

Wozu Aufstellungen im Online-Modus?

Natalia Spokoinyi

Die Geschichte der Methodenentwicklung und ihre Quintessenz

Wer hätte gedacht, dass Systemaufstellungen auch in einem Online-Format durchführbar sind! Schließlich setzen Aufstellungen ein Aufstellungsfeld (morphogenetisches Feld) voraus, das sich erst durch die Präsenz einer Gruppe konstatiert. Von größter Bedeutung ist die Fokussierung des Gruppenzirkels auf das Feld, die Positionierung der Stellvertreter im Raum und relativ zueinander. Als unabdingbar gilt auch der körperliche Kontakt mit dem Klienten. Aber es gab auch eine Zeit, in der Aufstellungen im Einzelsetting und Figurenaufstellungen als undenkbar galten.

Doch trotz aller Bedenken, es wäre ein großer Verlust, sich den technologischen Möglichkeiten unserer Zeit zu verschließen und damit verbundene Erwartungshaltungen zu ignorieren. Rasante technologische Entwicklungen eröffnen neue Wege und Perspektiven in Dienstleistungsberufen. Unabhängig von der Distanz zu ihren Kunden können Spezialisten ihre professionellen Dienste und Kompetenz allen anbieten, die ihrer Konsultation bedürfen. Zunehmend gewöhnen sich die Menschen daran, Online-Formate für Kommunikation und Wissensvermittlung zu nutzen, aber auch um Hilfestellungen in Anspruch zu nehmen, unter anderem auch psychologischer Natur. Geografische Entfernung ist bei den zur Verfügung stehenden Online-Kommunikationsressourcen ein nur notdürftig ausreichendes Argument für die Ablehnung einer Klientenanfrage. In meiner beruflichen Praxis war die Nachfrage so stark und persistent, dass ich dem Druck nachgab und eine Aufstellung im Online-Setting riskierte. Unerwarteterweise mit Erfolg.

Der Impuls zur Online-Aufstellung. Erfahrungsbericht

Meine erste Online-Aufstellung habe ich im September 2012 durchgeführt. Damals wandte sich L. aus Chanty-Mansijsk (autonomer Kreis der Chanten und Mansen in Sibirien) mit der Bitte an mich, ihr zu helfen. Das Thema ihrer Anfrage: Selbstrealisation, die Suche nach mir selbst und meiner Lebensaufgabe. Ich hatte bereits zuvor, seit 2009, Erfahrung damit gesammelt, am Telefon oder in Skype mit meinen Klienten zu arbeiten. Ich führe Seminare in unterschiedlichsten Städten und Ländern durch und gebe dabei immer Hausaufgaben auf, die ich anschließend auf große Entfernungen betreuen muss.

Manchmal habe ich mich sogar gewagt, kleine Aufstellungen distanziert durchzuführen. Allerdings kannte ich hierbei die Klienten schon von vorher.

Es gab zwei Gründe, aus denen sich L. eine externe Aufstellung wünschte. Zum einen gab es in einem 1000-km-Radius um ihren Wohnort nur einen Spezialisten für Systemaufstellungen, und dieser war eine 13-stündige Autofahrt entfernt. Außerdem hat sich L. über verschiedene Aufsteller und ihre Methoden erkundigt und war von meiner Arbeitsweise am meisten überzeugt. Sie schrieb mich an mit der Bitte, einen Weg zu finden, trotz der Distanz mit ihr zu arbeiten. Sie unterstrich, dass ihr mein spirituell orientierter Ansatz besonders naheging und wie sehr sie mir vertraute.

Von L.s Schreiben war ich so sehr berührt, dass ich ihr einfach nicht absagen konnte. Ich habe sie gewarnt, dass ich in so einem Format (es ging um eine vollständige Aufstellung online) zum ersten Mal arbeite. Ich war aber bereit, ein Risiko einzugehen. L. war begeistert, sich auf dieses Experiment einzulassen, und war sofort einverstanden. Ich glaube aber, dass es ihr nicht genau bewusst war, was das heißt.

Damals war ich in Moskau und hatte nur einen Laptop ohne Kamera. Ich habe einen Stellvertreter eingeladen, was sich als sehr hilfreich erwies, sowohl für mich als auch für die Klientin (zu zweit haben wir produktiver und genauer gearbeitet, außerdem hatte ich so auch weniger Angst). Wir haben ungefähr drei Stunden lang gearbeitet. Da wir nicht im gleichen Raum waren, mussten wir nicht nur Gefühle, sondern auch die Lage der Stellvertreter – sowohl der Menschen als auch materieller Objekte – im Raum wörtlich beschreiben. Zu meiner Überraschung war das Resultat nicht weniger bedeutend als bei einer klassischen Aufstellung. Das schrieb L. eine Woche später:

Immer weniger verspüre ich jetzt das Gefühl, mir sei etwas im Halse stecken geblieben. In meinem Kopf ist alles klar, als wäre es in Schubladen sortiert worden. Als wäre ich aus einem Tornado gestiegen, ich spüre so eine Erleichterung. Und ich habe den Glauben gewonnen, dass ich meine Ressourcen wiederfinde, erneut zu dem lebensfrohen Menschen werde, der ich einmal war.

Dieses erste Experiment verdeutlichte, dass Aufstellungen im Online-Setting möglich sein sollten, auch wenn das keine einfache Arbeitsweise ist. Meinen Beobachtungen nach war das Resultat dabei nicht geringer, teils sogar vielversprechender als in traditionellen Aufstellungen.

Ausgehend von diesem ersten Einblick entfalteteten und perfektionierten wir gemeinsam mit einer Kollegin den Prozess einer Aufstellung im Online-Setting. Das Ergebnis unserer Elaboration soll im Verlauf dieses Artikels kurz vorgestellt werden, indem zunächst eine kurze Beschreibung der Methode erfolgt. Anschließend werden wir ihre Besonderheiten näher beleuchten. Es wird gezeigt, dass das Aufstellungsfeld mit all seinen Eigenschaften und Wirkungsweisen nicht aufhört zu existieren, nur weil sich die Teilnehmer nicht physisch in einem Raum aufhalten. Bei einer Online-Aufstellung verlagert sich dieses Feld auf eine virtuelle Ebene. Jeder, der Zugang zum Geschehen in der Aufstellung hat und mit den anderen Teilnehmern in Kontakt ist, wird in der Lage sein, das wissende Feld an seinem Aufenthaltsort zu projizieren. Die Einheitlichkeit des Feldes ist aber dennoch gewährleistet. Denn um einander wahrzunehmen,

müssen Menschen nicht zwingend in einem Raum sein. Gefühle, Sinneseindrücke und Beobachtungen transferieren sich auch online, und zwar auf die gleiche Art und Weise wie in einer traditionellen Aufstellung.

