



Barbara Schmidt

Supervision und
Psychosoziale Beratung

CH-9402 Mörschwil-St.Gallen
Gallusbergstr. 4c | Tel +41 71 220 81 41
b.schmidt@beratungen-gallusberg.ch
www.beratungen-gallusberg.ch

Systemische Strukturaufstellungen – Dokumentation

Abschlussarbeit für die
Ausbildung zur systemischen Beraterin (mit Schwerpunkt
Systemische Strukturaufstellungsarbeit)

am
SySt®-Institut GbR
Institut für systemische Ausbildung, Fortbildung und Forschung in
München

bei
Dipl. Psych. Insa Sparrer und Prof. Dr. Matthias Varga von Kibéd

Mörschwil im März 2007

EINLEITENDE WORTE	4
<hr/>	
WIE ES DAZU KAM ...	4
DIE AUFSTELLUNGSARBEIT IN MEINER PRAXIS	4
HINWEISE ZUR VORLIEGENDEN ARBEIT	5
AUFSTELLUNG DES AUSGEBLENDETEN THEMAS	7
<hr/>	
VORGESCHICHTE	7
DIE AUFSTELLUNG	7
VORGESPRÄCH	7
AUFSTELLUNG MIT DEN OFFIZIELLEN THEMEN RAUCHEN UND LIEBSEIN UND DEM THEMA HINTER DEM THEMA	10
ERSTES NACHGESPRÄCH NACH VIER WOCHEN	23
ZWEITES NACHGESPRÄCH NACH 5 MONATEN	24
FAMILIENAUFSTELLUNG	27
<hr/>	
VORGESCHICHTE	27
DIE AUFSTELLUNG	27
VORGESPRÄCH	27
PARTIELLE FAMILIENAUFSTELLUNG	28
ERSTES NACHGESPRÄCH NACH 5 WOCHEN	38
ZWEITES NACHGESPRÄCH NACH 5 MONATEN	39
LÖSUNGSUFSTELLUNG	41
<hr/>	
VORGESCHICHTE	41
DIE AUFSTELLUNG	41
VORGESPRÄCH - 10 TAGE VOR DER AUFSTELLUNG	41
.... 10 TAGE SPÄTER	49
LÖSUNGSUFSTELLUNG	49
ERSTES NACHGESPRÄCH NACH 4 WOCHEN	66
ZWEITES NACHGESPRÄCH NACH 13 MONATEN	69
GLAUBENSATZUFSTELLUNG	71
<hr/>	
VORGESCHICHTE	71
DIE AUFSTELLUNG	71
VORGESPRÄCH	71
GLAUBENSATZUFSTELLUNG MIT DEN POLEN DER GLAUBENSPOLARITÄTENAUFSSTELLUNG (PARTIELLE GPL)	72
ERSTES NACHGESPRÄCH NACH 4 WOCHEN	82
ZWEITES NACHGESPRÄCH NACH 7 MONATEN	82
KÖRPERINTERNE AUFSTELLUNG	84
<hr/>	
VORGESCHICHTE	84
DIE AUFSTELLUNG	84
VORGESPRÄCH	84
KÖRPERINTERNE AUFSTELLUNG MIT PARTIELLER AUFSTELLUNG DES WUNDERS UND PARTIELLER FAMILIENAUFSTELLUNG	90
ERSTES NACHGESPRÄCH NACH 2 MONATEN	97
ZWEITES NACHGESPRÄCH NACH 4 MONATEN	108

SCHLUSSWORT

110

... UND WO ICH ANGEKOMMEN BIN

110

Einleitende Worte

Wie es dazu kam ...

Ich erinnere mich sehr deutlich an mein erstes Seminar bei Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd im Winter 2002 in Neukirch a.d.Thur.

Ich arbeitete bereits zehn Jahre in eigener Praxis als Systemische Beraterin und Supervisorin im psychosozialen Arbeitsfeld. Nach meiner Grundausbildung als Lehrerin machte ich verschiedene beraterische Ausbildungen, die stark erfahrungsorientiert waren und meinem Lernstil sehr entsprachen.

Mir persönlich war immer wichtig, die Anliegen meiner KlientInnen unter dem Aspekt der inneren und/oder äusseren Beziehungsdynamik zu verstehen. Ich arbeitete wo möglich lösungsorientiert, arbeitete liebend gern mit analogen Verfahren, die ich vor allem aus meiner Systemischen Therapieausbildung durch Peter Ryser, Gisela Ullmann, Klaus Antons, aus dem Psychodrama durch Elisabeth Pfäfflin und Antony Williams, aus meiner Ausbildung in Systemischer Aufstellungsarbeit bei Guni Baxa und Christine Essen kannte. Ich hatte zudem ein wertvolles Gepäck mit Wissen und Erfahrung über Hypnotherapie, mit langjähriger eigener Therapieerfahrung bei Gestalt- und Bioenergetiktherapeuten und mit vertiefter Selbsterfahrung von rituell angelegten Naturerlebnissen mit spirituell ausgerichteten Gruppierungen. Dieser gesammelte Hintergrund fand in diesem ersten Seminar bei Insa und Matthias einen gemeinsamen Platz – und entsprechende Modelle und Worte.

Ich erlebte diese Tage wie eine Offenbarung: Da sprach jemand über all das, was ich ins Seminar mitgebracht hatte, auf eine Weise, so dass sich die verschiedenen Schätze in meinem Rucksack endlich wie ein Ganzes Zusammengehöriges anfühlten.

Neu waren für mich der wissenschaftliche Anspruch, die Erläuterungen und die Kontextbildung vom Erleben in der Aufstellungsarbeit zu den verschiedenen Theorien und Modellen, die mir bereits zum grossen Teil geläufig waren.

Durch meine eigene Geschichte fand ich bis anhin keinen geeigneten Zugang zur wissenschaftlich fundierten Lehre. Ich bildete mich dort aus und weiter, wo mein Lernen über das eigene Erleben voll zum Tragen kam, manchmal auf Kosten von fundierter theoretischer Auseinandersetzung. Insa und Matthias machten mich gluschtig auf mehr davon.

So war meine Entscheidung, mich auf die SySt-Ausbildung einzulassen, ein leichter Schritt.

Sehr berührt hat mich in diesem Zusammenhang die Entdeckung, dass mein Logo für meine Praxis eine hohe Identität mit dem Symbol der Glaubenspolaritätenaufstellung aufweist!

Die Aufstellungsarbeit in meiner Praxis

Mein erster Kontakt mit der Aufstellungsarbeit kam über eine Kundin zustande, die – selber Psychologin – mir in einer Sitzung erläuterte, dass sie ihr Anliegen mittels einer Aufstellung bearbeiten wolle (und nicht wie ich ihr vorschlug, über eine Arbeit mit Symbolen). Da ich noch kaum etwas über dieses Verfahren wusste, musste sie also ihr Anliegen selber aufstellen. Sie war darauf erpicht, dies in der reinen Form zu tun, wie sie es bei Hellinger gelernt hatte – und bearbeitete ihr Anliegen gleich selber.

Sie machte mich neugierig. Und es entstanden meine ersten Kontakte mit Guni Baxa und Christine Essen, bei denen ich eine erste Ausbildung absolvierte. Bald wagte ich es, die Aufstellungsarbeit in meiner Praxis anzubieten. Das Verfahren entsprach meiner Arbeitsweise sehr und mit meinem therapeutischen und supervisorischen Berufshintergrund fühlte ich mich sicher, auch wenn ich oft nicht genau benennen konnte, woran sich meine Interventionen orientierten. Ich orientierte mich mindestens im Nachhinein an den guten Ergebnissen für die KlientInnen und fühlte mich bestätigt, weiterzufahren.

Durch die Weiterbildung bei SySt bekam die Aufstellungsarbeit für mich den notwendigen Boden, auf dem ich nun seit fünf Jahren mit mehr und mehr Sicherheit und Selbstverständlichkeit arbeite.

Neben den Aufstellungen in der Einzelarbeit und den Supervisionen mit Gruppen, in denen ich Systemische Strukturaufstellungen spontan als Bearbeitungsmöglichkeit für spezifische Anliegen einsetze, biete ich zwei verschiedene Settings für die Aufstellungsarbeit mit Gruppen an:

In der Abendgruppe, die ca. 15 mal jährlich stattfindet, arbeite ich mit wechselnden TeilnehmerInnen, mit einigen davon schon über lange Zeit. Es sind meistens Leute, die beruflich mit Menschen im lehrenden oder beratenden Sinne arbeiten. Wir bearbeiten supervisorische und persönliche Anliegen, die dann an einem nächsten Abend eine Fortsetzung finden. Es sind jeweils 4 bis 9 TeilnehmerInnen anwesend.

In den Samstagsgruppen (ca. 10 mal jährlich) arbeite ich mit drei bis vier Personen an einem Anliegen. Diese betreffen Fragen, die die KlientInnen schon lange mit sich herumtragen, die sie auf verschiedene Weise zu beantworten suchten und die sich trotzdem nicht auflösten oder zu einer guten Lösung kamen.

Zu diesen Seminaren kommen wechselnd 6 bis 10 RepräsentantInnen, die für sich aus eigenen Aufstellungserlebnissen einen Gewinn aus dieser Arbeit erfahren haben oder die die Arbeit neu kennenlernen möchten.

Somit kann es sein, dass sich die Gruppe aus TeilnehmerInnen zusammensetzt von denen die einen viel, andere kaum oder gar keine Erfahrung mit Aufstellungsarbeit, mit Beratung in Gruppen oder grundsätzlich mit Selbsterfahrung und persönlicher Reflexion haben.

Dies bedeutet für mich immer wieder eine spezielle Herausforderung, bin ich doch im Übungskontext immer wieder in Gruppen, wo sich sehr interessierte und erfahrene Menschen zusammen finden.

