

WAS IST EINE AUFSTELLUNG?

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

die Idee zu dieser Fragestellung kam mit den Vorbereitungen zum Schwerpunktthema dieses Heftes anlässlich Bert Hellingers 90. Geburtstag.

Auch die Aufstellungsarbeit ist in die Jahre gekommen: Seit mehr als 30 Jahren wird mit Aufstellungen gearbeitet und wird erklärt, was eine Aufstellung ist. Es wurde viel gesagt und seitenlang geschrieben.

Bei der Befragung im Kreis der Redaktion und des Forschungskreises wurden zwei Bedingungen vorgegeben: sich bei der Erklärung auf fünf bis sieben Zeilen zu beschränken und zunächst nichts von den Antworten der anderen zu erfahren. So ist es ja auch im Alltag, wenn uns diese Frage gestellt wird.

Die meisten meinten, dass die Aufgabe eine Herausforderung sei. Ja, in der Tat! Sich auf wenige essenzielle Worte zu beschränken und sie zu äußern, liegt nicht jedem, verlangt Konzentration und auch ein Vertrauen in die Kraft der gewählten Worte. Am Ende musste ich mich in meiner Beharrlichkeit geschlagen geben und aus einigen wenigen Kurzzeilern wurden etwas längere Versionen. Doch wie wir alle wissen, bringt die Ausnahme die Regel zur Blüte.

Alle waren gefordert, in einem sensiblen Umgang mit der Sprache so nah wie möglich an das individuell als stimmig Empfundene oder Gedachte heranzukommen.

Ich finde, es hat sich gelohnt, das Ergebnis zeigt eine große Vielfalt von Definitionen aus unterschiedlichen Perspektiven zu diesem einen Begriff. Gleichzeitig blitzt bei jedem der Kontext eines persönlichen Hintergrunds durch.

Essenzielle Aussagen laden ein, erst mal innezuhalten, um sie in ihrer Fülle aufzunehmen, und erzeugen einen Eindruck von geistiger Verbundenheit oder Distanz zum Inhalt oder auch zum Schreiber. Eine Beurteilung von „Richtig oder Falsch“ wäre fehl am Platz.

Lesen Sie nun selbst und lassen Sie sich zu Ihrer persönlichen Definition inspirieren.

Lisa Böhm

... Er (der Kurs) führt in das Stellen von Familienbildern ein und bringt mit ihrer Hilfe ans Licht, was uns in Familie und Sippe in die Schicksale anderer Mitglieder verstrickt und was die Verstrickung bewirkt. Vor allem aber bringt er ans Licht, wann und nach welchen Gesetzen die Lösung einer Verstrickung gelingt.

Bert Hellinger

Dezember 1994, zitiert aus Ordnungen der Liebe

Aufstellungen verbinden uns mit unseren Wurzeln. Sie verdeutlichen sichtbar, spürbar, hörbar die Wirkkräfte von Systemen, denen wir angehören und die unser Leben prägen. Mithilfe eines „Dorfes“ (Gemeinschaft von Menschen) initiieren sie heilende und lösende Wandlungsschritte dort, wo diese Kräfte hemmen und den freien Lebensfluss blockieren. Wir bewegen uns bei Aufstellungen an der Schnittstelle von individuellen Lebensfragen und ihrer Einbettung in familiäre, kollektive und spirituelle Räume. Der rituelle Charakter von Aufstellungen weist auf ihre Nähe zu den Übergangsritualen indigener Kulturen hin.

Guni Baxa

Aufstellungen machen bewusste und unbewusste innere Bilder von Beziehungen jeder Art aus Gegenwart und Vergangenheit sichtbar, erlebbar und spürbar. Die intuitive und sensorische Wahrnehmung, die fühlende, denkend-sprachliche Verarbeitung und Körperreaktionen setzen einen Prozess in Gang, der klärend wirkt oder ein gegenwärtiges Bild entfalten lässt, das im Alltag weiterführende Handlungsspielräume ermöglicht.

