, streiten ... Und wenn wir sie vernehmen oder sie sind, sagen wir nicht auf dieselbe Weise „Ich“ zu ihnen. Manch innere Stimme mögen wir, andere nerven uns, quälen uns, machen uns stark oder schwach, sabotieren oder unterstützen uns ...

Friedemann Schulz von Thun entwarf im dritten Band seiner Trilogie „Miteinander reden“¹ ein Bild vom Inneren Team eines jeden Menschen, bestehend aus seinen laut und leise redenden oder schweigenden inneren Stimmen. Dieses Bild hat große Ähnlichkeit mit dem eines „äußeren“ Teams, das aus „ganzen“ Menschen besteht, und seine Dynamik folgt oft ähnlichen Gesetzen. Ebenso oft jedoch spielen andere Ebenen und Erfahrungen in diese Dynamik hinein. Welche, warum und mit welchen Auswirkungen, das zu erkunden war Ziel des Projekts „Aufstellungen Innerer Teams“ (AIT) im Rahmen des ersten Studienganges für Systemaufsteller an der Europäischen Akademie für Systemaufstellungen in Nettersheim. Ein Team aus sieben Eurasis-Studenten fand sich für mehr als ein Jahr zusammen, um das Aufstellen Innerer Teams zu „üben“ und für sich zu einem ebenso vertrauten Werkzeug zu entwickeln wie zum Beispiel die klassische Familienaufstellung. Der Ausgangspunkt: Ein Inneres Team (IT) ist ein System, und somit ist es einer systemischen Aufstellung zugänglich. Das haben Berater und Aufsteller schon früher erkannt². Sie nannten ihren Ansatz allerdings nicht immer „Inneres Team“, sondern zum Beispiel „Integration abgespaltener Persönlichkeitsanteile“³ oder die Arbeit mit Persönlichkeitsaspekten⁴.

Diese Arbeit an uns selbst zu erfahren, für uns weiterzuentwickeln und die Ergebnisse einer Reihe solcher Aufstellungen zu dokumentieren war die Aufgabe unseres Projekts. Dass dabei ein äußeres Team sich zusammenfand, arbeitete, lebte und litt und bereichert aus der Arbeit hervorging, war eine Parallelentwicklung zu unseren Aufstellungen Innerer Teams.

Die im Projekt entstandene Abschlussarbeit⁵ kann ebenso wie der vorliegende Artikel nur einen kleinen Ausschnitt unserer im äußeren Team gewonnenen Erfahrungen und Erkenntnisse aus dem Aufstellen Innerer Teams wiederge-

ben. Vollständigkeit ist bei einer so unendlich vielfältigen Arbeit wie dem Aufstellen sowieso keine sinnvolle Zielsetzung. Was wir dokumentiert haben, ist unser – gemeinsamer und individuell unterschiedlicher – Zugang zu den Aufstellungen Innerer Teams, sind die Arbeitsschritte und für uns wichtige Ergebnisse, und vielleicht scheint auch ein wenig von den Geschenken auf, die wir uns in dieser Teamarbeit gegenseitig bereitet haben. Wir verschenken sie gern weiter.

Unsere Inneren Teams nicht mehr wie früher so oft als chaos- und defizitstiftende Bande unberechenbarer Störer, sondern als Quelle von Reichtum und Kreativität zu nehmen ist ein Schritt in Richtung einer *sich der Vielfalt bewussten Ganzheit*⁶.

„Wundervoll! Wie viele Stimmen, ach, wohnen in meinem Herzen!“

Persönlichkeitsanteile oder innere Stimmen?

Schulz von Thun formulierte eine sehr effektive Methode, die Vorgänge in unseren Köpfen und Herzen als „innere Bühne“ mit einem „inneren Ensemble“ zu verstehen. Einem Ensemble von inneren Stimmen oder Teilpersönlichkeiten, das die Vor-, Hintergrund- und Nacharbeit zu jedem Akt der Kommunikation und Reflexion in uns leistet. Schulz von Thun beschreibt einfach anwendbare Methoden, innere Stimmen und ihre individuellen (Teil-)Charaktere zu identifizieren und damit diese Anteile und ihre Beiträge anzuerkennen und lieben zu lernen. Eine Voraussetzung für einen guten Umgang mit sich selbst und miteinander besteht darin, ein erfolgreicher und verantwortungsbewusster Manager seines eigenen Inneren Teams zu werden. Wen gibt es in einem solchen Team?

Da ist beispielsweise der vorlaute Mächtegernalleskönner, der innere Vater mit dem ewig unzufriedenen Blick, der alles abwertende Nörgler, der oft unterdrückte Faulpelz, der manchmal so glücklich lächeln kann, der verantwortungsscheue Angsthase, der mit zunehmendem Alter zum ewigen Bedenkenräger wird, der streichelbedürftige und hungrige kleine Junge, der Zuspätkommer mit der Lust am Auffallen. Vielleicht noch der Souffleur, der verborgen in seinem Kabüffchen sitzt, mal hilft und mal Unsinn redet, und der Unbekannte, der von unten Löcher in die innere Bühne sägt, in die vor allem der Regisseur hineinzufallen pflegt – wenn er denn überhaupt zu Hause ist.

Bei vielen Menschen ist er nicht zu Hause, sondern jeder der An- und Abwesenden versucht, die Regie an sich zu reißen oder im Gegenteil loszuwerden. Die Teilpersönlichkeit, die gerade ins Rampenlicht taumelt, ist dann als scheinbar ganzes Ich auch nach außen hin der Versager, der Zuspätkommer, das Eltern-Ich oder, wenn wir Glück haben oder lange Jahre der Übung, auch mal der kooperativen und souveränen Erwachsene – bis eine Botschaft kommt, die den Erwachsenen von der Bühne fegt und einen der Leid-, Frust- oder Lusttragenden in den Vordergrund spült. Jede der Teilpersönlichkeiten (die Bezeichnung „Stimmen“ ist besser, weil sie nicht von etwas Desintegriertem ausgeht, sondern eher von etwas Multivalentem, doch „Stimmen“ lassen sich nicht so plastisch imaginieren wie ein Aufstellungsbild) ist *ich*, verkörpert ein Stück meines Lebens, meiner Erfahrung und meiner Kraft, und wenn ich jemanden aus meinem Inneren Team verbanne, wird es zwar ruhiger auf der Bühne, aber auch kraftloser – und der Verbannte pflegt sich zu rächen. Der Lustvolle zum Beispiel, den das Kind in sich verbannte, um die Liebe der genervten Eltern zu „erringen“, indem es brav war und sich und seine Lebenslust unterdrückte. Oder der Schuldige, den der großspürige Dieb unter seine Bühne gestopft hat. Es gibt verschiedene Stufen der Verbannung, von der situativen („Du bist jetzt mal eine Weile ruhig, später darfst du wieder nörgeln“) über die selbstrestriktive („So will ich nicht sein!“) bis zur völligen Verleugnung („So bin ich nicht, nie und nimmer!“). Jede längere Verbannung ist eine Zeitbombe, auch wenn sie vielleicht bis zu unserem Tode nicht hochgeht – doch wer weiß das schon mit Sicherheit?