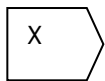
Im Verlauf der Jahre habe ich gelernt, die Menschen, die für sich eine Aufstellung wollen, mehr und mehr darauf hinzuweisen, dass eine Aufstellung eine grosse Wirkung haben kann und eine Verbesserung sich sofort oder im Laufe der näheren Zeit einstellen kann. Allerdings habe ich auch erfahren, dass sich oft Konzepte dieser Menschen in einer Weise verändern, dass sie die in den Aufstellungen gemachten Erfahrungen manchmal nicht fruchtbar nutzen können. Aus diesem Grunde biete ich nun immer und nachdrücklich eine Nachbesprechung an, insbesondere für Personen, die für sich keine Erfahrung in Persönlichkeitsentwicklung haben oder keine andere Ansprechperson für ihre Prozessbegleitung.

Hinweise zur vorliegenden Arbeit

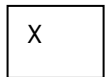
Symbole zur Darstellung der RepräsentantInnen in der vorliegenden Arbeit:



Focus



RepräsentantInnen



Gewählte RepräsentantInnen, die (noch) nicht aufgestellt sind.

In meinen Gruppen sind meistens bedeutend mehr Frauen als Männer anwesend und die Wahl von männlichen oder weiblichen RepräsentantInnen sowohl für Personen wie für Orte oder Symbole ist durch die anwesenden Personen vorgegeben.

Schweizerdeutsch

Die vorliegenden Gespräche wurden in Schweizerdeutsch geführt. Es ist mir ein Anliegen, den Charakter unserer Sprache beizubehalten, auch wenn es an manchen Stellen für Deutschdeutschsprachige holprig klingen mag. Es zeigt sich gerade auch bei der Aufstellungsarbeit, dass das Schweizerdeutsche wirklich eine eigene Sprache ist.

Namen

Die Namen der Fallgeberinnen sind geändert!

Methodische Erläuterungen und Überlegungen sowie Wahrnehmungen über Reaktionen bei den Fallgeberinnen und Repräsentantinnen sind kursiv geschrieben.

Aufstellung des ausgeblendeten Themas

Mit Marta

Vorgeschichte

Marta ist Südamerikanerin und lebt schon lange in der Schweiz. Sie ist geschieden, Mutter, Sozialarbeiterin. Sie kam über Kolleginnen zu meiner Aufstellungsarbeit. Sie kommt unregelmässig zu meinen Abendgruppen und hat bereits verschiedene Aufstellungen zu persönlichen Fragen gemacht. An diesem Abend geht es ums Thema Rauchen.

Die Aufstellung

Vorgespräch

Fallgeberin Marta = M
Aufstellungsleiterin = B

Ich erfrage in der Abendgruppe kurz die Themen und steige dann relativ zügig in die Aufstellungsarbeit ein. An diesem Abend standen 4 Repräsentantinnen zur Verfügung.

- M Ich möchte nicht mehr rauchen bzw. wenn schon rauchen, dann mit gutem Gefühl – entweder oder. Im Sinne von: Ich rauche nicht nicht, weil das verboten ist, sondern ich rauche nicht, weil ich nicht rauchen will.
- B Du hast wieder angefangen zu rauchen?
- M Ja - in den Ferien, vor ein paar Monaten in Südamerika.
- B Aha.....und wie lange hast du dazwischen nicht geraucht?
- M Vorher habe ich fünf Jahre lang nicht geraucht.
- B Wie viele Zigaretten rauchst du jetzt?
- M Es können zwei sein, es kann auch eine Packung sein.
- B Ah, manchmal gelingt es dir, zwei zu rauchen und manchmal lässt du dich hinreißen, ein Päckchen zu rauchen. Könnte man das so sagen?
- M Ja, aber mit dem gleichen Gefühl..
- B Nämlich
- M Einem sehr schlechten... Zuerst ist etwas verboten...Ich habe wie das Gefühl, dass ich etwas Schlechtes mache.....das verboten ist....das muss ich immer verstecken... ist gleich vor wem...
- B Ja...also - heißt das, wenn wir jetzt davon ausgehen, dass die Aufstellung ein gutes Ergebnis bringt möchtest du nicht mehr rauchen oder möchtest du rauchen mit einem guten Gefühl?
- M Entweder – oder.

- B Entweder – oder?
- M Ja, also... nicht mehr rauchen mit einem guten Gefühl... oder - ich muss das, was verboten ist, nicht mehr machen.
- B Alsoim Sinne von: Ich rauche nicht - nicht weil es verboten ist, sondern weil ich nicht will.
- M Genau.
- B Aha. Und wann hast du mit dem Rauchen begonnen?
- M Ähm...das ist sehr lange... ich habe sehr früh angefangen... mit 7 Jahren.
- B *Erstaunt:* mit 7?
- M Ja
- B Also immer wieder. .von dort an...von sieben an?
- M Ja - doch meine Mutter hat mich dann jeweils geschlagen.
- B Aha...und du hast weiter geraucht mit einem schlechten Gefühl?
- M Immer, ja. Ähm... es gab jeweils zwei Anlässe: ...entweder um mich selber zu bestrafen, wenn ich mich destruktiv fühlte.... oder wenn ich...ähm...gegen die anderen etwas machen will...also wenn mich die Freundin ärgert ...dann will ich noch heute rauchen...
- B Immer. - Und was war der Grund, dass du aufgehört hast?
- M Ähm...Schwangerschaft...Kinder...gesund leben...Ernährung...
- B Also du bist gesund geworden. Vernünftig.... Aha... - und was war der Anlass, dass du vor ein paar Monaten wieder angefangen hast? ...was ist gewesen...in Südamerika....dass du wieder angefangen hast zu rauchen?
- M Da war der Freund, den ich gehabt habe.... Der war ein Gegner vom Rauchen immer noch...
- B Und er ist nicht mehr dein Freund?
- M Nein...und das war der Anfang vom Abschluss der Freundschaft.
- B Aha...so könnte ich sagen, du fandest einen guten Grund, die Beziehung abzuschliessen?
- M Ja...
- B Du wolltest ihm nicht mehr gehorchen?
- M Ja ... Ich dachte oft, jetzt gehe ich zu mir heim...aber ich habe es nicht gesagt....
- B Aha...du hast ihm nicht gesagt, was du willst, sondern hast es für dich gedacht?
- M Ja – ich wollte ihn nicht mehr.... und dann will ich mir schaden.
- Baha...das ist interessant, oder...? Kennst du das sonst aus deinem Leben, dass Neinsagen gekoppelt ist mit dir selber zu schaden?und zu dir selber stehen heißt...ähm....das gelingt dir nur, wenn du gleichzeitig etwas machst, das dir nicht gut tut?
- M Sehr gut, ja.

B Und wenn wir jetzt einfach mal beim Rauchen als Metapher, als Symbol bleiben...weil ich höre, das ist auch ein Symbol für etwas....nämlich: Ich sage „nein“ und füge mir einen Schaden zu..... also bestrafe ich mich grade noch selber...

M Mmm...genau....und dann geht es weiter... ich denke jeden Morgen, du bist so blöd...warum hast du wieder geraucht?

B Aha...gut. Ich mache dir einen Vorschlag: Dass wir nicht mit dem Rauchen eine Aufstellung machen, sondern eine Glaubenssatz – Aufstellung, weil ich hier einen Glaubenssatz höre, der heißt: Wenn ich „Nein“ sage, habe ich eine Strafe verdient.Oder wie hiesse er für dich?

M Hm...wenn ich „Nein“ sage, bin ich nicht lieb.

B Aha...Und was hat das mit dem Rauchen zu tun?

M ...und wenn ich rauche, bin ich nicht lieb...

Hier deutet M klar auf eine Vermischung von Rauchen und Neinsagen. Ich hätte hier nachhaken können und Richtung Tetralemma das eine und das andere herauschälen können. Ich lasse mich jedoch von einem anderen Faden weiterführen:

B Ah so, das bringt mich auf einen anderen Gedanken...so ein bisschen in die Richtung... - willst du wirklich aufhören zu rauchen?

M Ja

B Willst du denn lieb sein?

M Ich will schon aufhören zu rauchen und ich will auch nicht lieb sein, weil ich etwas Unliebes nicht tue....lieber nicht....diese Kombination

B Aha...wie willst du lieb sein?

M Wann ich will.... und nicht, weil ich nur lieb bin für die anderen...

B Wie würdest du das in deiner Muttersprache sagen, das „lieb sein“?

Mweiss nicht.....auch so.

B Ah....lieb sein stimmt für dich.....ich bin mir nicht ganz sicher gewesen, ob der Begriff in deiner Sprache vielleicht noch eine andere Bedeutung hat..... Wer würde sich denn freuen, wenn du aufhören würdest zu rauchen?

M Ich selber.....ich fühle mich beim Rauchen schlecht und ich schimpfe dann mit mir... ich schimpfe immer mit mir

B Und wer würde sich sonst freuen?

M Mein Sohn.

B Und wer noch?

M Der Freund... doch dem würde ich dann gehorchen.... ja.... und anderen Leuten, die nicht so bedeutend für mich sind...und die sagen: Was du rauchst?...und ich: oohh ich sollte nicht rauchen.

B Hm.... meine Gedanken kreisen so ein bisschen in die Richtung, dass es ja an und für sich bei diesem Thema ums Rauchen geht, und es geht ums lieb sein oder folgsam sein ...und dass es da wie noch um

etwas anderes geht, das gekoppelt ist an das Thema...wobei ich noch nicht so richtig herausspüre, um was es da auch noch gehen könnte.

M Mmm

Es wäre wohl hilfreich gewesen, mich auf eine multiple Entscheidungsaufstellung mit den drei Alternativen Rauchen, Liebsein und Neinsagen. Gleichzeitig nehme ich wahr, dass das Liebsein auch ein überlagerter Aspekt der Liebe aus der Glaubenspolaritätenaufstellung sein könnte. Ich entscheide mich, M eine Aufstellung des ausgeblendeten Themas vorzuschlagen, weil ich hinter diesem Thema noch etwas Weiteres höre, das für mich nicht fassbar wird.