Lisa Böhm

„Eine Aufstellung ist ein Blick in den Spiegel, begleitet von Zeugen: eine Begegnung mit meiner bisherigen Wirklichkeit sowie ein möglicher Weg, der sich zeigt ... Und nichts davon ist letztendlich wahr, aber es wirkt!“

Peter Bourquin

Ich kann und will die Aufstellungsarbeit nicht von meinem Beruf als Psychotherapeut lösen. Aufstellungen sind für mich angewandte Psychotherapie. Eine Aufstellung ist die Außenrepräsentation eines inneren Prozesses, durch den Kontexterweiterungen entstehen können, die die nächsten Entwicklungsschritte deutlich machen. Aufstel-

lungen sind für mich ein besonders wertvolles und effizientes Instrument, das ich gerne einsetze. Aber sie sind eben auch nur eines der Instrumente, mit dem sorgsam umgegangen werden muss. In ihr repräsentieren sich Körper, Verstand, Psyche, Geist und Seele, dazu die Geschichte, die Gegenwart und die Zukunft, also das gesamte menschliche Leben. Aber auch in der Hinsicht ist sie nicht einzigartig, sondern eine der vielen Möglichkeiten psychotherapeutischen Handelns.

Heinrich Breuer

Eine Aufstellung kann unter bestimmten Voraussetzungen systembezogene Bindungsdynamiken sichtbar machen, die in den üblichen Vorstellungen von menschlichen Beziehungen und deren Konflikten oft unbeachtet, gefürchtet, ausgeklammert und unbewusst bleiben. Werden diese Dynamiken im Aufstellungsprozess deutlich, können durch unterschiedliche Interventionen neue Sicht- und Verhaltensweisen initiiert werden, die dem Klienten und seiner Lebensentfaltung dienen.

Wilfried De Philipp

Eine Aufstellung nach den Standards der DGfS gehört in den Formenkreis der szenischen Verfahren. Sie wird jedoch erst zu einer solchen Aufstellung, wenn sowohl die Aufstellungsleitung als auch die mitwirkenden StellvertreterInnen eine dieser Arbeit angemessene Haltung einnehmen. Als Konstruktivist und Phänomenologe ist für mich eine Aufstellung auch immer noch im besten Sinne ein Mysterium, als dessen Teil ich mich fühle, immer mal wieder staunend und dankbar.

Dieter Dicke

Eine Aufstellung ist eine Aufstellung ist eine Aufstellung ...

Diana Drexler

Die Aufstellung beginnt mit einem Einblick in die Beziehungswelten des Klienten, die als Bilder- und Filmsequenzen bis JETZT wirken. Im Prozess der Aufstellung wird die Bewertung dieser Beziehungen ergänzt, korrigiert bzw. Filmsequenzen neu geschnitten. Im JETZT können sich mit einer veränderten Haltung neue Möglichkeitsräume entfalten.

Volker Fleißing

Klient und der Aufstellungsleiter bilden ein stabiles Bündnis. Der Klient ist bereit, sich emotional berühren zu lassen, und bleibt mit ihm in Kontakt. Gemeinsam schauen beide auf die Darstellung von Beziehungen zwischen einzelnen Familienmitgliedern (oder Parametern einer lebenden Struktur), verkörpert durch Repräsentanten. Der Perspektivenwechsel ermöglicht dem Klienten eine neue Sicht auf die Beziehungszusammenhänge. Die Erschütterung dabei kann tief sitzende körperliche und seelische Anspannungen und Verhärtungen lösen.

Marianne Franke-Gricksch

Das Aufstellungsgeschehen spiegelt gespeichertes menschliches Bewusstsein sowie Bewusstsein in allen Formen in ein stellvertretendes personales Gegenüber. Es ist eine Resonanzerfahrung, die Zeit- und Raumerleben aufhebt und sich in der Stille differenziert. In der Tiefe sind Aufstellungen daher Meditationen mit therapeutischen und anderen Nebenwirkungen.