Zur Illustration die Reflexion meiner Kollegin aus N., die zu einer Online-Aufstellung aus 7500 km Luftlinie zugeschaltet war:

Ich will hier von meinen Erfahrungen der Teilnahme an einem Webinar bei Natalia Spokoinyi berichten. Das liegt nun schon ein paar Jahre zurück. Ich war an der Thematik und dem Format eines Webinars interessiert und wollte dieses ausprobieren. Ich nahm an einer Aufstellung in Skype als aktiver Stellvertreter teil.

Der Ansatz war experimentell, weswegen ich – wie auch Natalia – von der Klarheit des entstehenden wissenden Aufstellungsfeldes überrascht war.

Auch wenn wir überall in der Welt verstreut waren, hat es sie nicht daran gehindert, erfolgreich zu arbeiten. Ich war auch zuvor davon überzeugt, dass Informationen aus der Herkunftsfamilie allen DNA-Trägern zugänglich sind und ihre universellen Formate der Informationsspeicherung haben.

Kommt man durch seinen Körper in Resonanz mit dem wissenden Feld der DNA, ist man in der Lage, mit jeder Person und den Ahnenstrukturen zu interagieren, sei es via Internet oder nicht.

Verlauf einer Online-Aufstellung

Prozessvorbereitung und Besonderheiten

Eine Online-Aufstellung ist ein Aufstellungssetting, bei dem sich der Therapeut, der Klient und alle Teilnehmer an ihren Computern befinden.

Alle Teilnehmer benutzen eine für Videokonferenzen geeignete Software (momentan ist es ooVoo), die allen ermöglicht, sich gegenseitig zu hören, zu sehen und den gesamten Prozess zu verfolgen.

Grundlegend setzt sich die Online-Aufstellung aus den gleichen Etappen zusammen, wie eine klassische Aufstellung. Die Prozessführung unterscheidet sich hingegen bedeutend.

Erste Nuancen sind bereits in der Interviewphase zu beachten, wenn sich das Anliegen formieren soll. Im traditionellen Aufstellungsformat wird bspw. empfohlen, den Klienten rechts vom Leiter zu setzen – da rechts gleichbedeutend mit „hierarchisch überlegen“ ist. Hiermit wird verdeutlicht, dass der Klient die wichtigste Person in der Aufstellung ist. Dieser ist selbst für sich und sein Leben verantwortlich, während der Therapeut nur den Prozess moderiert. Natürlich ist es in einem Online-Setting nicht möglich, jemanden rechts von sich zu setzen. Daher müssen andere Wege (verbaler und nonverbaler Natur) gefunden werden, um dem Klienten seine Bedeutsamkeit zu

verdeutlichen. Entscheidend ist hierfür die innere Einstellung des Aufstellers: Als nur ein Begleiter muss er Feingefühl zeigen, um den Erfolg zu sichern.

Weiterhin wird beim Abklären des Anliegens auch dem Augen- und Körperkontakt des Klienten mit dem Therapeuten Bedeutung zugemessen, denn dieser erleichtert den Zugang zu primären Gefühlen (die im Unterschied zu sekundären Gefühlen zu Handlungsbereitschaft führen). Arbeitet man online, muss das Fehlen dieser wertvollen Komponenten kompensiert werden. Der Klient muss dabei unterstützt werden, den Zustand der physischen Präsenz („das Hier und Jetzt“) aufrechtzuerhalten. Im IIS-Berlin entwickeln wir fortwährend darauf gerichtete Methoden und Techniken. Eine gute Wirkung zeigen bspw. Fragen wie „Ganz spontan – was siehst/fühlst/denkst du gerade?“ oder „Was ist das Erste, das dir in den Sinn kommt?“.

Interview

Die Aufstellung beginnt mit einem Interview, wobei der Aufsteller den Klienten ausfragt und auf diese Art und Weise das Anliegen klärt. Da die Effektivität der Aufstellung ein aktuelles, ins Leben gerichtetes, energiegeladenes Anliegen voraussetzt, ist Sorgfalt bei seiner Formulierung essenziell. Im Online-Setting ist seine Klarheit umso wichtiger, da sich der Prozess schwieriger gestaltet und der Ablauf zumindest doppelt so lang ist.

Aus meiner Erfahrung passt hier am besten die Formel „Was sollte ich tun, um ...“. Diese Formulierung bringt den Klienten unmittelbar dazu, die Verantwortung für sich selbst und sein Leben zu übernehmen.

Von Anfang an ist es ganz wichtig, dem Klienten beizubringen, dass die Arbeit darauf abzielt, die Ganzheitlichkeit seiner Persönlichkeit wiederherzustellen – Körper, Emotionen, Intellekt und Geist sollen zu einer Einheit werden. Das Höhere formt dabei das Niedere. Der Geist schafft eine Form für sich. In diesem Zusammenhang bildet der geistlich orientierte Ansatz den Eckpunkt unserer Arbeit am IIS-Berlin – die Seele lässt sich am besten mit den geistlich bezogenen Tools therapieren. Einer der einfachsten und effektivsten Ansätze in diesem Bereich ist „Das vierteilige Modell Körper–Emotionen–Intellekt–Geist“, entwickelt für die Arbeit mit schweren psychologischen Traumata. Mehr Informationen dazu gibt es unter http://iis-berlin.de/de/Artikel_Trauma.html.

Ist der Auftrag formuliert, schlägt der Aufstellungsleiter unterschiedliche Arbeitsvarianten vor und stellt die aktuelle Situation des Klienten auf. Dazu gibt es verschiedene Methoden: Entweder werden Familienmitglieder und ein freies Element (zum Beispiel das Geld, ein Symptom, ein zukünftiges Kind) oder aber Strukturelemente, zum Beispiel innere Anteile (beim Vier-Teile-Modell), aufgestellt.