B Was meinst du zum Vorschlag, eine Aufstellung zu machen mit den Aspekten des Rauchens und des Liebseins- und dem, wobei es dabei auch noch geht..... also dem Thema hinter dem Thema. Sollen wir das mal ausprobieren und schauen, was sich zeigt?

M Ja

B Wie heisst nach unserm Gespräch das offizielle Thema?

M Wenn ich nein sage, bin ich nicht lieb.

M äussert hier einen Glaubenssatz.

B Und was hat das mit dem Rauchen zu tun?

M Und wenn ich rauche, bin ich nicht lieb.

Ich bin fixiert auf eine AAT. Ich möchte die Aufstellung so einfach wie möglich halten mit den zur Verfügung stehenden Repräsentantinnen und den zeitlichen Ressourcen und habe innerlich den Eindruck, dass es so am besten gelingt:

B So schlage ich vor, dass wir zwei offizielle Themen – das Rauchen und das Liebsein aufstellen und dann das Thema hinter dem Thema und dass wir schauen, was dabei entsteht.

M Mhh.... ja.

Aufstellung mit den offiziellen Themen Rauchen und Liebsein und dem Thema hinter dem Thema

RepräsentantInnen:

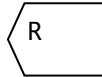
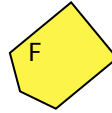
F = Focus

R = Rauchen

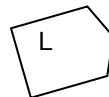
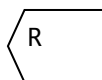
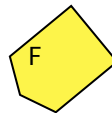
L = Lieb sein

AT = Thema hinter dem Thema

Ich lasse das Bild schichtweise aufbauen, um allenfalls zusätzliche Informationen zu generieren:



- B Focus, was nimmst du an Unterschieden wahr?
- F Ich fühle mich gut da, außer dass sofort so ein.... Prickeln angefangen hat...im Kopf.
- B Hat es einen Unterschied gemacht, als das Rauchen dazu gekommen ist?
- F Mmm...ich war irgendwie...zuerst gar nicht so aufmerksam...und...es kann mit dem Rauchen im Zusammenhang gewesen sein...
- B Zu R: Rauchen, was ist bei dir?
- R Ich bin sehr müde. Und irgendwie hat das gar nichts mit mir zu tun...es berührt mich überhaupt nichts. Ich bin wie für mich.
- B zu M: Stell bitte L dazu.



- B Und ihr F und R nehmt wahr, ob sich etwas verändert, wenn das Liebsein dazu kommt.
Zu F: Was macht es für einen Unterschied für dich, Focus?
- F Die Beine haben mir ... zuerst einmalweh getan ... und dann habe ich schon das Gefühl gehabt, das ist im Zusammenhang mit einem Gedanken vom Rauchen. Aber das Liebsein hat wohl getan.
- B Das Liebsein tut wohl...und die Beine tun dir immer noch weh?
- F Nur noch hinten....mehr spannen.... vorher haben sie einfach weh getan und jetzt ist es mehr Spannung.

B Hat sich für dich etwas geändert, Rauchen?

R Ja, seit das Liebsein gekommen ist, tut es innen drinnen weh. Ich weiß aber nicht genau, wo das Liebsein ist.

B Aha...jetzt reagiert das Rauchen...

Es scheint, als hätte das Rauchen wirklich nur eine Bedeutung im Kontext von Liebsein.

R Ich habe es da so im Nacken. Ich hätte aber gemeint, es wäre ganz nah... Ich habe gehört, dass es kommt, aber ich habe es ja nicht gesehen und ich habe auch nicht geschaut... Jetzt musste ich schauen, wo es ist.

B Zieht es dir im Nacken?

R Ja. - Dreht den Kopf, um L zu sehen.

B Und jetzt hast du geschaut...hat das was geändert?

R Seufzer: Ich bin einfach froh, dass es ein bisschen weiter weg ist.

B Aha... hat das Ziehen sich jetzt verkleinert?

R Ja, ein bisschen.

B ... und wenn du weißt, wo L ist, dann....verkleinert sich die Spannung.

R Ja

B zu L: Liebsein, was nimmst du für Unterschiede wahr?

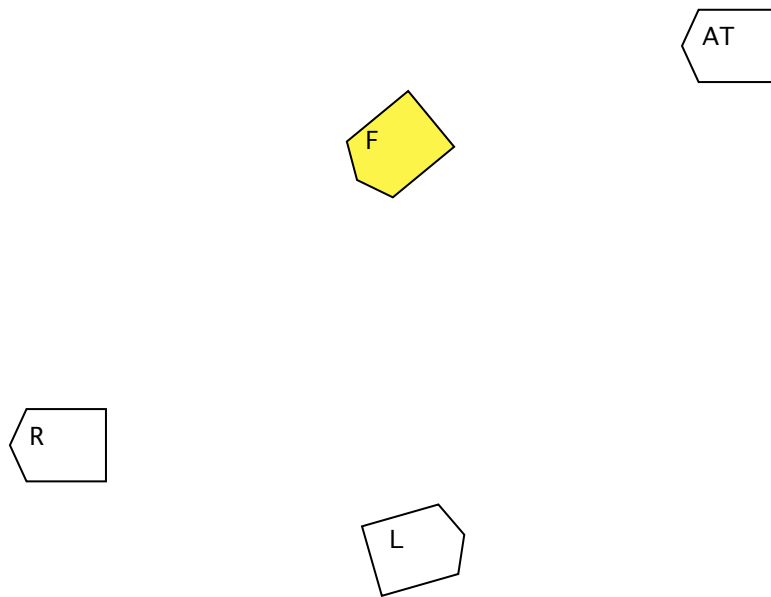
L Also erstens bin ich da ganz allein... und doch nicht ganz allein. Ich weiß zwar nicht, was hinter mir ist, aber es drückt mich weg und es ist kalt hinten. Also ich würde gerne einen Schritt nach vorne machen...hin zu dem da...in die Richtung

L weist in Richtung eines Holzengels, der im Raum am Boden steht und wo nachher AT von M davor gestellt wird. Ich registriere es als vielleicht bedeutungsvoll.

Ich warte noch, L und R sich drehen zu lassen, um sich anschauen zu können und lasse erst das Bild vervollständigen:

B Ich will vor einer Veränderung für L noch AT aufstellen....

Zu M: Stell AT dazu und wir schauen, was sich dann ändert.



B Und was ändert sich, wenn AT in den Raum kommt.

F Gewaltig! Das tut mir jetzt gar nicht gut da hinten...also, schon als es zu laufen gekommen ist, da habe ich gedacht...ohh... und das rechte Bein tut extrem weh...

B Was nimmst du wahr, R?

R Jetzt werde ich wieder sehr müde, so müde bin ich am Anfang gewesen, zwischen drinnen ist es ein bisschen besser gewesen...da wo das Liebsein, als man von dem geredet hat... aber jetzt werde ich wieder extrem müde. Ich habe fast ein bisschen Kopfweg....

B Was hat sich für dich geändert L?

L Das Gegenteil von vorher jetzt drückt es mich nach hinten und es ist hinten warm, jetzt würde ich gern näher (zu R) gehen.

B Gut... - Was ist bei dir, AT?

AT Also, ich stehe da so komisch auf den Fußgelenken und auf den Knien so... nicht so stark... ich stehe ganz komisch...so als müsste ich ein bisschen einsacken...und ich kann nicht gut hinaufschauen...ich kann mich schon zwingen, aber eigentlich kann ich nur da hin schauen, auf den Boden hinunter.

In Anbetracht der zeitlichen Eingrenzung für die Aufstellung ignoriere ich das, worauf AT schaut und versuche, rasch eine Verbesserung der Situation zu erwirken.

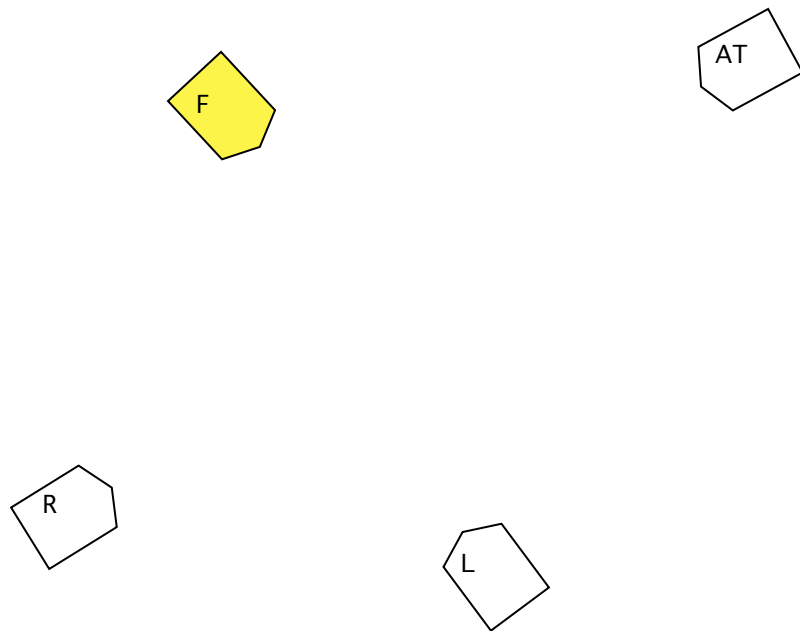
Ich nehme die Aussage von L auf, das sich vorher von R abgestossen fühlte und jetzt von AT und teste mit einem Platztausch:

B Hm...ich probiere etwas aus...

Zu F: Und zwar möchte ich dich ein bisschen auf die Seite nehmen....ist das gut so? So dass du sehen kannst, was da jetzt dann gerade stattfindet.

Zu R: Dich möchte ich gerne umdrehen. Und dann bitte ich dich, dich dem AT zuzuwenden....