Die Vielfalt der inneren Stimmen und Charaktere ist so groß wie die Menschheit, multipliziert mit zahllosen Erfahrungen und Traumata. Mancher nimmt ein großes und reiches Ensemble in sich wahr, das immer neue innere Szenarien und Lustspiele erzeugt, mancher nur wenige Protagonisten, die jahrzehntelang die immer gleichen verbissenen Konflikte austragen, ohne dass der Vorhang des Aktes endlich fallen darf. In Vorbereitung der Aufstellung gilt es, sich für das Anfangsbild auf jene Stimmen zu beschränken, die wichtig erscheinen – was wichtig ist, bestimmt der Klient, und was dabei „vergessen“ wurde, zeigt sich im Verlauf der Aufstellung von selbst.

Nicht erst die Kommunikationstheorie hat die inneren Stimmen erfunden, schon in der klassischen Psychotherapie ist die Rede von Ebenen oder Bestandteilen des Ich. Die Strukturanalyse hat den Begriff „Innere Stimmen“ schon länger im Gebrauch. Und wenn über Heilung gesprochen wird, dann oft konkret auf einer der inneren Ebenen, zum Beispiel der des Inneren Kindes. Auch Traumatherapie, die noch nichts von Aufstellungen weiß, bezieht sich oft auf innere Strukturen der Psyche des Klienten und assoziiert Heilung mit der Integration abgespaltener Anteile. Unser Projekt hatte nicht eine Aufarbeitung der diversen theoretischen Zugänge zu unseren inneren Strukturen zum Ziel, sondern die ganz praktische Arbeit mit unseren Inneren Teams und die Auswertung unserer Erfahrungen.

Die Ziele des Projekts

Die folgenden Ziele, die das Projektteam für sich selbst formulierte, waren der Ausgangspunkt der Projektarbeit, in deren Verlauf sich einige dieser Ziele als illusionär erwiesen, während andere Ziele sich erfüllten, obwohl sie anfangs nicht erkennbar waren.

- Sammeln praktischer Erfahrungen mit der Methode der Aufstellungen Innerer Teams in mehreren Workshops mit Variation der Stichprobe nach
 - Klient (individuelle Ergebnisvarianz bei mindestens 20 Teilnehmern)
 - Aufsteller (Methoden- und Ergebnisvarianz je Aufsteller)
 - Setting: Ergebnisvarianz je nach freiem Setting vs. konkreten Anforderungssituationen
- Auswertung der Erfahrungen aus diesen Workshops auf den Gebieten
 - Methodik (Vorarbeit der Klienten, Vorgespräch, Aufstellung, Auswertung/Nachbereitung)
 - Aussagekraft und Relevanz des Ergebnisses für den Klienten
 - geeignete Kontexte, Indikationen und Kontraindikationen
 - Vorteile und Schwierigkeiten für Aufsteller und Klienten
 - Präsentation der Methode gegenüber potenziellen Klienten und Multiplikatoren (Marketing)
- Darstellung der Ergebnisse in einer Eurasis internen Evidenz sowie in Veröffentlichungen

Ergebnisse

Das Aufstellen war natürlich das Schönste am Projekt, die Auswertung hingegen eher eine selbst auferlegte Zwangsarbeit, die manch Projektteilnehmer als Rückfall in präaufstellerische Verbissenheit empfand. Hier die Zusammenfassung der Schlussfolgerungen daraus. Neben den lebendigen Geschenken der Aufstellungen wirken sie zwar blass und hölzern, doch enthalten sie vielleicht das eine oder andere, das für den Leser von Nutzen sein mag.

Voraussetzungen seitens des Aufstellers

Wenn ein Aufsteller die AIT für seine Arbeit nutzen möchte, sollte er zumindest eine grundlegende Vorstellung von den Ebenen dieser Arbeit und von seinem eigenen IT haben. Es ist dazu nicht notwendig, die Kommunikationstheorie und/oder die Ausführungen Schulz von Thuns detailliert zu kennen. Ein erfahrener Aufsteller hat mit den inneren Konzepten und Orten seiner Klienten zumeist bereits so viele Erfahrungen gesammelt, dass er mit hoher Wahrscheinlichkeit auch die inneren Anteile der Klientenpersönlichkeit, wenn sie explizit in der Aufstellung auftauchen, wahrnehmen und entwicklungspsychologisch verorten kann. Natürlich ist es gut, wenn der Aufsteller sich so weit mit den AIT beschäftigt hat, dass er ihre bevorzugten Anwendungsgebiete und Spezifika annähernd kennt, da-

mit er eine Entscheidung über den Einsatz einer AIT im konkreten Kontext fällen kann. Es ist jedoch jedem Aufsteller, der Bekanntschaft mit Traumaarbeit geschlossen hat, möglich, bei eindeutigen Symptomen von Traumata (zum Beispiel PTSD) zu erwägen, Persönlichkeitsanteile aufzustellen, zum Beispiel um nach ihrer Abspaltung eine Reintegration anzustoßen.