Stellvertreter in Online-Aufstellungen

Unterstützung durch die Stellvertreter beim Formen des Anliegens und Besonderheiten ihrer Positionierung im Blickfeld des Klienten

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, Stellvertreter in die Aufstellung einzuführen. Folgende Personen/Objekte können in die Rolle eines Vertreters eintreten:

- der Klient selbst, sein Körper und seine Gefühle;
- der Aufsteller;
- andere Menschen;
- „sprechende“ Objekte im Raum: Spielsachen, Souvenirs, Skulpturen, Stühle und andere Möbelstücke; Taschen und Rucksäcke; Bücher, und anderes an bestimmten Stellen aufgeschlagen; Flaschen, Bilder und Postkarten; Elektrogeräte (besonders häufig wird aus irgendeinem Grund der Staubsauger in der Rolle des Aggressors genutzt) usw.

Informationen kann man außerdem aus unterschiedlichen externen Ereignissen bekommen, wie zum Beispiel wenn das Telefon läutet, etwas vor dem Fenster geschieht oder Tiere sich auf eine besondere Art und Weise verhalten.

In dem Moment, wo das Anliegen formuliert wird, kann man einen Stellvertreter für den Klienten selbst und 1–2er-Hauptelemente einführen, wie zum Beispiel: ein Symptom, ein freies Element, ein Element aus dem System des Klienten bzw. seiner inneren Anteile (falls mit dem Vier-Teile-Modell gearbeitet wird). Oftmals agiert der Klient als Stellvertreter für sich selbst (meistens macht er das sitzend), seltener für eines seiner Familienmitglieder.

Beim Aufstellen der Stellvertreter ist insbesondere zu beachten, dass diese für den Klienten gut sichtbar sein müssen. Aus diesem Grund schaffen wir im Raum des Systemaufstellers eine Nachbildung des Aufstellungsfeldes auf einer übersichtlichen einfarbigen Decke. Auf dieser Fläche wird das Geschehen der Aufstellung „dokumentiert“ in einer räumlichen Projektion. Von Vorteil ist, dass hier die Entfernungen zusammengeschrumpft und durch die Größe der Decke begrenzt sind, was die für das Online-Setting notwendige Übersichtlichkeit schafft. Stellvertreter werden zunächst zentriert auf der Decke platziert und suchen sich anschließend ihren Platz auf der Aufstellungsfläche. Sollten Stellvertreter voneinander Distanz suchen, kann es passieren, dass sie die Begrenzung überschreiten, teils sogar das Zimmer verlassen. Bei Bedarf kann man in diesem Fall Entfernungen um einige Dimensionen verkürzen, um sie ins Sichtfeld zurückzuholen. Dann muss der Aufsteller Distanzverhältnisse zwischen Stellvertretern zusätzlich explizit ansagen, um daran zu erinnern, dass in einem komprimierten Raum gearbeitet wird. Der Klient und sein Vertreter müssen zum Beispiel darauf hingewiesen werden, dass die Entfernung zwischen ihm und seiner Mutter nicht einen halben Meter beträgt, sondern zehnmal so groß ist.

So entstehen während einer Online-Aufstellung mehrere Minikopien des Aufstellungsfeldes, die sich territorial oft in verschiedenen Ecken der Welt befinden. Es ist davon auszugehen, dass die Duplikation zusätzliche Zeit und Anstrengung abverlangt, letz-

lich ist es aber für den Klienten und die Stellvertreter selbst oft von großem Mehrwert.

Ablauf der Online-Aufstellung und ihr Abschließen

Es empfiehlt sich bei einer Aufstellung im Online-Setting, in kleinen Schritten zu arbeiten, wobei man in einem intensiven Kontakt mit dem Klienten bleibt. Immer wieder sollte man nachfragen: „Was bedeutet das für dich?“, „Was fühlst du gerade?“ Hilfreich ist es auch, in regelmäßigen Abständen zusammenzufassen, welche Entwicklungen es bisher gab, und sich zu erkundigen, welche folgenden Schritte sich der Klient wünscht. Aktiv am Aufstellungsprozess mitzuwirken ist für den Klienten von großer Bedeutung. Der Aufstellungsleiter muss wiederum die Zeit im Blick haben und darauf achten, ob der Klient für das Geschehen noch aufnahmefähig ist.

Fehlt es an Stellvertretern, erinnert die Online-Aufstellung an das Format des Einzelsettings, allerdings ohne Bodenanker. Stattdessen werden Objekte aus dem Raum verwendet, in dem sich der Systemaufsteller befindet. Manchmal empfindet der Klient es als hilfreich, in seinem Raum eine Kopie des Aufstellungsfeldes zu schaffen. In diesem Fall kann er die Position verschiedener Stellvertreter einnehmen und die Eindrücke und Empfindungen vergleichen. Dem Aufsteller gibt das zusätzliche Informationen.

Lösungssätze, Verbeugungen, die Suche nach einer guten Lösung laufen nach dem gleichen Prinzip wie in einer traditionellen Aufstellung ab.

Schließlich kommt man zu der letzten Phase der Aufstellung, in der die wichtigsten Meilensteine und die erarbeitete Lösung besprochen werden. Bei Bedarf können die aufgefundenen Ressourcen und das neue, sich im Laufe der Aufstellung ergebende Bild erneut getestet werden. Die Ergebnisse der durchgemachten Arbeit und einzelne Aspekte müssen detailliert besprochen werden. Der Klient bringt die Vertreter (wenn das andere Menschen waren) aus ihren Rollen heraus und lässt andere Objekte ganz normal einordnen, sodass sie ihren ursprünglichen Sinn zurückgewinnen.

Nach der Aufstellung erteilt der Aufsteller Hausaufgaben, die im Falle einer Online-Aufstellung ein sehr wichtiges und obligatorisches Element darstellen. Es ist empfehlenswert, innerhalb von sieben bis 15 Tagen (abhängig von Länge und Komplexität der Aufstellungsarbeit) eine unterstützende Therapie mit dem Klienten durchzuführen. Ziel ist es, bei den Hausaufgaben zu unterstützen und die Aufstellungsergebnisse zu festigen. Grundsätzlich ist es sinnvoll, die Online-Aufstellung innerhalb eines Gesamtpaketes anzubieten, das Vor- und Nachbereitung (bspw. ein zweiwöchentliches Coaching) einschließt.

So fühlt sich der Klient abgesichert, und der Therapeut kann die Effekte seiner Arbeit sehen und eventuell korrigieren, nacharbeiten oder bestimmte Aspekte akzentuieren. Außerdem ergibt sich daraus eine gute Möglichkeit für den Therapeuten selbst, eine zusätzliche Erfahrung zu gewinnen, seine Stärken und Schwächen zu entdecken und damit eine solide Basis für seine Weiterentwicklung zu bilden.