Zu L: Und dich drehe ich auch so, dass du R sehen kannst.



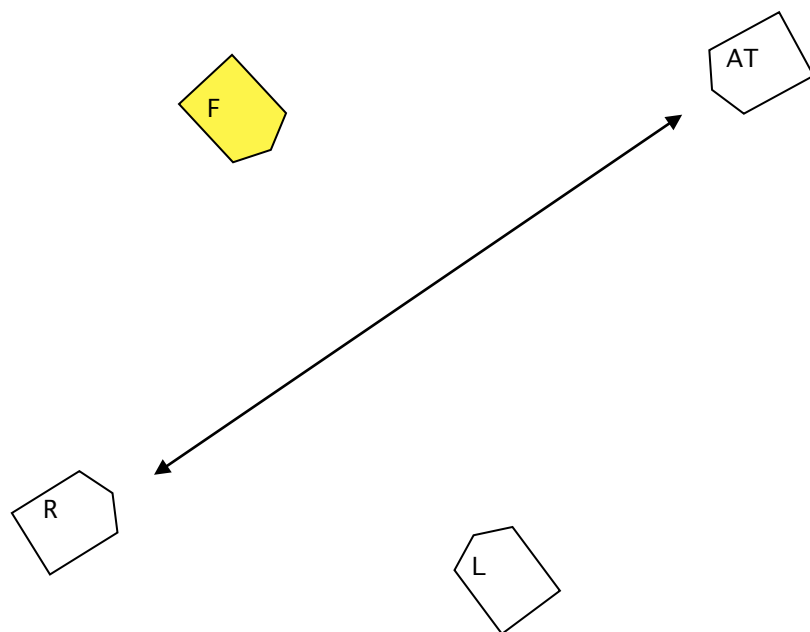
B Verändert sich etwas für dich L?

L Ja...also es wird leichterund... jetzt ist der Druck weniger

Eine andere Verbesserung ist bereits wahrnehmbar dadurch, dass R und AT sich überhaupt anschauen.

B: Ich bitte euch alle, einen kleinen Schritt zurückzugehen.

Zu R und AT: Und euch bitte ich, dass ihr den Platz wechselt... jetzt.



B Aha...das Rauchen fängt an zu husten und zu machen...

R Ja... also, das ist leichter hier auf dieser Seite.

ATatmet auf.

R Jetzt geht es mich etwas an....im Unterschied zu vorher...und vor allem die Spannung lässt nach.

AT Also ich merke, das es wie so eine.....Wand gibt da, links und rechts von mir... und ja, ich amüsiere mich über das rauchende (hustende) Rauchen....ich habe auch ein bisschen meine Freude daran....es wird mir ein bisschen nach Schabernack zumute.

B Zu M: Hast du das Gefühl, du bist im richtigen Film da?

M Ja, das ist passend.

R Doch vorher war es lustiger.
Zu AT: Also, ich habe dich als lustiger erlebt.

B ...jetzt wird es ernsthafter?

R Ja, ja ...wie du schaust...also....

B Ist das angenehmer oder unangenehmer...oder anders oder.....?

R Anders. Nicht unangenehm, nicht bedrohlich.....vielleicht auch hart....es ist nicht mehr nur lustig.

B: Aha...und du, AT?

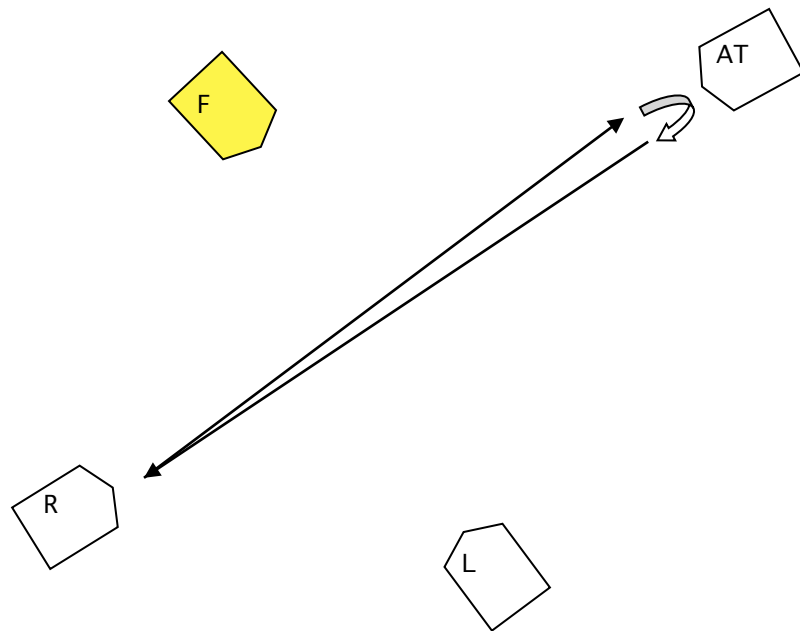
AT Ja, das ist so...es ist anders...ernster. Also jetzt habe ich dann gleich das Gefühl, jetzt geht es dann gleich mal um das worum es eigentlich geht...

B Gut, tauscht wieder den Platz.

Platzwechsel zurück.

B Zu R: Du bewegst dich auf AT zu, und zwar in einem langsamen Tempo, Schritt für Schritt und du atmest gut durch und bleibst gut im Augenkontakt mit deinem Gegenüber. Achte darauf, dass du gut durchatmest, einatmest und ausatmest.....
Und du F schaut gut hin.. Und auch du, L.

Kontextüberlagerungsauflösung: Ich führe R langsam auf AT zu, lasse R ein und ausatmen und noch vier Schritte und noch drei und noch zwei – Drehung R atmet tief durch.... geht zurück zu seinem Platz:



R Es ist nicht mehr so lustig. Also, vorher hätte ich gerade lachen können als ich geschaut habe...und jetzt nicht mehr.

AT Als R auf mich zukam, hätte ich es am liebsten gehalten, als wäre etwas Liebes in Erfüllung gegangen.... . Ich wusste schon, dass das gar nicht in Erfüllung gehen kann ...und jetzt ist das irgendwie nicht so schön...

B Zu F: Was hat sich bei dir verändert?

F Es ist etwas abgelaufen...lange hatte ich das Gefühlich kann das gar nicht in Worte fassen....und plötzlich ist ein Satz da gewesen: Rauchen hat mit Liebe nichts zu tun.

L Danke

B Doppelt nach: Das Liebsein sagt danke.

L Ja, das Liebsein sagt danke, dass du das sagst. Ich habe mich irrsinnig gut gefunden hinter der Wand. Ich habe gedacht, die machen da seltsame Dinge - was hat das überhaupt mit mir zu tun?

F Ich habe mich schon auch interessiert.... ich habe verfolgt und beobachtet...und es ist etwas abgelaufen...und plötzlich war es klar.....

B Dann schau mal zu AT, schau zu ihr und sag: Auch du bist du.

Ich erwähne in dieser Gruppe nur dann, wenn ich es als notwendig erachte, dass das Vorgesagte nur nachgesagt werden soll, wenn es sich als passend anfühlt. Die TN wissen dies bereits.

F Du bist auch du.

B Wie fühlt es sich an, das zu sagen?

F Es ist, als würde ich etwas zurückgeben ...

B Aha... - und dann schau mal R an und sag: Du bist das Rauchen.

F Du bist das Rauchen und ich brauche dich nicht.

B Du kannst auch sagen: Du bist das Rauchen - und du bist einfach das Rauchen.

F Du bist einfach das Rauchen.

B Wie fühlt sich das an für dich R?

R Ja... es ist wie es ist.

F man kann oder man kann auch nicht...

B Sag einfach: Ich kann oder ich kann auch nicht.

F Ich kann oder ich kann auch nicht.

B Zu AT: Aha... Spür nach, wie das ankommt bei dir.

AT Ja... irgendwie verändert sich etwas in meinem Bauch.... Es ist besser als vorher

B Gut - also

Zu F: Sag nochmals zu AT: Du bist du.

F Du bist du.

B Und Rauchen ist Rauchen.

F Rauchen ist rauchen.... und ich bin ich.

B: Ja, mit der Klarheit: Und ich bin ich.

M nickt vehement mit dem Kopf.

AT Ich habe das Gefühl, ich will auch etwas von ihr... - zeigt zu L: das wird dann unerträglich.

L Ich habe schon die ganze Zeit einen Satz.

B Ja, dann sag ihn.

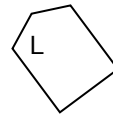
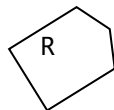
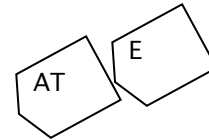
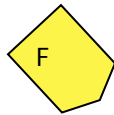
L Schon ewig sitze ich da, und deshalb bin ich das Liebsein und einfach da... Auf ihrem (AT's) Shirt steht: Everybody is someone's angel... und mein Satz heißt (zu AT): Sei dir selbst ein Engel... Ich weiß nicht, warum, ich werde den nicht los.

B Was passiert bei dir AT?

AT Es ist als hätte ich einen Namen bekommen, den ich nicht wert bin so fühlt es sich an...

Ich halte meine Hand hinter AT -stellvertretend für den / die Engel, auf den L früher geschaut hat:

E = Engel



B Stell dir vor, dass alle Engel, die für die Menschen da sind, da hinter dir sind.... Was ändert sich bei dir?

AT Ich habe das Gefühl, das kann ich nicht annehmen.... das habe ich nicht verdient.... dass all diese Engel mich beschützen und doch geht eine Art Sehnsucht weg.

Hier benenne ich den Strukturebenenwechsel und bin dabei im Kontakt mit M. Sie gibt stumme Zustimmung. Ich lasse es bewenden nachzufragen, um wen es sich hier allenfalls handeln könnte.