Mit zunehmender Erfahrung im Aufstellen von ITs wird der Aufsteller die Unterschiede zwischen den Aufstellungsformen der IT und der Familien- und „äußeren“ Teamaufstellung für sich selbst erkennen und dadurch eine „leichtere Hand“ bekommen. Es ist jedoch nicht Voraussetzung für die Nutzung der AITs, die typischen Unterschiede verinnerlicht zu haben. Wer sich von dem, was ist und was sich zeigt, leiten lässt, wird auch in dieser Hinsicht durch das System des Klienten zuverlässig geführt.

Günstig ist eine gewisse Übung des Aufstellers in der Analyse der Botschaften und Gesprächsebenen, auf denen sich das Vorgespräch mit dem Klienten entfaltet. Die Methode der AIT ist im Vergleich zu Familienaufstellungen anfälliger gegenüber verdeckten Fehlbotschaften (Vermischungen von inneren Stimmen, Projektionen, Ebenenwechseln, „Selbstbetrug“), da nicht über Menschen in klaren und biologisch definierten Rollen gesprochen wird, sondern über anthropomorphe Konstrukte. Das führt auch dazu, dass – wie bei Struktur- und Organisationsaufstellungen – mehr Kommunikation in die System- und Auftragsklärung investiert werden muss. Je leichter es dem Aufsteller fällt, dem Klienten und sich zu einem klaren Bild des Ausgangssystems zu verhelfen, umso klarer kann sich auch in der Aufstellung die Lösung visualisieren.

AITs eignen sich nicht für Einsteiger ohne Erfahrung mit Familienaufstellungen. Nicht zuletzt, weil die Gefahr, bei einem Klienten Symptome einer tiefen familiären Verstrickung zu übersehen, die im Verlauf einer in eine ungewollte Familienaufstellung abgleitenden AIT in eine Dekompensation führt, nicht zu vernachlässigen ist. Viele Dynamiken in AITs widerspiegeln Familiendynamiken. Wie auch in Organisationsaufstellungen ist meines Erachtens die Erfahrung mit Familienaufstellungen für einen Aufsteller, der mit AITs arbeitet, unerlässlich.

Voraussetzungen seitens des Klienten

Für den Klienten ist es nicht notwendig, vor Beginn der Arbeit mit dem Aufsteller etwas über Kommunikationstheorie, Innere Teams oder überhaupt über Aufstellungen zu wissen. Im Gegensatz zu Familienaufstellungen kann der Aufsteller ein explizit nicht therapeutisches Setting wählen, das es dem Klienten erlaubt, aus einer vorwiegend mental begründeten Erwartungshaltung in die Arbeit zu gehen. Es ist somit seitens des Klienten subjektiv weder Therapiebedürftigkeit noch Therapiebereitschaft erforderlich. Auch eine explizite Bereitschaft zu spiritueller Arbeit ist nicht notwendig, da der Aufsteller in AITs noch freier als bei Familienaufstellungen in der Wahl der Ebene ist, auf der er seine Kommunikation mit dem Klienten mental ansiedelt, eine

Auswirkung der relativ frei wählbaren Eigenschaftsbezeichnungen der Konstrukte, mit denen die Bestandteile des IT beschrieben werden.

Viele Klienten bringen heutzutage Erfahrungen mit „äußerer“ Teambildung und Gesprächstraining mit und sind deshalb den Konstrukten, mit denen sich ITs beschreiben lassen, gegenüber aufgeschlossen.

Im Projekt haben wir festgestellt, dass die anfangs durch den Projektleiter vorgestellte Methode der Vorbereitung und „Einarbeitung“ des Klienten in sein Inneres Team mit Hilfe von Fragebögen nicht hilfreich ist – von einem geringen Vorteil der Informationsvermittlung darüber, was ein IT sein könnte, einmal abgesehen, stiftet diese leicht misszuverstehende Konkretisierung eines eher abstrakten Konstrukts mehr Verwirrung als Klarheit und lenkt den Fokus vom Hier und Jetzt weg, aus dem heraus sich eine Lösung entfalten kann.

Setting

Es wurde bereits erwähnt, dass die Methode der AITs mit ihrer Nähe zu Kontexten des Teamtrainings und Coachings im Vergleich zu den Familienaufstellungen einen erweiterten Bereich von Settings erlaubt. Familienaufstellungen haben bisher ihre Nähe zur Therapie nicht verloren, ihre Wirkungsweise ist, vor allem solange wir uns auf der Ebene klassischer Familienaufstellungen bewegen, natürlicherweise therapienah. AITs hingegen sind auf die Ebene der Integration und Expression des Ich (Chakrenäquivalent: Solarplexus²) ausgerichtet und zielen damit aus Sicht des Klienten vor allem auf Selbstverwirklichung und -kompetenzerwerb, ein Aktivitätsbereich, der für viele Klienten mental viel eher mit erwachsener Selbstbestimmung als mit Rückkehr in den Sumpf „kleinmachender“ Gefühle zu tun hat. Natürlich verbergen sich hinter diesen Sichtweisen sowohl Vorurteile als auch emotional berechtigt unterschiedliche Wahrnehmungsweisen. Es ist jedoch gerade für Klienten, die durch ihre Lebens- und Arbeitsumwelt vorwiegend mental und auf die Entwicklung des Ego ausgerichtet sind, einfacher, sich auf eine AIT einzulassen als auf eine Familienaufstellung.

Das Setting der AIT erlaubt es, jederzeit in die Ebenen der Familien- oder Geburtsaufstellung „abzutauchen“, wenn der Klient dazu bereit ist. Ist er es nicht, so stellt dies kein Hindernis für eine wirksame Arbeit auf der Ich-Ebene dar, denn die Einflüsse („Störungen“, „Belastungen“, positive Energiequellen) aus dem Familien- und Sippensystem lassen sich als einen Anteil des Inneren Teams darstellen und in eine Aufstellung einbeziehen, in der mit ihnen als objektivierten Faktoren umgegangen wird, ohne sie allzu deutlich benennen zu müssen und ohne sie „lösen“ zu wollen. Dies kann den Weg bereiten zu einer späteren Arbeit des Klienten auf der Ebene des Familiensystems, in Familienaufstellungen oder in anderem individuellem oder therapeutischem Kontext.