Selbst die Klienten bemerken die transformierende Wirkung der Hausaufgaben nach einer Online-Aufstellung. Beispielsweise L. aus Moskau, die mit dem Anliegen, zwischen zwei Männern zu wählen, zu mir kam. Beide Verehrer hatten einen Heiratsantrag gemacht, und einer erwartete eine baldige Antwort. Die Aufstellung wurde online durchgeführt, wobei ein Stellvertreter physisch am gleichen Ort mit der Systemaufstellerin war und ein weiterer online dazukam. L. war ebenfalls online zugeschaltet. Die Prozedur der Aufstellung war genau wie oben beschrieben.

Die Resultate der Aufstellung ließen einige Zeit auf sich warten und setzten intensive Hausaufgaben voraus. L. beschreibt diese mit folgenden Worten:

„Ich war natürlich etwas skeptisch gegenüber dem Online-Format. Dabei war es tatsächlich sehr hilfreich für mich. Manchmal habe ich mich erschöpft gefühlt. Ich war wie in Stücke gerissen und dann wieder zusammengeklebt worden. Ich wollte mich in meinem emotionalen Zustand vor der Aufstellung wiederfinden. Ich habe gespürt, dass etwas an mir anders geworden ist, das war aber kein schönes Erlebnis, weil das, was dazugekommen ist, sich fremd anfühlte. Nachdem ich angefangen habe, die Hausaufgaben zu machen, habe ich eine große Erleichterung und einen rasanten energischen Aufschwung erlebt. Nach einer gewissen Zeit habe ich gemerkt, dass ich auf bestimmte alltägliche Situationen nun anders reagiere – als wäre ich ein neuer Mensch. Das hat mir sehr gefallen. Jedes Mal, wenn ich nun depressiv bin, bleibe ich ganz gelassen. Ich denke immer daran, dass diese schwere Phase schnell vorbei ist, und lasse mich nicht mehr von etwas für eine lange Zeit deprimieren. Früher war es ganz anders: Ich habe mich dauerhaft niedergeschlagen gefühlt. Mein Vater hat ebenfalls sein Verhältnis zu mir geändert, er ist aufmerksamer geworden ... In mir ist der Paradigmenwechsel schon eingetreten, und ich bin mir sicher, dass ich bald und richtig zwischen den Männern wählen kann.“

Besonderheiten der Arbeit in einer Online-Gruppe

Während Objekte auf der durch die Decke markierten Aufstellungsfläche als eine Art Platzhalter fungieren und die Positionierung im Raum dokumentieren, kommt das Wissen am besten durch das klassische Stellvertretertum. Hierfür kann man mehrere Stellvertreter einladen, die entweder mit dem Aufstellungsleiter/Klienten in einem Raum sind oder aber online zugeschaltet werden.

Die Praxis zeigte, dass trotz der Distanz zum Klienten Stellvertreter ihre Rollen ebenso intensiv erfahren wie bei herkömmlichen Aufstellungen. Der hauptsächliche Unterschied besteht darin, dass der Online-Vertreter nicht auf seiner Position im Feld steht, sondern vor seinem Rechner sitzt.

Manchmal macht es auch Sinn, ihn darum zu bitten, das Geschehen und Aufstellungsfeld im eigenen Raum zu duplizieren. So fühlen die Stellvertreter den Draht zu den wichtigen Figuren besser.

So entstehen während einer Online-Aufstellung mehrere Minikopien des Aufstellungsfeldes, die sich territorial oft in verschiedenen Ecken der Welt befinden. Es ist davon auszugehen, dass die Duplikation zusätzliche Zeit und Anstrengung abverlangt, letz-

lich ist es aber für den Klienten und die Stellvertreter selbst oft von großem Mehrwert. Innerhalb der insgesamt zweijährigen Aufstellungspraxis in Online-Gruppen (circa 300 Aufstellungen) hat sich immer wieder bestätigt, dass es in Wahrheit nur ein einheitliches Aufstellungsfeld gibt. Das kommt vor allem in dem Phänomen zum Ausdruck, dass die Vertreter in verschiedenen Ecken der Welt auf den gleichen Plätzen (in den gleichen Rollen) auch das Gleiche fühlen.

Ich kann nicht umhin, hier wenigstens eine der zahlreichen Anekdoten als Illustration anzuführen. 2012 arbeitete ich in einer Online-Gruppe, stellte die vier inneren Teile auf – Körper, Emotionen, Intellekt und Geist. Die Stellvertreterin für den Körper (V.) befand sich dabei in einem Raum mit mir in Berlin, während die Stellvertreterin für die Emotionen (N.) online zugeschaltet war. In Berlin stellten wir ein Objekt als Platzhalter für die Emotionen auf – eine Tasche, gefüllt mit Abbildungen von Menschen in verschiedenen Stimmungslagen. Der Körper umklammerte die Emotionen von hinten, daher hielt V. die Tasche fest. Während wir uns auf den Stellvertreter des Geistes konzentrierten, war V. nicht mehr im Blickfeld der Kamera. Plötzlich meldete sich N. stellvertretend für die Emotionen zu Wort: „Ich habe das dringende Bedürfnis, zwei Schritte nach hinten zu rücken!“ Ich sah mich zu V. um und bemerkte, dass sie vom Platzhalter der Emotionen etwa zwei Schritte entfernt saß. Ich fragte den Körper, wo sich die Emotionen relativ zu ihm befinden sollten. V. antwortete, dass der Körper sich nah an den Emotionen wünscht. Zu vereinnahmt vom Geschehen rückte die Stellvertreterin weg und „vergaß“ für einen Moment, die Emotionen „mitzunehmen“. Stellvertreterin N. merkte das sofort, obwohl es ihr oder auch dem Klienten unmöglich war, V. und ihre Tasche zu sehen. Für mich war das ein weiteres Wunder der aufstellerischen Arbeit. Wichtige Informationen kommen im Online-Format genauso ganzheitlich wie in der traditionellen Aufstellung.