X = früheres AT

B Ah... gut... Dann dreh dich einfach mal um zu diesen Engeln... wer immer du auch bist. - und schau sie an.... - und all jene, die auch noch da sind... - auch ohne menschliche Gestalt - Und dann kannst du dich umdrehen. Und schau, was sich ändert, wenn du deine Arme locker lässt. Und dann kannst du nochmals über deine Schulter einen Blick zurück werfen... zu diesen Engeln... sie sind immer noch da, ja, sie bleiben.... (Ich halte eine kataleptische Hand hinter die Engel, auf Augenhöhe von X (meine Hypothese ist, dass es sich bei X um jemanden handelt, der einen frühen Verlust erlitten hat)) - und schau noch einmal zu denen, die dahinter sichtbar sind... und vielleicht kannst du zu ihnen sagen: Auch ich habe meine Engel oder: Ich habe meine eigenen Engel.... oder das, wie es passt für dich.

X Auch ich habe Engel.

B Auch ich habe Engel. Verdoppelung.
Zu F: Was ändert sich für dich?

F Es ist weicher geworden. Ich habe vorher Wut gespürt. Jetzt ist da eher Mitleid...

Ich verstärke die starke Emotion, die bei F auftaucht:

B ... und bleib bei dem was jetzt gerade ist...

F ... und jetzt grad ist es.....ja...wohltuend, dass es Engel gibt für sie.

B Du kannst sagen: Du bist du mit den Engeln.

F Du bist du mit den Engeln.

B Wie fühlt sich das an, das zu sagen?

F Gut.

B Was ist bei dir jetzt, L?

L Für mich? Es hat sich jetzt sehr viel gelöst.... also, entspannter....huh...geschäft ...

Ich nehme L schon seit längerer Zeit als Ressource wahr – in Verbindung mit den Engeln:

B Geschäft, sagt der Engel....

F Die Liebe.

B Die Liebe

L Ja, ja.

Ich nenne ab jetzt **Lieb sein = Liebe**

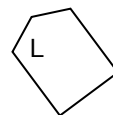
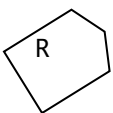
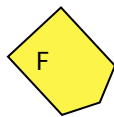
B Wie ist es beim Rauchen?

R Also bei mir ist der Druck fast weg.

B Wo ist im Moment ein guter Platz für dich B? Stimmt der Platz, den du hast?

R Ich möchte nach hinten zurück.

B Probier es einfach aus.



B Zu X: Was ändert sich für dich, wenn das Rauchen weggeht?

X Ah.... Das habe sie schon vergessen...

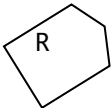
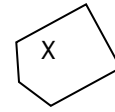
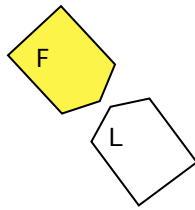
F Jetzt wo das Rauchen weg geht, tut mir das Bein wieder weh.

B: Aha

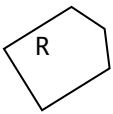
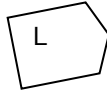
Zu L: Darf ich dich bitten.... bewege dich einfach auf den Focus zu.

Zu F:und die Liebe darf man auch umarmen, wenn sie zu einem kommt.

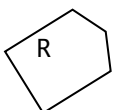
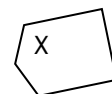
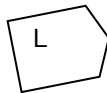
F und L umarmen sich.



- B Was passiert bei dir X?
- X Ich habe ja meine Engel, aber ich würde auch gerne dazu gehören. Aber ich habe ja meine Engel....
- B Ja, sag das nochmals: Ich habe meine Engel.
- X Ich habe meine Engel.
- B Ja, und du kannst vielleicht auch noch dazu sagen: Und ich fange gerade an, mich daran zu gewöhnen, dass sie bei mir sind.
- X Und ich fange gerade an, mich daran zu gewöhnen, dass sie bei mir sind.
- B Zu L: Ja...Was ist bei dir im Moment?
- L Die Liebe ist unendlich froh, dass X ihre Engel hat. Sonst würde es mir nicht gut gehen. Ich bin froh, dass du Engel hast!



- B Ja...vielleicht stimmt es, wenn du zu X sagst: Und über die Engel bin ich auch mit dir verbunden.
- L Dadurch gehöre ich auch zu dir.
- F Das bewegt mich gewaltig jetzt spüre ich meine Verbindung zu X.
- L Ich würde X gerne umarmen, weil ich das Gefühl habe, sie glaubt es mir gar nicht. Ich würde sie gerne spüren lassen.... - ich sehe, sie traut der Geschichte noch nicht richtig.
- B Zu M: Hast du für X einen Namen?
- M Mmm
- B Magst du es sagen? ... eine Person... sollen wir es stehen lassen...? M reagiert sehr unsicher und uneindeutig. Stell dich mal hinter deine Repräsentantin. Und steh gut dahinter und schau von dort aus.
- Und dann stell dich neben deine Repräsentantin – zwischen sie und die Liebe



M Mmm....

B Wie fühlt es sich an?

M Ja, es ist gut. Ein bisschen viel aufs Mal.... - es würden viele Tränen kommen..... aber... es ist gut. Ich bin froh, dass X mich anschaut... und dass die Liebe neben mir steht...

B Und vielleicht kannst du noch mal sagen: Auch wenn meine Liebe bei mir ist, habe ich viel Liebe für dich.

M Auch wenn ich meine Liebe bei mir habe, habe ich auch Liebe für dich. Ist sehr weich geworden.

B Zu F: Bist du zufrieden?

F Sehr - ja.

B Und die Liebe?

L Ich bin überhaupt schon ganz lange ganz glücklich.

X Wenn sie das sagen, spüre ich meine Engel besser.

B Und du Rauchen?

R Ich bin weit weg, ich gehöre nicht mehr dazu.

B Zu M: Schau nochmals hin zum Rauchen und sag einfach: Danke.

M Dreht sich um und sagt: Danke.

B Zu R: Rauchen, entrolle dich bitte. Ich brauche dich für etwas anderes..... entrolle dich gut... Dann bitte ich dich, als die vielen Engel hinter X zu stehen. Spür nach, wo ein guter Platz ist.... Lass dir Zeit zum Ankommen in deiner neuen Rolle.

Die Person steht hinter X an die Stelle des Holzengels.

B Zu X: Und du kannst nochmals einen Blick nach hinten werfen...und vielleicht magst du dich einmal umdrehen. Auch die unsichtbaren Engel kann man umarmen....man kann es mindestens einmal ausprobieren....

Die Engel nicken....

X fragt nochmals um Erlaubnis.

B Man kann es mindestens einmal ausprobieren!

Zu M: Das hat sie nie erfahren können, nicht wahr?

M Nein.

B Ist es eine Sie oder ein Er?

M Eine Sie und Er...

B Da könnte man vermutlich noch ganze Reihe dahinter stellen, nicht wahr....?

M Mmmm....

B Zu F: Focus, du kannst dich entrollen.

Zu M: Und schau sie gut an, deine Liebe.

M Mmm, ist gut...

L Mmm

B Das macht ganz verlegen, nicht...?

M Ja, das stimmt.

B Dann genieße es noch ein bisschen...

L So ein Riesenhaufen Liebe...

B Zu X: Und wie ist es für dich jetzt?

X Ich habe gemerkt, dass ich da jederzeit tanken kann (bei den Engeln) - tanken... und das ist wichtig für mich.

B Dann sag zu M: Du auf deine Weise und ich auf meine.

X Ja, das passt.

Zu M: Du auf deine Weise und ich auf meine.

B Ich auf meine Weise und du auf deine.

X Ich auf meine Art und du auf deine Art.

B Ah - so?

X Ja, es ist wichtig, dass sie es auf ihre Art macht und nicht auf meine.

M Ja, das ist gut für mich.

B Und für die Liebe?

L Wunderbar.

B Zu M: Nimm die Erfahrung gut in dein Herz auf - und ich wünsche dir eine gute Fortsetzung... und ich lasse mich überraschen, was ich dann von dir höre.

M Danke

Alle entrollen sich.

Erstes Nachgespräch nach vier Wochen

B Was hat sich seit der Aufstellung verändert?

M Ich habe aufgehört zu rauchen. (Strahlt übers ganze Gesicht.)

Ich verzichte für den Moment darauf, M weiter zu befragen, da das genannte gute Ergebnis eingetreten ist.

Zudem findet die Befragung in der Abendgruppe statt und M hat bereits neue Anliegen angemeldet: Sie möchte ihre toten Zwillinge aufstellen, um sich von ihnen zu verabschieden. Ich werte dies als Fortsetzung eines Prozesses, in dem es darum geht, aus der ihr zur Verfügung stehenden Liebe heraus das zu ordnen, was es zu ordnen gibt. Die Aufstellung fühlt sich entsprechend an.

Zweites Nachgespräch nach 5 Monaten

Das Gespräch findet im Büro von M statt. Es wurde von mir gewünscht. Vor dem eigentlichen Nachgespräch vereinbaren wir, was M aus diesem Gespräch mitnehmen will. Es soll einfach ein normales Beratungsgespräch werden, aus dem sich vielleicht ein weiteres Thema zur weiteren Bearbeitung entwickelt, von denen es in Martas Leben offenbar viele gibt. Der Zeitrahmen ist sehr begrenzt - eine halbe Stunde.

B Was hat sich seit der Aufstellung zum Thema Rauchen entwickelt und verbessert? Wofür war die Aufstellung hilfreich?

M Ich habe schnell aufgehört zu rauchen. – Manchmal habe ich wieder Lust und rauche ein wenig. Doch rauche ich nicht mehr, um mich zu bestrafen. Dann überlege ich und rauche dann nicht. Ich überlege mir, wofür ich mich denn bestrafen will und weiss, dass es keinen Grund dafür gibt.

B Du denkst also darüber nach? – hat sich noch mehr verändert?