Gleichzeitig erlaubt das AIT-Setting es, bei deutlich sichtbaren Hinweisen und bei Bereitschaft des Klienten auf höhere Ebenen zu wechseln. Dabei kann es sich um Bewegungen der Seele oder des Geistes handeln, doch wird hier sicher eine andere Perspektive eingenommen als bei jenen Bewegungen der Seele oder des Geistes, die aus der Perspektive der Familienaufstellungen entstanden sind. Diese Aussage ist allerdings kein Ergebnis des Projekts, sondern nur eine Vermutung.

Das coachingnahe AIT-Setting bietet dem Aufsteller viele Möglichkeiten, Elemente anderer Persönlichkeits-, Team- und Organisationsberatungsmethoden einzubauen oder den Klienten in solche Beratungskontexte hinüberzuführen.⁸ Wenn eine AIT nicht angezeigt scheint, was sowohl auf das Gefühl des Aufstellers dafür als auch auf die Situation oder Intention des Klienten zurückzuführen sein kann, dann bietet sich ein Ausweichen auf derartige Beratungsmethoden an.

In unserem Projekt konnten wir nicht feststellen, dass es außer den bereits genannten Empfehlungen spezifische Indikationen oder Kontraindikationen für/gegen AITs gibt. Klassische Kontraindikationen wie starke Dissoziiertheit, Drogeneinfluss oder Kooperationsunfähigkeit, die für alle Aufstellungsformen gelten, haben natürlich auch hier ihre Gültigkeit.

Vorgespräch

Wenn eine Aufstellung gezielt als AIT durchgeführt werden soll (im Gegensatz zu einer sich zufällig aus einem anderen Aufstellungskontext ergebenden AIT, die sich sozusagen aufdrängt), dann bedarf es einer genaueren Klärung von Auftrag und Ausgangssystem, als dies in Familienaufstellungen notwendig und üblich ist. Das bedeutet nicht, dass dazu wesentlich mehr Worte gemacht werden müssen, es gibt jedoch einige Punkte, auf die zu achten ist.

Klassische Familienaufstellungen können sich auf sehr viele Selbstverständlichkeiten verlassen, die im Vorgespräch keiner Klärung bedürfen – gegebenenfalls bedürfen sie, wenn der Klient mit einer dieser „Selbstverständlichkeiten“ aufgrund seiner persönlichen Geschichte Probleme hat, dann in der Aufstellung einer Klärung oder Lösung. In einem Familiensystem handelt es sich zumeist um konkrete Menschen in konkreten menschlichen Rollen, über die ein unausgesprochener Grundkonsens herrscht, auf dem genau jene Unterschiede aufbauen, die die persönlichen Erfahrungen der Klienten und des Aufstellers ausmachen. Bei Abstrakta wie aufgestellten Ländern, der Heimat oder dem Tod wird es schon schwieriger, da hier die Meinungen, Empfindungen und Erfahrungen stärker auseinandergehen. Im Falle der AIT reden wir über Elemente von ITs, die Personen oder ihren Stimmen ähneln, aber nicht sind. Oft ähneln sie auch Archetypen oder Märchenfiguren. Ihre Rollen und Erscheinungsformen unterliegen jedoch viel größe-

ren Abweichungen in den Vorstellungen von Klient und Aufsteller, als es bei realen Personen der Fall zu sein pflegt. Deshalb ist es wichtig, dass der Aufsteller im Vorgespräch ein mental etwas genaueres Bild von den aufzustellenden Elementen und ihrer Wechselwirkung bekommt, als er das vielleicht in einer Familienaufstellung elaborieren muss. Nicht selten verbergen sich hinter einem Element des IT mehrere nicht sofort sichtbare Elemente auf unterschiedlichen Ebenen, die im System gänzlich unterschiedliche Rollen und Aufgaben haben können – dies zu sehen wird dann wichtig, wenn eben diese Vermischung der inneren Perspektive für den Klienten zu einer Blockade gegen mehr Selbstwahrnehmung und -verantwortung geworden ist. Mit etwas Übung wird auch hier der Gesprächsaufwand recht gering, da sich klare innere Bilder zeigen – und was hier noch nicht sichtbar wird, zeigt sich in der Aufstellung, falls es wichtig ist. Der Aufsteller ist dabei immer darauf gefasst, dass sich hinter einem Element andere Elemente oder auch Personen verbergen können, so wie es mit aufgestellten Abstrakta in klassischen Familienaufstellungen der Fall sein kann.

Da der Kontext einer AIT mehr beratungs- als therapieorientiert ist, hat auch die Auftragsklärung einen größeren Stellenwert als in einem klassischen Familienaufstellungskontext. Diese Klärung kann sich während der Aufstellung fortsetzen, wenn sich zum Beispiel zeigt, dass die eigentliche „Störung“ auf der Ebene des Familiensystems liegt – hier entscheiden sowohl Setting als auch die Nachfrage an den Klienten, ob in eine Familienaufstellung übergegangen, die Störung als Element des inneren Systems des Klienten betrachtet und bearbeitet oder die Aufstellung abgebrochen wird.

Ein Ziel des Vorgesprächs ist es, eine klare Struktur und Benennungen für die anfangs aufzustellenden Systemelemente zu bekommen. Wie weit der Aufsteller das treibt oder wie unscharf er es lässt, liegt in seiner Verantwortung. Gegenüber der klassischen Familienaufstellung hat er beim Umgang mit den Elementen Innerer Teams den Vorteil, dass er in den Beschreibungen und Benennungen dieser Elemente dem Klienten sehr weit in dessen Vorstellungs- und Bezeichnungswelt hinein folgen und ihn somit gut dort „abholen“ kann.

Es ist günstig, aber nicht notwendig, die Stellvertreter der Systemelemente über ihre Rolle zu informieren und/oder ihnen Namen oder Botschaften anzuheften. Falls es sich um Botschaften handelt, sollten es Ich-Botschaften sein, um Verwirrung zu vermeiden.