Grundsätzlich ist der Unterschied zwischen Offline- und Online-Vertretern deutlich zu spüren. Ein Vertreter im klassischen Sinne hat mehr Bewegungs- und Handlungsfreiheit, weil er das Aufstellungsfeld als Ganzes sieht. In einer Online-Aufstellung muss man sich aber an das Kameraformat und dessen Umfangsfeld anpassen, sodass der Klient den größten Teil des Feldes einschließlich aller Vertreter-Objekte im Blick hat. Wenn das Geschehene nicht auf den Bildschirm passt, muss dem Klienten alles deutlich erklärt und beschrieben werden, was den Fortschritt deutlich verlangsamt.

Eine besondere Hürde der Online-Arbeit ist, dass der Aufstellungsleiter, die wichtigsten Stellvertreter und möglichst auch der Klient in der Lage sein müssen, die ganze Arbeit (das gesamte Aufstellungsfeld) zu erblicken. Das sind aber in der Regel mehrere Bildschirmfenster auf einmal (manchmal steigt deren Anzahl auf bis zu sieben bis zehn Stück. Im Sinne der Übersichtlichkeit oder aus anderen Motiven (wünschen doch einige Klienten, ausschließlich mit ihnen vertrauten Personen zu arbeiten) kann es zweckmäßig sein, die Anzahl der Stellvertreter zu begrenzen. Diese müssen dann teils mehrere Rollen verkörpern und zwischen ihnen wechseln, was selbstverständlich nur sehr erfahrenen Vertretern gelingt. Diese können flexibel zwischen Rollen hin und her wechseln (wenn die Gruppenmitglieder nicht ausreichend sind), während Objekte ihre Platzhalter einnehmen. In Extremfällen zum Beispiel repräsentiert der linke Körperteil

eine Rolle, und der rechte eine andere. Dazu benötigt man aber ein Extratraining, das wir unseren Studierenden separat anbieten.

Auch die Moderation einer Online-Aufstellung hat ihre Nuancen. Im Laufe der Aufstellung können die Stellvertreter Feedback geben, wenn sie eine Reaktion auf bestimmte Worte des Klienten fühlen. Damit man sich aber nicht ins Wort fällt oder bestimmte Rollen unterdrückt, müssen Kommunikationsregeln aufgestellt werden. Es gibt zwei verbreitete Wege, dies umzusetzen – entweder heben die Stellvertreter die Hand, oder sie melden sich laut zu Wort. Dabei verfügt der Aufstellungsleiter über eine bestimmte Auswahl an nonverbalen Gesten, die alle verstehen, was deutlich zur Beschleunigung des Steuerungsprozesses beiträgt und es ermöglicht, Zeit und Energie zu sparen. Wenn mit Vertreter-Objekten gearbeitet wird, ist besonders darauf zu achten, dass sich besonders langsam im Raum bewegt wird. Das ist eine Voraussetzung dafür, dass der Klient das Geschehene besser verarbeiten kann und den roten Faden nicht verliert.

Ein Beispiel der Arbeit in einer Online-Gruppe

Als Beispiel soll hier die Aufstellung für E. aus den Vereinigten Staaten dienen. E. hat kurz vor der Aufstellung einen Inder geheiratet und ist mit ihren beiden Töchtern aus erster Ehe (18 und sechs Jahre alt) nach Amerika immigriert. Bald darauf wurde sie schwanger – zwölf Wochen zur Zeit der Aufstellung.

In diesem Fall gab es gleichzeitig drei Anliegen:

„Erstens – was kann ich tun, um meine Tochter aus der Depression zu holen. Sie hatte in elf Monaten kaum das Haus verlassen und sich für so gut wie gar nichts interessiert. Zweitens wollte ich wissen, was ich alles unternehmen muss, damit meine Energie beim sexuellen Kontakt mit meinem Mann nicht nachlässt. Letztens wollte ich meine irrationale Angst, unter der ich schon seit mehreren Jahren leide und die ich als nächtliche panische Attacken erlebte, bewältigen.“

Aus dem Erfahrungsbericht von E.

Es fiel der Klientin schwer zu entscheiden, welche Anfrage am wichtigsten ist. Wir haben schließlich mit der dritten angefangen – den Panikattacken. Doch bald wurde deutlich, dass alle Anliegen miteinander verbunden sind. Deshalb wurde integral gearbeitet, also mit allen drei gleichzeitig.¹ Fünf Stellvertreter waren online zugeschaltet und ein weiterer befand sich physisch im Zimmer der Aufstellerin.

1 Integrale Aufstellungen sind eine von der Autorin entwickelte Methode. In Familienaufstellungen nimmt man in der Regel ein Anliegen des Klienten an und folgt dann seiner Ahnenlinie der Mutter oder des Vaters bis zu einem konkreten Glied (bspw. Großmutter, Urgroßvater etc.). In einer integralen Aufstellung berücksichtigt man alle bewegenden Anliegen und es wird beiden Ahnenreihen gleichzeitig nachgegangen. Dabei sucht man nach einem gemeinsamen Nenner, auf den alle Anfragen zurückzuführen sind. Findet man diesen, so wird dem Klienten klar, was in seinem Leben verändert werden muss, um den Transformationsprozess zu starten und die Probleme zu lösen.

„Die Aufstellung begann mit der Diagnose der Ganzheit meiner Persönlichkeit mithilfe von Natalias Vier-Teile-Modell, das für mich neu war. Wir schauten uns meine Emotionen, den Körper, den Intellekt und den Geist an, wobei jedes dieser Elemente von einem Online-Stellvertreter repräsentiert wurde. Der Geist war sogar zwiegespalten. Einer seiner ‚Köpfe‘ schaute zum Leben, einer zum Tod. Jedoch hatten beide keinerlei Energie.

Durch die Fragen von der Aufstellerin habe ich verstanden, warum mich der lahme, abweisende Zustand meiner Tochter gestört hat. Es hat mich darauf aufmerksam gemacht, dass ich ebenfalls kein richtiges Leben lebe. Vor mir stand nun das Ziel, besser nachvollziehen zu können, wofür meine ganze Lebensenergie aufgebraucht wird und was mein Ehemann damit zu tun hat.“

Aus dem Erfahrungsbericht von E.

Nach dem Einstieg in die strukturelle Aufstellung gelang es, in das Ahnensystem einzusteigen.