M Denkt lange nach: Worüber ich mir noch nicht ganz im Klaren bin, ist, ob ich wegen mir rauche oder weil die andere Person das nicht will.

B Das war ja auch deine ursprüngliche Frage. – Gehen wir davon aus, du hättest eine Antwort auf diese Frage, was würde das für dich ändern?

M Es geht um meinen Willen. Ich wüsste dann: Will ich oder nicht und es würde mich nicht beschäftigen, ob ich es wegen der andern tue oder nicht. Ich würde meine Entscheidung nicht abgeben.

B Und da gibt es offenbar noch immer einen Zweifel.

M Ja, wobei ich da an eine ganz bestimmte Person denke. Ich bin wieder mit dem Freund zusammen, wegen dem ich wieder zu Rauchen begann. Es ist keine ideale Situation. Er ist nicht ganz frei. Doch was ich mit ihm erlebe, stimmt für mich sehr. Als Mann stimmt er sehr für mich.

B Da gibt es also auch ein Dilemma. Du bist gerne mit ihm zusammen und doch ist er nicht ganz frei. Du willst ihn und du willst seine Umstände nicht? - Gehen wir doch davon aus, dass die Frage des Rauchens – rauche ich für oder gegen oder... – diese Frage würde nicht mehr existieren. Es würde dir gelingen, einfach gar nicht zu rauchen. Was würde das in deinem Leben verändern.

M Ich wäre selbständiger in meinen Entscheidungen. Ich würde die Verantwortung für mich selber tragen.

B Und was wäre anders in der Beziehung mit deinem Freund?

M Ich würde vielleicht nicht zulassen, dass er sich erlaubt, was er sich erlaubt – mit andern Frauen zusammen zu sein und selber zu rauchen und mir zu sagen, dass ich es nicht nötig hätte. Dann fühle ich mich von ihm kontrolliert.

B Und angenommen, das Thema Rauchen wäre für dich kein Thema mehr: wie würdest du dich dann verhalten?

- M Ich hätte keine Angst mehr, ihn zu verlieren oder vor seinen Bestrafungen. Er bestraft mich nachdem ich geraucht habe, indem er mich nicht küsst. Und das wäre mir dann egal.
- B Aha – das tönt, als ginge es da viel mehr darum, dass du dich auf seine Zuwendung angewiesen fühlst? Nehme ich das richtig wahr?
- M *Atmet tief durch:* Ja, das ist eigentlich mein altes Thema.
- B Erinnerst du dich an die Aufstellung und an das, worum es bei dem Thema Rauchen für dich an sich ging?
- M Irgendwie ist mir das weit weg gegangen. Ich erinnere mich eben nicht.
- B Wir haben das Thema, um das es beim Rauchen und Liebsein eigentlich ging, aufgestellt. Kannst du dich erinnern, was daraus entstanden ist?
- M Ja, das Schlussbild. – Es ging um Schutz, dass ich mich beschützt fühlte. M hat die Liebe in ihrer eigenen Erinnerung als Schutz gespeichert, eine andere Art von Liebe oder von Vertrauen.
- B Und erinnerst du dich, wo dieser Schutz im Schlussbild stand?
- M Ja, der Engel an meiner Seite. Wird sehr nachdenklich und nach innen gerichtet.
- B Wo spürst du diesen Schutz jetzt?
- Lange Pause
- M Ich kann es nicht sagen.
- B Eine Auswirkung hatte die Aufstellung: Du hast aufgehört zu rauchen und rauchst nur noch, wenn du Lust hast. – Doch erlebe ich, dass du dich von der Zuwendung deines Freundes abhängig fühlst und dass du deine Eigenständigkeit verlierst. Und wir reden übers Rauchen und eigentlich geht es um dieses andere.
- M Mh
Ich erinnere M mittels kataleptischen Händen ans Schlussbild der Aufstellung und lasse sie dieses Bild nochmals nachspüren.
- B Spür nach, wie es sich anfühlt, deinen Schutz neben dir zu spüren. Und spüre nach, wie du dich in Momenten, in denen du dich von deinem Freund kontrolliert fühlst, ihm gegenüber verhältst?
- M Ich kann es viel klarer bei ihm lassen.
- B Und wie gehst du damit um, dass er tut, was dir nicht angenehm ist?
- M Ja, das ist ja eigentlich mein Problem, dass ich das mitmache. Lacht.
- B Und wie gehst du damit um, wenn du dich an den Schutz an deiner Seite erinnerst?
- M Dann kann ich es besser stehen lassen und fühle mich neutraler damit. Und ich kann dann wirklich für mich entscheiden.
- B Also ist diese Erinnerung an deinen Schutz an deiner Seite hilfreich für dich und deine Eigenständigkeit?
- M Ja, und ich erinnere mich jetzt, dass ich bereits manchmal einfach tue, was ich will, ob es für ihn passt oder nicht.
- B Und wie reagiert er darauf?

M Eigentlich gut. Er sagt dann, er liebe mich trotzdem.

B Wenn ich dich in zwei Monaten wieder fragen würde, was sich verbessert hat, was würdest du mir antworten?

M Ich rauche einfach, wenn ich mal Lust habe.

B Und was wäre dann besser in deinem Verhalten deinem Freund gegenüber?

M Ich würde ihm mehr trauen

B Ich möchte dir eine Aufgabe mitgeben: dass du ein Symbol für deinen Schutz an deiner Seite bestimmst und ihm einen Platz in deiner Wohnung gibst. Und das du ab und zu und immer öfter mit deinem Schutz oder deinem Engel, wie du ihn auch genannt hast, redest, wenn du dich kontrolliert fühlst oder wenn du nicht mehr weißt, warum du was tust oder nicht tust.....

M Ich habe meine Engel schon – meine zwei Kinder.

M erzählt mir die Geschichte, wie sie zu diesen Engeln kam – die sie im Dorf, wo ich arbeite und die Aufstellungen stattfinden, gefunden hat. Die Kinder sind hier in der Nähe totgeboren und M lebt mittlerweile an einem andern Ort in der Schweiz. Sie schauen auf mich herunter in der Nacht von meinem Schrank in meinem Schlafzimmer. –

M Sehr berührt: Jetzt sind sie wieder zuhause – auch ich bin jetzt zuhause.

B Es scheint, dass es für dich von grosser Bedeutung ist, alle deine Engel nach Hause zu holen und ihnen einen festen Platz in deinem Leben einzuräumen – ob sie in Südamerika gelebt haben oder hier in der Schweiz geboren wurden. So können offenbar auch deine Eigenständigkeit und dein Vertrauen wachsen und du hast deine grosse Familie hier in der Schweiz.

M ist sehr belebt geworden, strahlt und freut sich: Ja, auch mein Sohn hat geäussert, dass er die Engel gesehen hat: „Schau mal Mami!“ Er ist schon gross und er äussert sich sonst über solche Dinge gar nicht. M ist wieder sehr berührt.

Ich habe den Eindruck, dass das Gespräch für heute komplett ist und lasse es so bewenden.

Familienaufstellung

Mit Erna

Vorgeschichte

Erna ist eine Kollegin, die seit Beginn meiner Tätigkeit als SySt-Aufstellerin zu meinen Gruppen kommt. Sie hat etliche eigene Anliegen aufgestellt und in vielen Aufstellungen – auch in der Samstagsgruppe - als Repräsentantin mitgewirkt.

Erna ist über 60 Jahre alt, Heilpraktikerin, und gewohnt, über sich zu reflektieren.

Die nachfolgend beschriebene Aufstellung fand im fortlaufend stattfindenden Abendseminar statt.

Erna hatte in den letzten Jahren mehr und mehr Mühe mit ihren Geschwistern, fühlte sich ausgeschlossen und nicht dazu gehörig. Sie wollte dieses Gefühl besser verstehen und allenfalls Veränderungen vornehmen oder erfahren.

Die Aufstellung

Vorgespräch

Fallgeberin Erna = E

Aufstellungsleiterin = B

E Habe ich die Geschichte meiner Mutter übernommen?

B Im Sinne von: Es gibt etwas, was ich genommen habe, was eigentlich nicht zu mir gehört?

E Ja genau - und vor ein paar Jahren habe ich das Gefühl stark gehabt, dass ich von beiden Seiten von den Familien Zeug übernommen habe.

B In welchem Sinn hängt das mit deinen Geschwistern zusammen? Was vermutest du?

E Ich bin Erstgeborene und nehme mich so aus der Familie raus.

B Also im Sinne von: wenn das wieder am richtigen Ort ist, was zur Mutter gehört, dann kann ich wieder zur Familie gehören?

E Ja, aber das Verlangen ist nicht wahnsinnig groß.

B Und doch lässt es dich nicht in Ruhe, es stimmt nicht?

E Ja – ja. Stimme wird höher

B Wenn du davon ausgehst, dass sich durch die Aufstellung für dich ein gutes Ergebnis ergibt, woran würdest du das merken?

E Oh, das ist meine Lieblingsfrage lacht: Darauf gebe ich dir jeweils eine Antwort und dann bist du nicht zufrieden. Darum sage ich jetzt nichts.

- B Ich weiss, dass ich oft sehr anspruchsvolle Fragen stelle.... - Also anders gefragt: du gehst nach der Aufstellung nach Hause und du erinnerst dich in einigen Tagen oder Wochen an diese Aufstellung. Was taucht in dir auf?
- E Ein AHA – Erlebnis.
- B Und was wird das AHA-Erlebnis verändern in deinem Leben?
- E Es gibt mir vielleicht die Sicherheit, dass es gut ist, wie es ist. Und auch Klarheit darüber.
- B Also Sicherheit ,Klarheit, dass es gut ist wie es ist. - Ich schlage vor, dass wir deine Mutter aufstellen und deine jüngeren Geschwister als einen Repräsentanten. Ich höre von dir nicht Unterschiede, was dein Verhältnis zu deinen Geschwistern betrifft.