Durchführung der Aufstellung

Sobald die Elemente des Anfangsbildes identifiziert und benannt sind, können ihre Stellvertreter durch den Klienten oder Aufsteller gewählt und aufgestellt werden. Wenn den Stellvertretern dabei die Namen/Botschaften der Elemente mitgegeben werden, sorgt das für eine gewisse Klarheit,

doch kann diese Klarheit manchmal auch eine scheinbare sein, hinter der sich etwas ganz anderes verbirgt. Die Gewissheit, dass die ausgewählten Elemente Konstrukte sind, hinter denen sich unterschiedliche reale Elemente des inneren oder äußeren Systems des Klienten verbergen können, macht die AIT zu einer spannenden und manchmal auch – über einen gewissen Zeitraum, nach dem der Aufsteller mehr Klarheit herbeizuführen pflegt – unklaren oder unscharfen Szenerie. Die Arbeit mit AITs bedarf einer noch höheren Bereitschaft zum Fokuswechsel als die klassischen Familienaufstellungen, um den mehrdimensionalen Einflüssen gerecht zu werden, die aus den verschiedenen inneren und äußeren Lebenswelten des Klienten in das sichtbare System hineinspielen. Wenn der Aufsteller dem folgt, was sich zeigt, so wird er wie in anderen Aufstellungen auch die Ebene und die Struktur finden, in denen die Lösung sich zeigen und wirken kann. Oft ist bereits die Visualisierung der inneren Realität der Auslöser wachsender Selbstkompetenz und damit auch potenzieller Klarheit und Kraft des Klienten.

Es gibt viele verschiedene Formen von AITs, die sich in unseren Workshops gezeigt haben. Auf der Basis der noch nicht einmal 40 AITs, die in unserem Projekt stattfanden, signifikante Häufungen von Aufstellungsmustern abzuleiten ist kaum möglich. Der anfangs als unvermeidlich betrachtete häufige Übergang in die Familienaufstellung wurde als nicht zwingend entlarvt, und so werden andere scheinbar signifikante Häufungen mit wachsender Erfahrung der Aufsteller ebenfalls ihr Gesicht wandeln oder verschwinden. Das Wichtigste an den AITs ist zweifellos eine sehr große Offenheit für alles, was sich auf den vielfältigen Ebenen der inneren und äußeren Realität des Klienten und seines aufgestellten Systems zeigen kann – eine wundervolle Herausforderung und Kraftquelle für Aufsteller und Klient, solange nicht Angst oder Abwehr diese Offenheit verschließt.

Die Sichtweisen und Interventionen, die der Aufsteller während der Aufstellung anwenden kann, entstammen allen Bereichen „klassischer“ Aufstellungen. Ihre Anwendung hat immer mit der Ebene zu tun, auf der das aufgestellte IT gerade agiert oder kommuniziert. Wenn es zum Beispiel um die Integration des Inneren Kindes und seiner bisher blockierten oder unterbewusst subversiv eingesetzten Ressourcen geht, werden Interventionen aus der klassischen Familienaufstellung angebracht sein. Geht es jedoch um Entscheidungen, zu denen sich erwachsene innere Stimmen nicht einigen können, dann kann es sich sowohl um indirekte Botschaften aus familiären Ebenen wie um eine Strukturaufstellung handeln. Nur selten wird sich das IT wie ein äußeres Team verhalten und für Interventionen aus einem Teamtraining offen sein, denn wenn das IT bereits auf dieser Ebene funktioniert, wird der Klient wahrscheinlich keine AIT brauchen, sondern kann selbst als Leiter seines IT die nötigen Interventionen durchführen – vielleicht macht er aber doch eine AIT und visualisiert damit

etwas, das er bisher nicht klar sehen konnte. Das sind nur Beispiele, und der Aufsteller darf auf Überraschungen und ungewöhnliche Konstellationen gefasst sein. Innere Realität unterliegt manchen Beschränkungen nicht, die äußere Realität im Kontext echter Personen fassbarer macht.

Nachgespräche

Wie bei klassischen Familienaufstellungen ist es oft weder notwendig noch sinnvoll, nach der Aufstellung allzu viele Worte zu machen. Die Gefahr, offene Gestalten durch das Reden zu verschließen oder verblassen zu lassen, ist bei einer AIT vermutlich ebenso hoch.

Ob ein Nachgespräch sinnvoll und wie es zu führen ist, hängt von der Ebene ab, auf der die AIT wirken konnte. Wenn es um die Integration abgespaltener oder missachteter Persönlichkeitsanteile geht, sind die beteiligten Emotionen und Gestalten ähnlich wie in klassischen Familienaufstellungen, und die Gefahr des Zerredens und Störens der Wirkung ist größer als im Fall einer „inneren Organisations- oder Strukturaufstellung“. Gerade bei Organisations- und Strukturaufstellungen kann es durchaus sinnvoll sein, auf der mentalen Ebene zu resümieren, was visuell bereits verinnerlicht wurde. Der Sichtwinkel wird dadurch zwar enger, aber in manchen Fällen – das abzuwägen bleibt dem Aufsteller überlassen – auch handlungsorientierter. In jedem Fall gilt wie auch bei klassischen Aufstellungsformen die Regel, dass die Situation nach der Aufstellung vom Aufsteller daraufhin zu betrachten ist, ob der Klient eines Nachgesprächs bedarf, dieses überflüssig ist oder dem Klienten eher schadet. Das subjektive Bedürfnis des Klienten nach Reflexion, Meinungsaustausch, Be- oder Zerreden spielt dabei zwar eine Rolle, die bei AITs wie auch bei Organisations- und Strukturaufstellungen durchaus höher zu bewerten sein kann als bei Familienaufstellungen, sollte aber nicht entscheidend sein.

Nachsorge

Der Begriff der Nachsorge impliziert, dass ein Therapeut oder Berater den Klienten in einem Zustand entlässt, in dem dieser nicht die volle Verantwortung für sein Tun und Sein übernehmen kann oder der Therapeut oder Berater dies glaubt oder ihm suggeriert, zu welchem Zweck auch immer. Ein solcher Zustand tritt infolge einer Aufstellung erfahrungsgemäß nur in extrem seltenen Fällen ein, und auch dann normalerweise nicht als Ergebnis der gemeinsamen Arbeit von Aufsteller und Klient, sondern eher infolge einer Interferenz mit anderen Faktoren, aufgrund deren der Aufsteller die Aufstellung für diesen Klienten eigentlich hätte ablehnen sollen (was nicht immer möglich ist). Aufstellungen brauchen darüber hinaus eine individuell unterschiedliche, zumeist über Monate bis Jahre gehende Zeit, um ihre volle Wirkung zu entfalten. Diese Wirkung besteht in der Regel auch in einer höheren Selbstverantwortung

des Klienten. Für eine Nachsorge im klassischen therapeutischen Sinn gibt es also nur sehr selten eine Indikation. Nimmt der Aufsteller wahr, dass eine Nachsorge sinnvoll oder nötig sein könnte, so wird er in der Regel den Klienten an einen anderen Therapeuten verweisen.