„Erst nach der Realisation, dass ich nicht wirklich ‚lebe‘, drangen wir im System zu meiner Großmutter vor. Es hat sich ergeben, dass viel Gewalt physischer und sexueller Art von Männern meiner Familie gegenüber Mädchen und Frauen ausgeübt wurde. Diese lähmende Angst, die ich gespürt habe, ist wahrscheinlich aufgrund dieser Geschichten entstanden. Es kann aber auch sein, dass deren Ursprung noch tiefer in der Geschichte zu finden ist. Am Ende hat Natalia noch mal die Ganzheit meiner Persönlichkeit getestet. Nun war der Geist nur aufs Leben orientiert und mit Energie aufgefüllt, allerdings nur von einer Seite.“

Aus dem Erfahrungsbericht von E.

Im Prozess der Aufstellung bemerkte E., dass sie Männer nicht respektiert. Dasselbe sagte auch die Stellvertreterin der Frauen. Die Gründe dafür stellten sich später heraus, als an schweren Dynamiken in E.s System gearbeitet wurde.

Während der letzten Etappe der Aufstellung rückte der spürbare Energieverlust bei jeder Nähe mit dem Ehemann ins Zentrum der Aufmerksamkeit. Dieses „Symptom“ präsentierte sich in direktem Zusammenhang mit regelmäßigen Kopfschmerzen. E. hat diesen Fakt erstaunlicherweise sofort akzeptiert und sagte: *„Der Verstand kann uns täuschen, aber im Körper manifestieren sich immer die authentischen Signale.“* Ihre Aufstellung illustriert sehr gut die oben beschriebenen Zusammenhänge im Stellvertreten online, das trotz der Entfernung nicht weniger gut funktioniert wie bei physischer Anwesenheit.

„Insbesondere interessant war ein Moment, der belegt hat, dass das Arbeitsfeld keine Grenzen kennt und die Methodik auch übers Internet einzusetzen ist. Meine Stellvertreter waren aus verschiedenen Ecken der Welt, und wir haben uns zum ersten Mal gesehen. Mit meinem Mann waren sie sicher nicht bekannt. Jedoch hat der Stellvertreter meines Mannes diesen sehr genau beschrieben. Der Stellvertreter hat auch darauf hingewiesen, dass mein Mann irgendwas von einer großen Bedeutung für ihn in seinem Bauch trägt. Das waren Sitten und Bräuche, denen seine indischen Vorfahren

gefolgt sind. Im Alltag galten viele Sachen, die er eigentlich nicht brauchte, als Symbol für diese alten Traditionen. Aus diesem Grund fiel es meinem Mann so schwer, diesen Kram loszuwerden.“

Aus dem Erfahrungsbericht von E.

Die Klientin hat weiterhin sehr gestört, dass „das ganze Haus mit diesen alten unbrauchbaren Dingen überladen war“. Da sie an dieser Stelle der Aufstellung besonders verharrete, fragte die Aufstellungsleitern sie direkt: „Was ist für dich im Moment das Wichtigste? Worum geht es hier eigentlich? Wovor hast du Angst?“ Und hierauf ergab sich in der Aufstellung ein Durchbruch.

„Ich war auch sehr perplex, als Natalia mich gefragt hat, was mir in Wirklichkeit Angst macht. Aus irgendeinem Grund dachte ich dabei an Indien. Eigentlich war ich immer der Meinung, dass für mich eher das Gegenteil gilt. Ich habe viel über das Land gelesen, habe immer seine Vielfältigkeit und Unberechenbarkeit bewundert. Ich hatte nie Angst davor. Nun sah ich vor den Augen das folgende Bild: Eine Frau geht ins Feuer hinein und kommt mit ihrem Mann, der bereits verstorben ist, ums Leben. Mit diesem Ritual war ich vertraut. Witwenverbrennung – Sati – ist ein altes indisches Ritual, das unter indischen Adligen verbreitet war. Es war eine Ehre, mit dem verstorbenen Ehemann verbrannt zu werden. Ich bin der Meinung, dass die Frauen es selten aus eigenem Willen gemacht haben. Ich habe aber auch nicht verstanden, welchen Zusammenhang diese alte Geschichte mit mir hat. Es hat sich herausgestellt, dass vor vielen Jahren die Frauen aus meinem Familiensystem auf so eine Art und Weise ums Leben gekommen sind.

Es kann sein, dass es ein kleines Mädchen gab, das gesehen hat, wie ihre Mutter gestorben war, oder wusste, dass auch ihr so was zustoßen kann. Wahrscheinlich bin ich der direkte Nachkomme dieses kleinen Mädchens, auf dem dieses genetische Gedächtnis über damalige grausame Geschehnisse lastet. Aus Loyalität zu diesen Frauen erlaube ich es mir nicht, glücklich zu sein, und auf eine indirekte Weise sterbe ich symbolisch mit den Männern in meinem Leben mit. Deswegen bin ich so misstrauisch gegenüber den Männern und verschließe mich vor ihnen, wenn ich mich eigentlich öffnen sollte. Das war der wahre Grund meiner Angst, die mich so gehemmt und nicht erlaubt hat, mein Leben in vollen Zügen zu genießen.

(Als Beweis dafür, dass wir die wahre Ursache gefunden haben, galten meine Notizen, die ich vor der Aufstellung gemacht habe. In den Momenten, wo ich die Angst erlebt habe, habe ich die Methodik des automatischen Schreibens eingesetzt. Ich habe alles aufgeschrieben, was mir eingefallen ist: Ich bin eine junge Frau, die Angst davor hat, als Opfer der physischen Gewalt zu fallen, gefoltert zu werden und eines langsamen und grässlichen Todes zu sterben.)

Der letzte Schritt war die Diagnose meines Geistes. Nun waren beide Seiten davon von der Energie getankt und ins Leben gerichtet. Anschließend stand vor mir die Aufgabe, alles zu verinnerlichen, dem modernen Intellekt eine Chance zu geben, an das Offenbarte zu glauben, darauf hinzuarbeiten, die alte Geschichte zu akzeptieren und mich davon zu distanzieren.“

Aus dem Erfahrungsbericht von E.

Die Klientin wurde gewarnt, dass ihre jüngere Tochter eventuell auf die Aufstellung heftig reagieren könnte. Am nächsten Tag rief E. an, denn ihre Tochter hatte einen Rückfall von sekundärer Enuresis noctura. Drei Tage später hatte sich das gelegt, nachdem E. mit der Unterstützung der Systemaufstellerin ihre Hausaufgaben machte. Diese bestanden in intensiver Arbeit an der Integration der Aufstellungsergebnisse in das Alltagsleben sowie an der Todesangst und Annahme der Ressourcen ihrer Ahnenreihe.