Erna ist eine Klientin, die gerne „zur Tat schreitet“ und nicht gerne lange über ihr Anliegen spricht. Dieser Umstand bewegt mich, auch eine noch nicht ganz eindeutige Zielklärung genug sein zu lassen und zu vertrauen, dass Erna mir angibt, wenn die Aufstellung in die falsche Richtung läuft oder sie mir noch etwas nachliefern will.

E stimmt zu.

Partielle Familienaufstellung

Die Reduktion der Repräsentanten ergibt sich auch aus der Anzahl der anwesenden Personen (an diesem Abend stehen 5 Repräsentantinnen und ein Repräsentant zur Verfügung)

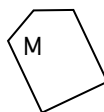
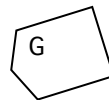
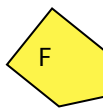
RepräsentantInnen:

F = Focus für Erna

M = Mutter

G = 3 jüngere Geschwister

- B Also, dann kannst du aufstellen: du beginnst mit deinem Focus.
 Zu F: Und du als Repräsentantin achtest dich auf die Unterschiede, die sich durchs Aufstellen ergeben.
 Zu E: Dann stellst du bitte die Mutter auf. Und die 3 jüngeren Geschwister.



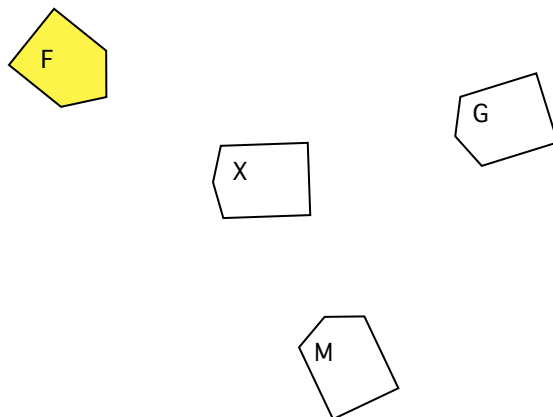
Ich bitte E, sich an einen Platz zu setzen, wo sie einen guten Blick auf die Aufstellung hat und befrage die einzelnen RepräsentantInnen.

- F Ich kann nicht hinauf schauen, es zieht mich auf die rechte Seite hinunter, es ist komisch.
- B Weitere Unterschiede?
- F Ich bin traurig für das, was immer da ist. *Zeigt auf den Boden vor sich.*
- B Gab es einen Unterschied, wie die Mutter dazugekommen ist?
- F Es hat mir einen Stich im Kopf gegeben.
- B Mutter?
- M fragt E: Sind das meine 3 Töchter?
- E Es sind 2 Töchter und 1 Sohn.
- M Also meine Kinder. *Ihre Stimme wird sicherer und kräftiger nach dieser Klärung.* M – mh.
- B Verwunderung?
- M Ja, es ist wie eine Verwechslung. Der Blick von M ist ins Leere gerichtet.
- B Was ist bei G passiert.
- G Es ist einsam da und seit die Mutter geredet hat, muss ich auch immer hinunterschauen. – Und ich steh komisch, wie zum Weglaufen.

Augenfällig ist, dass die Kinder auf etwas schauen, was nicht anwesend ist. Ich lasse für das, worauf sie schauen, einen Repräsentanten aufstellen und bitte E, jemanden zu wählen, um sich an den Platz, wo F und G hinschauen, zu setzen oder zu legen:

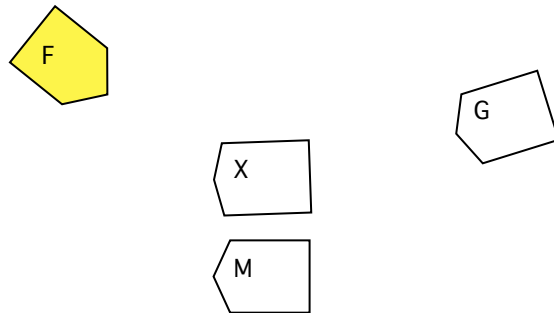
X = Das-die-der, was aufgetaucht ist.

X legt sich mit dem Gesicht auf den Boden.



- B Ändert das etwas, wenn X auftaucht?
- F Freude, dass das endlich da ist - verbunden mit Trauer.
- G Jetzt habe ich etwas zum Anschauen.
- M Ich könnte mich gerade dazulegen.

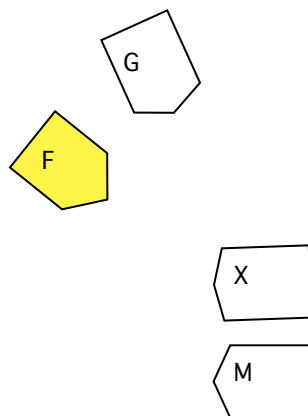
B Dann mach das mal.



G Was wird denn das?

Ich nehme G wahr, als sei sie von der Situation zwar betroffen, doch suche sie mit ihren Blicken immer wieder den Kontakt zu F, als würde sie dort Antwort suchen auf das, was hier geschieht. Ich stelle G neben F mit der Absicht, G Ruhe und Sicherheit zu geben.

B zu G: Ich stelle dich an einen andern Platz. Spür nach, ob sich dadurch etwas verbessert.



G Ich fühle mich nicht mehr so einsam.

B Schau deine große Schwester einmal kurz an.

Die Blicke der beiden treffen sich. *Es wirkt wie ein Erkennen.*

B Zu X: Was ist mit dir als das Aufgetauchte?

X Am Anfang bin ich nicht drausgekommen. Jetzt möchte ich da hin schauen. Blickt auf M.

B Was ist bei der Mutter?

M Es ist mir wohler.

B bittet M und X, sich einander zuzuwenden und sich anzuschauen.

Beide liegen noch immer auf dem Boden.

M Wird wach: Ich möchte mich gerne mit ihr unterhalten.

B Was hast du ihr denn zu sagen?

M X müsste mir etwas sagen.

X Ich weiß es nicht, irgendwie bist du wie eine Fremde für mich.

Zu B: Ich habe nicht das Gefühl dass ich ihre Mutter bin.

Hier taucht eine Ausschlussbezeichnung dessen auf, was X sein könnte. Ich nehme diese Äusserung als Hinweis, dass X eben die Mutter der Mutter sein könnte, lasse jedoch zu, dass sich diese Klärung bei den RepräsentantInnen selber entwickelt, um eine vorschnelle Interpretation nicht zu begünstigen. Ich frage einfach nach, zuerst bei der Klientin.

B zu E: Erna, was passiert bei dir?

E Irgend etwas klingt an, weiss noch nicht was.

B zu E: Gibt es in der Familie der Mutter jemanden, der früh gestorben ist?

E Ihre Mutter.

Diese Aussage würde meine Hypothese bestätigen.

B zu M und X: Wie klingt das an bei euch?

Bei beiden gibt es wenig Reaktion.

Ich nehme beide als sehr müde und abgekämpft wahr und teste, ob Verbindung zwischen den beiden durch das Ansprechen desselben Schicksals entsteht.

B zu X: Sag zu M: Ich bin auch sehr müde gewesen..... es ist zuviel gewesen und ich habe dich im Stich gelassen.

X wiederholt die Worte.

B Wie ist es, das zu sagen?

X Ich spüre den Unterleib.

Hinweis auf die Todesursache der Grossmutter – oder die Verbindung der Mutter zur Tochter durch den Uterus? Ich registriere es als möglichen Hinweis und lasse ihn vorerst beruhen.

B Und wie ist das für dich Mutter?

M Mit fester und klarer Stimme: Ja, das stimmt.

B M, sag zu X – und sag es nur, wenn es sich stimmig anfühlt: Ich hab dich sehr vermisst... so sehr, dass ich gern zu dir gekommen wäre.

M Ich hab dich nicht vermisst; ich hab's nicht verstanden, warum du gegangen bist.

X Es tut mir leid.

B Zu X: Sag deiner Tochter

Hier mache ich den Strukturebenenwechsel explizit und nenne fortan X Mutter der Mutter:

GM = Mutter von M, Grossmutter von E

..... ich bin sehr müde gewesen und ich habe dich im Stich gelassen.

GM Ja, ich habe dich im Stich gelassen.

B zu M: Schau deine 1.Tochter (E) an. Was passiert bei dir?

M Ich weiß jetzt warum ich müde bin. Ich habe für zwei Generationen gesorgt.

Hier zeigt sich eine mögliche Verbindung zum Anliegen der Klientin: die Mutter der Klientin hatte offenbar für ihre eigenen Geschwister zu sorgen? Aus der Geschichte von Erna weiss ich, dass sie sich sehr für die Versorgung ihrer Familie verantwortlich fühlt (bei den Eltern putzen, sich um Familienanlässe kümmern, alle Geschwister zusammenbringen, Wohnungen, Häuser der Verwandten räumen). Diese Versorgungsaufgabe trennte sie möglicherweise emotional von ihren Geschwistern.

B Zu E: Wie viele Geschwister hatte deine Mutter?

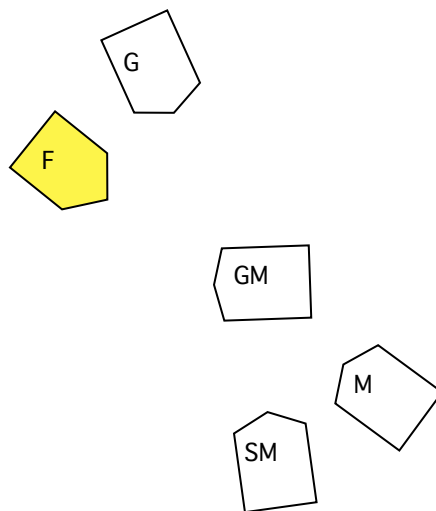
E Eine Schwester, die 8 Jahre jünger war. Nach dem Tod der Grossmutter heiratet der Vater wieder und es gab einen Sohn.