Anders verhält es sich mit Nachfragen des Klienten, die zu beantworten oder bewusst abzulehnen der Aufsteller natürlich während des Workshops und – entsprechend seinen Möglichkeiten – danach zur Verfügung stehen sollte. AITs haben, wie bereits ausgeführt, zumeist ein Setting, das nicht dem therapeutischen, sondern dem Coaching-Kontext nahe ist. Eine Nachsorge im therapeutischen Sinne kann hier nur in jenen seltenen Fällen sinnvoll erscheinen, wo eine AIT zu einer Familienaufstellung wurde und diese zu jenen Spezialfällen gehört, in denen der Klient in Folge (nicht unbedingt infolge) der Aufstellung deutliche Symptome zeigt, die dies nahelegen.

In unserem Projektverlauf gab es keine Aufstellungen, die über ein Nachgespräch hinaus einer expliziten Nachsorge bedurft hätten.

Weitere Schlussfolgerungen

Die Aufstellungsarbeit entwickelt sich. Neue Formen und Anwendungsgebiete entstehen so schnell, wie die immer schneller wachsende Anzahl von ausgebildeten und „wildem“ Aufstellern zunimmt. Was tragen AITs zur Landschaft von Aufstellungen, Beratung und Therapie bei?

Zur *Therapie* eher Marginales: Die Hemmschwelle, Aufstellungen auch im therapeutischen Kontext zu akzeptieren, sinkt durch ihre Anwendung im beraterischen und Coaching-Kontext. Manch therapieresistenter Klient, der aus Familienaufstellungen bisher nicht sehr viel mitnahm außer unverständlichen offenen Gestalten, mag in einer AIT plötzlich auf einer unerwarteten Ebene Heilung finden, die aus der Familienaufstellung nicht zugänglich war. Auszuschließen ist das nicht, und Ansätze zu derartigen Öffnungen haben wir im Projekt beobachten können.

Beratung mittels Aufstellungen ist eine hocheffektive Sache, auch wenn da manchmal aus purer Lust am Aufstellen mit Kanonen auf Spatzen geschossen wird. Es gibt Klienten, die würden am liebsten jede Entscheidung, ob sie rechts oder links abbiegen sollen, aufstellen, sobald sie erst einmal erfahren haben, was für ein schönes Werk- und/oder Spielzeug Aufstellungen sind. In solchen Fällen ist eher der Kauf eines Navigationssystems zu empfehlen. Sobald es nicht nur um Spatzen geht, ist die neue Kanone sehr effektiv, zumal sie mit sehr unterschiedlicher Munition geladen werden kann – Bonbons zum Beispiel, um bei dieser völlig ungeeigneten Metapher zu bleiben.

Was trägt nun das IT zur *Aufstellungslandschaft* bei? In Wilfried Nelles' Ebenensystem der Therapieformen⁹ fehlte bisher auf der Ebene der Individuation eine Aufstellungsform, die nicht nur handlungsorientiert ist wie die systemisch-konstruktivistischen Aufstellungen, sondern vorwie-

gend entwicklungsorientiert. Dies ist der Platz der AITs. Sie ermöglichen einen ganz eigenen Abzweig in die darüberliegenden Ebenen – zum Beispiel Bewegungen der Seele nicht als Wechselwirkung zwischen den Seelen von Personen und überpersönlichen Entitäten, sondern als vielfältige spirituelle Realität einer Person und ihrer Lebenswelten. Einige wenige der Projektaufstellungen tendierten ein wenig in diese Richtung, noch ohne konkrete auswertbare Erfahrungen. Und sollte dereinst ein Buddha als Klient auftauchen, dann lassen sich vielleicht auch Tendenzen für Bewegungen des Geistes im IT ausmachen.

Was tut diese Arbeit mit uns, den Aufstellern und Klienten? Sie erweitert unser Blickfeld, sie macht für uns den Fokuswechsel zum Normalfall. Mehr darüber, nicht zu ernsthaft, in Berthold Schmidts nicht ganz unernstem Artikel zur Psychopathologie des Aufstellers¹⁰.

Die AITs zeigen, so viel konnte im Projekt festgestellt werden, eine ausgeprägte Varianz hinsichtlich der grundlegenden Haltung des Aufstellers. Dieser hat selbstverständlich die Verantwortung für all das, was er in seiner Arbeit anbietet, kann diese jedoch auf ganz unterschiedliche Weise wahrnehmen.

Die AITs bedürfen einer besonderen Achtsamkeit gegenüber sich selbst und dem Klienten gegenüber. Besonders in der *Krisenintervention* kann die Arbeit für den Klienten sehr effektiv sein, wenn der Aufsteller ihn ohne Angst und mit eigener innerer Verbundenheit, Klarheit und Absichtslosigkeit begleitet. Genau dann kann der Klient vielleicht zum ersten Mal bewusst erfahren, wie es ist, sich sicher zu fühlen und die eigene Handlungsfähigkeit und Eigenbestimmtheit wiederzuerlangen. Er kann jenseits von Sprache ein tieferes Verständnis seiner Krise erhalten und durch die Außenbetrachtung seiner Situation genügend Distanz haben. Dadurch erhält er auch die Chance, direkt zu erfahren: Ich bin heute hier geschützt und kann – auch innerlich – durch das Anerkennen dessen, was ist, eine Haltung gewinnen, die abgespaltene Prozesse, Anteile und Gefühle wieder in die Gesamtheit meiner Persönlichkeit integriert. Aufstellungsarbeit hat zumeist eine *Fokusveränderung* zum Gegenstand. Das verändert auch die Gesamtwahrnehmung und wirkt sich umgehend im Alltag des Klienten aus. Dadurch kann es sein, dass der Klient seine Kompensationen in krank machenden Kontexten aufgibt und zu seinen Gefühlen steht. Gerade hier ist die Arbeit mit dem eigenen Inneren Team ein guter Weg, in sich selbst Klarheit zu gewinnen und so auch klar auf sein Umfeld zu wirken. Diese Klarheit schafft es ganz real im Hier und Jetzt, Krisen zu überwinden und Raum für einen eigenen gesunden Platz im Alltag zu schaffen. Dabei können im Innen wie im Außen dissoziative Tendenzen überwunden und in integrative Entwicklung umgewandelt werden.