So ergab es sich, dass wir in der integralen Aufstellung mit allen drei Anliegen gleichzeitig arbeiteten. Der Schlüssel war jedoch der Energieverlust, der wiederum eng mit der irrationalen Panik und Todesangst verbunden war. Die Resultate der Arbeit übertrafen die Erwartungen.

„Alles, was gefolgt ist, war noch interessanter. Da wir mit der gesamten Herkunftsfamilie gearbeitet haben, betrafen die Änderungen die gesamte Familie. Meine ältere Tochter ist nun munterer geworden, sie hat angefangen, früher aufzustehen (vor der Aufstellung hat sie tagsüber geschlafen und nachts war sie wach) und sich auf die Prüfungen vorzubereiten. Mein Mann konnte mehrere Nächte lang nicht schlafen. Er hat sich in dem Zimmer, aus dem viele seiner Sachen (diejenigen, die einen Bezug auf indische Rituale hatten) weggeräumt wurden, sehr unwohl gefühlt. Wir haben ebenfalls das Zimmer komplett renoviert. Nun war es so, als ob wir die Rollen getauscht haben. Ich hatte jeden Tag mehr Energie, dafür sah er müde und erschöpft aus. Im Bett habe ich nun Unterstützung von den Frauen aus meiner Herkunftsfamilie gesucht, sie hinter mir gespürt. Außerdem wusste ich jetzt, dass ich nicht vernichtet werde. Das hat mir geholfen, mich zu entspannen, anstatt Energie zu verlieren, diese aufzufüllen. Ich weiß, dass es dauern wird, bis das System sich umgestellt hat. Manchmal ist das eine Änderung, die nicht so leichtfällt. Aber das Wichtigste ist, dass ich nun ganz in Ruhe schlafen kann und meine Beziehungen mit meinem Mann vertrauensvoller geworden sind. Das ist schon ein großer Schritt zu einem harmonievollen Zusammenleben.“
Aus dem Erfahrungsbericht von E.

Der letzte Kontakt zwischen E. und der Autorin war etwa drei Monate nach der Aufstellung. Die Panikattacken hatten aufgehört. Die jüngere Tochter war gesund, und die ältere hat sich entschlossen, nach Russland zurückzukehren und mit ihrem Freund dort zu leben.

Aus dem geschilderten Beispiel kann man erkennen, dass man auch im Online-Format sehr tiefgründig und effektiv arbeiten kann. Online-Stellvertreter fühlen ihre Rollen sehr genau. Klienten sind tief in den Prozess involviert, stellen einen guten Kontakt mit dem Aufsteller und Stellvertretern her. Die Online-Aufstellungen selbst können ernste Transformationsprozesse anstoßen und zu positiven Veränderungen führen.

Unabdingbare Eigenschaften eines Online-Systemaufstellers

Im Vergleich zu klassischen Aufstellungsformaten muss der Online-Aufstellungsleiter

einige zusätzliche Fähigkeiten und Fertigkeiten besitzen. Ähnlich dem Einzelsetting oder bei einem Mangel an Stellvertretern sollte er in der Lage sein:

- mehrere Funktionen zu vereinen – als Leiter und Stellvertreter
- gleichzeitig eine Rolle zu verkörpern und das gesamte Aufstellungsfeld im Blick zu behalten
- schnell und flexibel von einer Rolle in eine andere umzuschalten

Äußerlich erinnert das stark an ein Puppentheater mit nur einem Darsteller. Dieser schauspielt alle Rollen, wechselt zwischen zwei oder mehr Puppen. So vertritt auch der Aufsteller nacheinander alle Rollen, mal den einen, dann den anderen Stellvertreter auf dem Aufstellungsfeld verkörpernd. Er hält das Objekt hoch und äußert die Empfindungen in dieser Rolle sowie seine Erläuterungen als Leiter. Dann stellt er den Platzhalter zurück und wechselt zur nächsten Rolle.

Offensichtlicherweise setzt eine solche Art der Arbeit eine hervorragende Intuition voraus, die Fähigkeit, sich augenblicklich zu erden und von einer spirituell-intuitiven auf eine intellektuelle, emotionale oder physische Ebene umzustellen. Zunächst scheint es, als wären nur sehr wenige „auserwählte“ Einzelne hierzu fähig. Aber dem ist nicht so. Unsere Erfahrungen am IIS belegen, dass man diese Fähigkeiten erlernen und weiterentwickeln kann. Die hierfür notwendigen Kurse werden am Institut angeboten. Wir bilden unsere Studenten in diesem Bereich aus und geben ihnen die Möglichkeit, sich in Praxisarbeit zu entfalten.

Es ist besonders wichtig für diese Arbeit zu verstehen, dass wir es hier mit spirituellen/geistigen Gesetzen zu tun haben. Nicht alles lässt sich mit dem Intellekt erschließen oder erlernen. Für die aufstellerische Arbeit online muss man den spirituell orientierten Ansatz der Psychotherapie verinnerlichen. Ein Online-Aufsteller kann nur erfolgreich arbeiten, wenn er genügend geistige Reife und Erfahrung besitzt, sich von den höchsten menschlichen Werten leiten lässt. Er muss in der Lage sein, dem Klienten neue Perspektiven und Dimensionen auf seine Probleme zu eröffnen, um das Verdeckte, das wirklich Wichtige zum Vorschein zu bringen. Sollte der Klient eine Veränderung wünschen (und nur falls er sich das wünscht), hat der Aufsteller die Aufgabe, ihn in die richtige Bahn dafür zu lenken, ihm den ersten Schritt aufzuzeigen.

Resümee

Zusammenfassend lässt sich bemerken, dass Aufstellungen im Online-Setting außerordentlich anspruchsvoll und aufwendig sind. Andererseits ist die Arbeitsweise auch extrem gefragt und daher sehr dankbar. Ihre Notwendigkeit ist unbestritten – insbesondere in Regionen, die von Aufstellern noch unerschlossen sind, sind Klienten darauf angewiesen. Sie verbindet Menschen aus allen Teilen der Welt, erweitert die normalerweise geografisch begrenzte Wahl der zur Verfügung stehenden Experten. Sie ermöglicht, in internationalen, über Kulturkreise hinausreichenden Gruppen zu arbeiten.