Harald Homberger

In einer Aufstellung können Stellvertreter die unsichtbaren Fäden, die uns mit den Mitgliedern unserer Familie wie in einem Mobile verbinden, sichtbar machen. Hat sich unser eigener Lebensfaden – bezogen auf ein bestimmtes Problem in unserem Leben – mit dem eines Familienmitglieds „verheddert“, können in einer Aufstellung solche Verstrickungen in lösende Bewegungen gebracht werden. Dies kann dazu beitragen, dass unser Lebensfaden wieder sowohl den eigenen Bewegungen folgend als auch auf gute Weise verbunden mit dem Familiensystem schwingt.

Antwort an interessierte Laien

Barbara Innecken

Systemaufstellungen bezeichnen eine prozessorientierte Methode, in der in einem rituallydynamischen Prozess allen relevanten Systemteilen ein gewürdigter Platz zugewiesen wird: „Wir sehen dich. Wir schätzen dich. Jetzt verstehe ich dich. Du gehörst dazu ...“ Es kommt zu Entdeckungen und Aha-Erlebnissen, die einen neuen Blick auf die Geschichte, auf Kultur und Kontexte einer Familie oder einer Organisation ermöglichen, die daraus erwachsende Haltung stabilisiert das Erleben und Stehen im System.

Birgit Theresa Koch

Aus dem Blickwinkel der Neuen Phänomenologie lässt sich formulieren: Eine Aufstellung ist eine leibliche Entfaltung der Gegenwart durch spielerische Identifizierung mit einzelnen Explikaten einer Situation. Die spielerische Identifizierung erlaubt zwar einerseits die Entlastung des Daseins vom Dasein, ermöglicht aber andererseits, den Ernst und die Autorität der atmosphärischen Gefühle mittels leiblicher Stellvertreter wirksam werden zu lassen.

Thomas Latka

Eine Aufstellung ist die Darstellung eines inneren Bildes der eigenen Familie mithilfe von Stellvertretern (= nicht verwandte Personen). Dabei werden Störfaktoren innerhalb des Beziehungszusammenhanges sichtbar. Die Aussagekraft ist am größten für familiäre Zusammenhänge und nimmt ab bei Beziehungen nicht verwandter Personen (wie zum Beispiel Organisationen), abstrakten Begriffen oder Bezeichnungen für Gegenstände. Mischformen können kreativ eingesetzt werden.

Eva Madelung

Aufstellungen sind eine von Menschen gebildete räumliche Struktur, die Informationen wiedergibt. Welche? Über die seelische und körperliche Verfassung der Beteiligten, über ihre vergangenen und gegenwärtigen Beziehungen und darüber, wohin sie sich äußerlich und innerlich bewegen möchten. Das ist über stellvertretende Wahrnehmung möglich, eine uralte Fähigkeit von Menschen, so natürlich wie das Atmen. Variationen von Aufstellungen gab und gibt es in indigenen Kulturen schon immer und überall. Die Aufstellungsarbeit ist eine dieser zeitgemäßen Varianten. Ich nenne Aufstellungsseminare auch gerne Bewusstseinslaboratorien, wo unter geschützten Bedingungen geforscht wird, wie Bewusstseinsentwicklung für den Einzelnen und für das Gemeinwohl gefördert werden kann.

Albrecht Mahr

Aufstellungen sind eine Choreografie von Kontexten, deren von Aufstellungsleiter/-innen arrangierte Zusammentreffen für die Beteiligten neue Bilder und neue Ideen für das Verständnis von sozialem Geschehen liefern. Die Raumsprache, die in den Aufstellungen durch die Verwendung von Menschen oder Objekten als Stellvertreter/-innen von Elementen verwendet wird, ermöglicht es, Kontexte von Menschen und nicht personalen Entitäten in ihrem Zusammenspiel zu beobachten und entweder kausal oder systemisch Wirkungen von Kontextkonstellationen zu rekonstruieren oder zu prognostizieren.