Bisher haben sich keine verallgemeinerbaren *Kontraindikationen* gegen die Arbeit mit Inneren Teams gezeigt – außer denen, die generell für das Aufstellen gelten: Wenn der Aufsteller bei sich selbst Unaufmerksamkeit oder Angst sowie beim Klienten akute Dissoziation, Schock- oder andere Symptome feststellt, die die Wahrnehmung und Selbstver-

antwortung deutlich einschränken, ist das Nichtaufstellen immer die wichtigste Option.

Aufstellungen Innerer Teams im Einzelsetting

Brigitte Burkert begann während des Projekts, die Aufstellungsarbeit mit den Inneren Teams ihrer Klienten in ihre Naturheilpraxis zu integrieren. Sie führte diese Aufstellungen konsequent im Einzelsetting durch. Ihre Erfahrungen: Als hilfreich erwies sich die Arbeit mit Bodenankern und das zeitweise Einfrieren und Aussteigen aus der Aufstellung, um den Klienten bewusst mehrere Perspektiven in der Sicht auf sein IT einnehmen zu lassen. Über die Wahrnehmung der einzelnen Anteile und ihrer Gefühle, Ideen und Empfindungen kann der Teamchef aus der distanzierten Beobachterposition wieder leichter ins Handeln kommen. Er ist sowohl Beobachter als auch Akteur, getrennt und doch eins in dem Anerkennen dessen, was (in ihm) ist. Das Gefühl des Ausgeliefertseins an einen Anteil löst sich auf, und es zeigen sich Wahlmöglichkeiten.

Hin und wieder wurden auch Sequenzen mit kleinen Holzfiguren wiederholt. Auch dies diente dem Fokuswechsel und brachte Aha-Effekte und die Lösung von Handlungsblockaden beim Klienten hervor. Unbekannte oder unbennbare innere Anteile wurden zum Beispiel als leere Blätter mit hineingenommen und erwiesen sich in der Regel als bisher ungenutzte Ressourcenquellen.

Auch wenn es in den ersten Phasen der Bewegungen Hinweise auf familiäre Verstrickungen gab, erfolgte kein Wechsel zu einer Familienaufstellung. Bei einer Klientin wurde zu den inneren Stimmen ein stark belastendes körperliches Symptom (Schwindel) aufgestellt.

Drei von vier Klienten haben erklärt, dass bereits das Benennen der – für das Problem maßgeblichen – inneren Anteile erleichternd gewirkt hätte. Das eigene facettenreiche ICH bewusst aus einer Distanz zu betrachten und sich unwissend und vorurteilsfrei den einzelnen Rollen aussetzen brachte für alle eine neue Qualität. Fest gefügte Vorstellungen („ich bin so ...“) sind in Bewegung geraten und werden reflektiert und infrage gestellt.

Durch das Spiel mit den Rollen zu sehen, wer mit wem in welcher Beziehung steht, und schließlich anzuerkennen, dass – wie in Familiensystemen – jeder (s)einen Platz hat und dazugehört, war durchweg stärkend. Drei Klienten haben bemerkt, dass im Gegensatz zu Familienaufstellungen die Atmosphäre gelöster ist und es „diese heilige Scheu“ nicht gibt. Diese Klienten gaben auch die Rückmeldung, das Gefühl mitnehmen zu können, mehr in die „Selbstbestimmung“ zu kommen und nicht mehr so sehr wechselnden Stimmen/Stimmungen ausgesetzt zu sein. Das Hineinschlüpfen in die verschiedenen Rollen erlaubt es, andere Dinge zu denken und zu fühlen, ohne dass es zu einer Identifizierung kommt. Im Gegenteil, bisher getroffene Festlegungen, wie „ich bin kontrolliert, kritisch, ängstlich ...“, werden aufgebrochen. Stattdessen dämmert die

Erkenntnis, dass beispielsweise der Kritiker ein Teil ist, der zwar zu mir gehört, aber dass es außer ihm ein ganzes Orchester von Anteilen gibt und dass es einen Teamchef gibt, der das Ganze wahrnimmt und steuernd und ordnend eingreifen kann, sodass es – zumindest ab und zu – ein Zusammenspiel gibt. Über diese differenzierte Wahrnehmung kann auch ein lästiger und verachteter Anteil zu einer – bisher ungenutzten – Ressource werden. Anders als bei Familienaufstellungen, wo es oft die Empfehlung gibt, nicht mehr über die Aufstellung nachzudenken, sondern sie wirken zu lassen, halte ich hier nachfolgende Reflexionen für wichtig und sinnvoll. So kann die Aufstellung zwar zeigen, dass es einen Dirigenten gibt, der aus der Kakophonie der vielen inneren Stimmen vielleicht zeitweise eine Sinfonie machen kann, aber wie sieht das im Alltag aus? Dort legt der Dirigent den Taktstock oft schnell wieder aus der Hand und lässt seine inneren Anteile weiter planlos agieren. Was sicher ab und zu seinen Reiz hat und auch sein darf. Indem aber dem Dirigenten bewusst wird, welche seiner Instrumente gerade spielen, kann er regulierend eingreifen – oder es bewusst sein lassen. Und über diese *Kontrolle* eröffnen sich viele Alternativen, die wiederum zu einer Erweiterung oder Veränderung alter Muster führen können.

Fazit

Das Aufstellen eines Inneren Teams lässt uns die Wahl, auf welcher systemischen/mental/spirituellen Ebene wir im Interesse des Klienten arbeiten. Darin eingeschlossen ist die Möglichkeit, zu anderen Aufstellungsformen zu wechseln, wenn das System zu anderen Ebenen (Familienaufstellung, Organisationsaufstellung, Geburtsaufstellung, schamanische Aufstellung, Strukturaufstellung, spirituelle Team- oder Themaufstellung ...) tendiert.