Ein weiterer Vorteil des Arbeitens online ist die Möglichkeit, auch den Dolmetscher extern zuzuschalten. Eine gute Übersetzung kann für die Qualität der Aufstellung entscheidend sein. Es ist keine einfache Aufgabe, einen Interpreten zu finden, der nicht nur exzellente Sprachkenntnisse hat, sondern auch aufstellungsspezifische Terminologie beherrscht und eine gute Intuition besitzt. Da solche Übersetzer sehr gefragt sind, lehnen sie mit Reisen verbundene Aufträge meist ab. Diese aus jedem Ort zuschalten zu können ist daher ein großer Gewinn.

Dieser Artikel stellt nicht nur die Nachfrage für Online-Aufstellungen fest, sondern argumentiert für ihre Existenzberechtigung parallel zu traditionellen Aufstellungsformaten. Fehlt es im Online-Format an einigen Attributen klassischer Aufstellungen, konnte dennoch gezeigt werden, dass die grundlegende Wirkungsweise dieselbe bleibt. Trotz räumlicher Distanz konstatiert sich ein Aufstellungsfeld und hat die gleichen Eigenschaften, als wären alle Teilnehmer im selben Raum. Der Mangel an Körper- und direktem Augenkontakt mit dem Klienten wird durch speziell entwickelte Techniken kompensiert. Das Online-Format ist neben dem Einzelsetting und Aufstellung in Imagination auch in Kombination mit einer Online-Gruppe möglich. Dabei kann jeder Stellvertreter, wie auch der Klient, eine Kopie des in Wahrheit einheitlichen Aufstellungsfeldes in den eigenen Raum projizieren. Stellvertreter an unterschiedlichen Punkten der Erde erleben in denselben Rollen die gleichen Empfindungen, und das Phänomen der „repräsentativen Wahrnehmung“ bleibt intakt.

In meiner zweijährigen Praxis mit Online-Aufstellungen hat sich ihre Effektivität bestätigt, teils die Ergebnisse von traditionelleren Formaten sogar übertreffend. Es gibt noch keine wissenschaftliche Fundierung dieses Phänomens. Ich glaube aber, dass dabei Folgendes eine große Rolle spielt: Da eine Online-Aufstellung langsamer verläuft, ermöglicht dies dem Klienten, das Geschehene besser zu verinnerlichen. Außerdem fokussiert der Aufstellungsleiter seine ganze Aufmerksamkeit hauptsächlich auf den Klienten und nicht auf die zahlreichen Vertreter, was einen besseren Kontakt des Aufstellers mit dem Klienten ermöglicht.

Da die Methode eine komplette Neuentwicklung ist, sollte der Leser hier mit den ersten Grundlagen und Erfahrungen vertraut gemacht werden. Für Feedback, Anmerkungen und Anregungen wäre die Autorin sehr dankbar. Derzeit wendet die Autorin die Methode erfolgreich für Online-Aufstellungen auch in komplizierten Fällen an. Darunter fallen unter anderem schwere Traumata, aber auch integrale Aufstellungen, bei denen der Klient mehrere besonders drängende Anliegen gleichzeitig hat und für diese ein „gemeinsamer Nenner“ gesucht wird.

Ich hänge hier einen Erfahrungsbericht an, um die geschriebenen Worte zu bestärken. Diese und weitere Feedback-Berichte meiner Klienten finden Sie unter:

<http://constellations-berlin.com/de/menu/reports>

http://iis-berlin.de/de/feedback/clients_opinions.html

V. aus Chanty-Mansijsk, 18.10.2012

„Auf die Idee, Kontakt mit Natalia aufzunehmen, kam ich nicht selbst. Eine Kollegin von mir hat es mir empfohlen. Ich wollte sehr ein Kind bekommen, deshalb habe ich mich für eine Aufstellung entschieden.

Die Aufstellung haben wir per Skype durchgeführt! Ehrlich gesagt habe ich mir große Sorgen darüber gemacht und hatte Zweifel, dass es überhaupt klappt. Aber alle meine Besorgnisse waren umsonst. Alles ist sehr gut gelaufen. Ich hatte die ganze Zeit das Gefühl, dass Natalia neben mir ist. Das ist ein Wunder, dass ich trotz der Entfernung die Gelegenheit hatte, mit ihr ins Gespräch zu kommen.

Nach der Aufstellung fühle ich mich wie in einem gemütlichen Zuhause – sicher und umgeben von einer friedlichen und ruhigen Atmosphäre. Mein Selbstbewusstsein ist gestiegen. Meine Selbstreflexion ist auch effizienter geworden. Ich habe angefangen, klarer zu denken und meine Nächsten, so wie sie sind, wahrzunehmen, ohne dabei Vorwürfe zu machen und sonst irgendwelche negativen Gefühle zu empfinden. Ich mache sehr fleißig alle Hausaufgaben, die mir Natascha gegeben hat. Wenn schon, denn schon! Ich mache sie zweimal pro Tag. Gestern Abend, als ich sie gemacht habe, habe ich an meine Verwandten gedacht und habe mir die drei Personen sofort vorgestellt. Sie waren zusammen, wie auf einem Familienfoto. Sie lächelten mir zu, und ihre positive Stimmung war von ihren Augen abzulesen: Man hat diese kleine Falten in den Augenwinkeln gesehen. Sie sahen sehr jung aus, aber ihr Blick hat viel Reife und Erfahrung ausgestrahlt. Mit so einem Blick voller Weisheit, Liebe und Ruhe sehen die Großeltern ihre Kinder und Enkelkinder an.

Meine geänderte Attitüde hatte auch eine Auswirkung auf meinen Arbeitsalltag. Ich habe bemerkt, dass ich kein Gefühl mehr habe, dass meine Chefin mir ständig auf die Nerven geht. Das hat mich sehr gewundert. Normalerweise kann ich mich kaum mit ihr zusammen in einem Raum aufhalten, da geht es immer ganz schlecht. Und hier so was ...? Nun nehme ich die Situation wahr, wie sie ist. Ich glaube jetzt auch mehr an meine eigenen Kräfte. Es war mir sehr wichtig, mir selbst einen Nachlass zu geben und mich so zu lieben, wie ich bin, ohne dabei meine Fähigkeiten zu bezweifeln. Meiner Meinung nach entfaltet sich der Nutzen der Aufstellung mit der Zeit. Ich bin Natascha sehr dankbar, dass sie sich so sehr für ihre unschätzbare Arbeit einsetzt!“

Anmerkung: Im November 2013 hat V. eine hübsche, gesunde Tochter zur Welt gebracht.



Natalia Spokoinyi
constellations-berlin.com