Georg Müller-Christ

Aufstellung ist eine Entwicklungsbegleitungsmethode, mit der man vor- und unbewusste Dynamiken im subjektiven, psychosozialen System einer Person im Hinblick auf ihre Fragestellung wahrnehmbar ausdifferenziert und damit körperlich, emotional, kognitiv erleb- und bearbeitbar macht. Ihre Besonderheit liegt in der Nutzung des sozialen und physischen Raums durch Stellvertreter, Bodenanker, Objekte oder Imaginationen der Beteiligung von mindestens zwei Personen bei der Repräsentation von Systemelementen, der menschlichen Resonanzfähigkeit zu anderen und im Vertrauen auf die nonduale, eigenständige Wahrnehmung der Stellvertretung.

Kirsten Nazarkiewicz, Kerstin Kuschik

Eine Aufstellung ist eine (therapeutische) Methode, bei der im Gruppen- oder Einzelsetting durch ein szenisches Verfahren seelische Inhalte und Prozesse eines Klienten und des Bezugssystems (Familie, Arbeitskontext etc.) externalisiert werden. Dies geschieht sozial-räumlich über zum Beispiel Bodenanker oder Figuren, die bei Bedarf in ihrer Ausrichtung zueinander verändert werden. So kann der Klient wertvolle Hilfestellungen und Anregungen zur Veränderung und Bewältigung von als schwierig oder belastend erlebten Beziehungen erlangen.

Frank Oberzaucher

Durch eine Aufstellung kommen in einem Prozess der Repräsentation Dynamiken von Beziehungen (gleich welcher Art) zum Vorschein. Dabei werden in einer Abfolge von Interventionen dysfunktionale Konstellationen aufgelöst und Impulse für Entwicklungsschritte gesetzt. Aufstellungen werden vorab im therapeutischen Kontext, zunehmend aber auch im Management als Verfahren der intuitiven Entscheidungsfindung angewendet.

Claude Rosselet

Die Methode der Systemaufstellungen ermöglicht alle Arten von Beziehungssystemen mithilfe von Stellvertretern in einem lebendigen Bild darzustellen. Wir können mit ihr Aspekte von Beziehungen, je nach Anliegen eines Klienten, in ihrer Struktur und Dynamik, in ihrem geschichtlichen Bindungsgeschehen und ihren Veränderungsmöglichkeiten auf neue, zukunftsrelevante Weise wahrnehmen und verstehen.

Jakob Robert Schneider

Eine Aufstellung ist ein „szenisches Verfahren“ für die Klärung von Beziehungen. Dabei sucht der Klient in einer Gruppe Stellvertreter für sich und für die anderen und gibt ihnen dann ohne weitere Anweisung einen Platz im Raum mit Blickrichtung. Die Stellvertreter teilen spontan ihre Wahrnehmungen und Gefühle mit. Immer wieder tauchen erstaunliche Übereinstimmungen zu realen Situationen auf. Zur Klärung kann der Leiter neue Plätze oder Sätze vorschlagen. Es gilt nur das, was die Stellvertreter als stimmig erleben.

Bertold Ulsamer

Auf der Basis einer fundierten Beziehung zwischen Leiter und Klient präsentiert dieser sein inneres Bild von seinem Problem. Stellvertreter werden im Raum gestellt. Von Körperempfindungen geführt ändern diese im Kontakt mit Leiter und Klient lösungsorientiert die Position. Ziel wäre, einen nächsten anstehenden Schritt sichtbar und erlebbar werden zu lassen.

Inga Wild

Eine ziemlich vordergründige, aber grundlegende Wirkung der Aufstellungsarbeit möchte ich hervorheben. Eine Aufstellung bietet die Möglichkeit, ein Problem von der Begrenzung auf die eigene Person im Zusammenhang des Herkunfts- oder Gegenwartssystems zu sehen und damit von der Begrenzung auf die eigene Person zu lösen. Schon dieser Vorgang wirkt entlastend.

Christoph Wild