Wenn wir konsequent auf der Ebene des Inneren Teams bleiben, betonen wir die Eigenverantwortlichkeit des Klienten für sich und sein System – vorausgesetzt natürlich, dass dieses System nicht auf anderen Ebenen, zum Beispiel auf der Ebene familiärer Verstrickungen, zu intensiv gebunden ist. Doch wir können darauf vertrauen, dass sich dies in der Aufstellung zeigt.

Niemand muss zwingend die AITs anwenden. Wenn er sie verwendet und das System des Klienten dies zulässt, kann er ihre Vorteile nutzen. Nicht umsonst hat die Aufstellungsarbeit – wie auch jedes andere Gebiet menschlicher Betätigung – im Laufe der Arbeit eine Vielfalt von Varianten entwickelt, die unterschiedlich gut die diversen Kontexte dieser Arbeit ausfüllen. AITs passen sehr gut in einen Kontext wie zum Beispiel das Coaching, wo die mental wahrgenommene Eigenverantwortung des Klienten im Vordergrund steht oder entwickelt werden soll, im familiären wie auch im beruflichen Kontext.

„Wenn Menschen wissen, dass sie, so wie sie sind, wertvoll und akzeptabel sind, sehen sie mehr Entscheidungsmöglichkeiten, und außerdem treffen sie dann die richtigen Entscheidungen und gewinnen dadurch die Freiheit, sich in jede Richtung zu entwickeln.“¹¹

Wir danken der Europäischen Akademie für Systemaufstellungen für die Möglichkeit, dieses Projekt durchzuführen, und für die freundliche Genehmigung, dessen Ergebnisse zu veröffentlichen¹².

Anmerkungen

- ¹ Schulz von Thun, Friedemann: Miteinander reden. Bd. 3: Das „Innere Team“ und situationsgerechte Kommunikation. Reinbek 1998.
- ² zum Beispiel Metz, Gerd, und Werner Messerig: Die Aufstellung des „Inneren Teams“: ein Vorgehen für Persönlichkeitsentwicklung, Gruppencoaching und Organisationsberatung. In: Gunthard Weber (Hrsg.): Praxis der Organisationsaufstellungen, Heidelberg 2000.
- ³ zum Beispiel Ruppert, Franz: Trauma, Bindung und Familienstellen. Seelische Verletzungen verstehen und heilen. Stuttgart 2005. Und ders.: Gespaltene Seelenanteile wieder zusammenfügen – Aufstellungen auf der Basis einer mehrgenerationalen systemischen Psychotraumatologie. In: Nelles/Breuer (Hrsg.): Der Baum trägt reiche Frucht. Heidelberg 2006.
- ⁴ Horn, Klaus P.: Spirituelles Coaching. Bewusstseinsentwicklung mit menschlichem Maß. Berlin 2007.
- ⁵ Aufstellungen Innerer Teams. Eurasyss-Abschlussarbeit. Nettersheim 2007.
- ⁶ Nelles, Wilfried: Die Ebenen der spirituellen Entwicklung. Material und Seminar zur Systemaufsteller-Ausbildung der Europäischen Akademie für Systemaufstellungen, unveröffentlicht. Nettersheim 2007.
- ⁷ Vgl. Nelles a. a. O.
- ⁸ vgl. auch Horn a. a. O.
- ⁹ Nelles a. a. O.
- ¹⁰ Schmidt, Berthold: Wie Aufstellungen uns verändern. PdS 1/2007.
- ¹¹ Dilts, Robert B.: Professionelles Coaching mit NLP. Heidelberg 2003, S. 11
- ¹² Die Ergebnisse des Projekts (Videoaufzeichnungen, Transkriptionen der Aufstellungen, Projektdokumentation, Abschlussarbeit) können bei www.eurasyss.de für die weitere wissenschaftliche Verwertung angefordert werden.



Brigitte Burkert, Jhg. 1957, 3 Kinder, Heilpraktikerin mit eigener Praxis in Ludwigs- hafen, Dozentin, seit 2004 Aufstellungsar- beit; Dez. 2007 Diplom eurasyss zum System- aufsteller und Berater

www.naturheilpraxis-burkert.de



Kirsten Comes, geb. 1966 in der Eifel. Ausbildung als Erzieherin und Heilpraktikerin. Seither Arbeit und Weiterbildung in Krisen- intervention, Seelsorge, Hospiz- und Trauer- arbeit. Ihr Leitbild „Die Kraft, die aus den Wurzeln stammt.“ beschreibt ihren achtsa- men Umgang mit der Identität und Persön- lichkeit des Klienten durch ressourcenorien- tierte Lösungsansätze auf systemischer Grundlage, in Einzelsitzungen, Familienbera- tungen und im Teamcoaching. Ein Schwer- punkt ihrer Arbeit ist der Umgang mit Verhal- tensauffälligkeiten nach erlebten Traumata.

www.schrittchen-fuer-schrittchen.de



Reinhold Gescher, 48 Jahre alt, leitende Angestellte im Familienbetrieb, seit 1999 Teilnahme an Familienaufstellungen bei unterschiedlichen Aufstellern, Eurasyss-Stu- dium mit Diplom-Abschluss zur profession- ellen Systemaufstellerin und Beraterin (Abschluss 2007), arbeitet vorwiegend im Einzelsetting.



Dr. rer. nat. Peter Gonser (46), seit sechs Jahren mit der Aufstellungsmethode vertraut. Absolvent des ersten Ausbildungskurses zum Systemaufsteller und Berater bei eurasyss. Besonderes Interesse an der Integration von Aufstellungsarbeit und systemischen Sicht- weisen in die Optimierung von Industrie- prozessen.



Berthold Schmidt (geb. 1957) studierte Physik und Linguistik und ist seit 1990 als Unternehmensberater in IT-Projekten tätig. Daneben bot er bis 2007 Familien- und Organisationsaufstellungen in Halle/Saale an. Zur Zeit arbeitet er in Calgary (Kanada), ab Ende 2008 bis vorauss. Mitte 2009 im Süden der USA, wo er auch Aufstellungsse- minare durchführt.

www.constelleco.de
www.aufstellungen-in-halle.de