Ich bin interessiert zu sehen, ob sich allenfalls Parallelen in der Geschichte der Mutter zeigen:

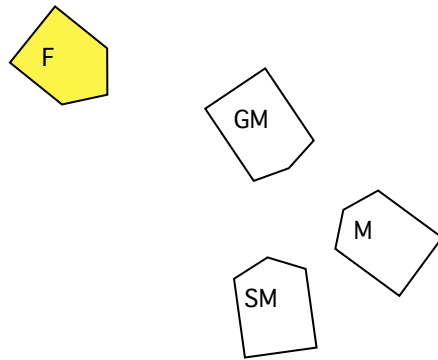
B Zu E: Wähl jemanden für die jüngere Schwester der Mutter und stell sie neben M.

SM = Jüngere Schwester von M

M beginnt sich während dieses Gesprächs aufzurichten und steht langsam auf.



GM wendet sich ihren Kindern zu und schaut sie an. Sie liegt noch immer auf dem Boden.



B zu GM: Was hat sich bei dir verändert?

GM äusserte bis anhin kaum, dass sie eine Verbindung von sich zu M wahrnimmt. Ich überprüfe, ob sich Veränderungen einstellen.

GM Ich muss mich zuerst orientieren, ich bin sehr verwirrt.

B zu M: Und wie ist es für dich?

M Es geht mir viel besser, seit ich aufgestanden bin. Ich bin viel fitter.

B Und wie ist das für die jüngere Schwester

SM Mir ist zuerst ganz wohl gewesen, jetzt, wo meine Mutter mich anschaut ist es noch feiner.

Kinder reagieren eindeutig auf ihre Mutter. GM wirkt, als würde sie langsam aus einem Tiefschlaf erwachen.

B Zu M: Sag zu GM: Auch ich habe eine älteste Tochter. Auch ich bin viel müde gewesen wie du und auch ich hab ihr viel aufgebürdet wie du mir viel aufgebürdet hast. Sie musste viel von mir tragen wie ich.

M Wiederholt und sagt aber: Sie musste viel tragen wie du.

Hier nehme ich wahr, dass die Mutter zwar den Bezug zu ihrer Mutter gefunden hat, dass es jedoch im Bild der Mutter in der Reihe von der Grossmutter zur Tochter offenbar eine ziemliche Verwirrung besteht, wer was von wem genommen hat, was eigentlich zum andern gehört. Ich lasse dem Prozess des Erkennens genügend Raum, was bis zum Schluss der Aufstellung notwendig bleibt.

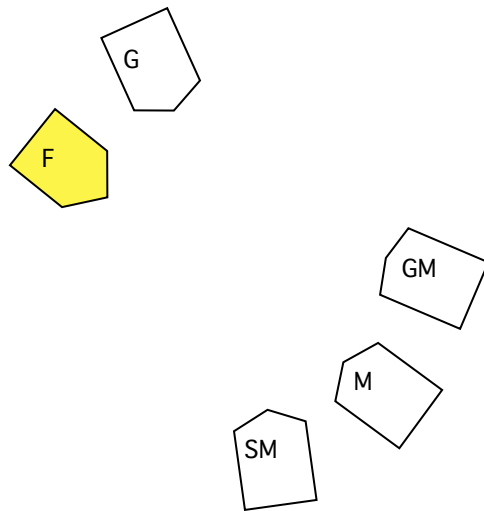
B Wie ich und du.

M Mh wie du und ich. Sie braucht Zeit und findet innere Zustimmung, was in ihrem Gesichtsausdruck zu erkennen ist.

B Wie ist das für F

F Gut, jetzt ist aufgeräumt.

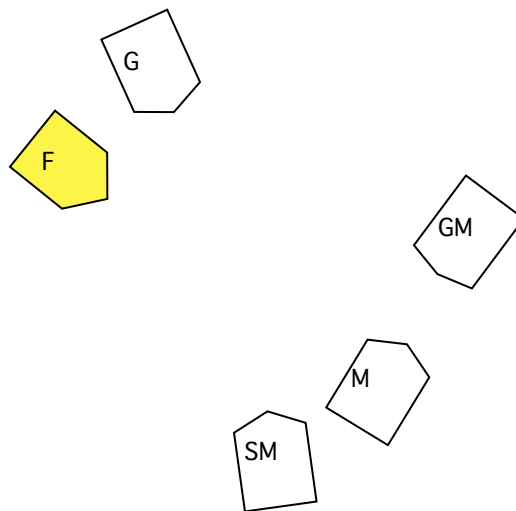
GM macht Anzeichen aufzustehen und erhebt sich langsam. Sie stellt sich neben M.



M zeigt sich jetzt ziemlich verwirrt und braucht Zeit, sich an die neue Situation zu gewöhnen.

B Wie fühlt es sich an, jetzt wo deine Mutter neben dir steht?

M dreht sich zu GM und schaut sie einfach nur an.



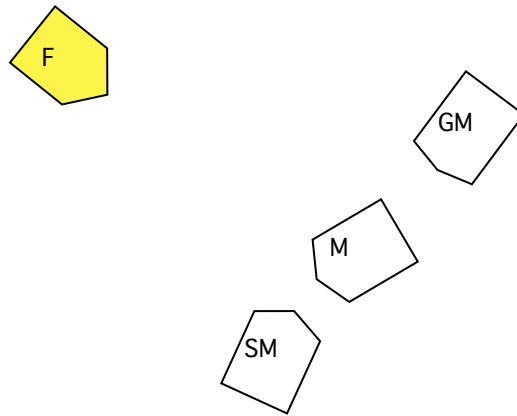
B zu GM: Sag zu deiner Tochter: Ich bin deine Mutter, auch wenn ich früh gegangen bin. Und ich bin deine Mutter auch wenn du wie die Mutter zu deiner Schwester warst..... Ich bin deine Mutter und du bist meine Tochter. Neben dir ist meine zweite Tochter, deine Schwester.

GM wiederholt die Sätze und beginnt tief durchzuatmen.

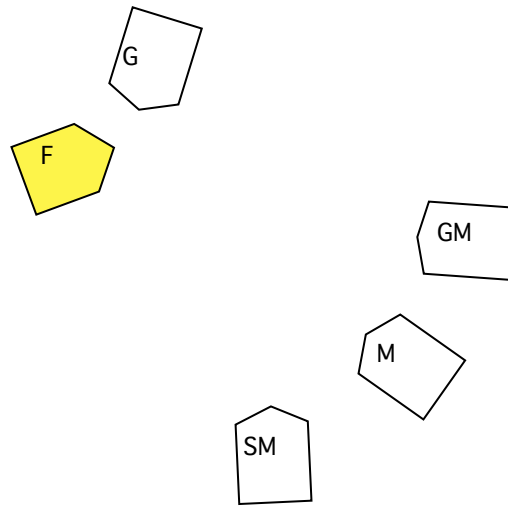
B zu M: Was geschieht bei dir?

M Jetzt hat es seine Ordnung, das ist gut so.

B zu M: Schau hin zu deiner Schwester.



- M Dreht sich hin und beginnt zu lachen: Das ist meine Schwester.
- B Das ist eine Überraschung – nicht? - Wie fühlt es sich an?
- M Es ist entlastend.
- SM Ähä, gut, fein. Das mit der Mutter ist einfach Weihnacht – und das hier, das ist gut *deutet auf die Schwester*
- B Ähä.
 Zu M: Sag zu deiner Schwester: Ich bin deine grosse Schwester. Ich bin nur deine grosse Schwester. Das ist deine Mutter und sie ist auch meine Mutter; sie ist sehr früh von uns gegangen und ich habe sie vermisst. Und für sie bin ich auch ein wenig deine Mutter geworden. Doch ich bin nur deine grosse Schwester.
- M wiederholt die Sätze und lacht dabei.
- Auch SM lacht.
- B Wie ist das für F?
- F Wunderschön.
- B Was ändert es für dich.
- F Ich fühle mich erkannt.
- B Schau zu deinen jüngeren Geschwistern und schau sie einfach an.



B Wie geht es den jüngeren Geschwistern

G Gut. Doch habe ich das Gefühl, das hat nichts mit mir zu tun. Es gibt eine Distanz.

B *Wendet sich wieder M zu und bittet sie, zu F zu sagen:* Du bist meine erste Tochter so wie ich die erste von meiner Mutter bin. Und ich habe sie vermisst – meine Mutter. Und wie ich viel von ihr genommen habe, habe ich dir viel aufgebürdet.

M *Wiederholt und weicht ab:* Wie ich viel von ihr genommen habe, hast auch du viel von mir genommen.

Die beiden schauen sich an und geben Zustimmung.

Hier gibt die Mutter die Verantwortung an ihre Tochter. Ich registriere es mit Verwunderung und lass es für den Moment bewenden.

B Mutter, schau einmal deine jüngeren Kinder an. Und sag zu ihnen: Ihr seid meine jüngeren Kinder und sie ist eure große Schwester. Sie ist nur eure große Schwester und ich bin eure Mutter.

M wiederholt.

G Das macht Eindruck, wenn GM uns von ihrem Platz anschaut. Das tut gut.

Die jüngeren Geschwister fühlen sich offenbar über die aufgetauchte Grossmutter einbezogen.

B Ändert sich etwas zu deiner Schwester?

G Sie wird mir sympathischer und ich merke gleichzeitig, dass sie etwas Besonderes ist, weil sie die Älteste ist.

B Sag das deiner Schwester.

G Zu F: Du bist die Erstgeborene und das macht dich ganz speziell - doch bist du nur die Erstgeborene und das ist unsere Mutter. Du bist auch einfach eine von uns. Alle Lachen.

F Das fühlt sich gut an zu hören und ich bin froh, dass es so ist.

B Zu F: Sag auch du zu deinen jüngeren Geschwistern: Ich bin die große Schwester. Und da ist unsere Mutter. Unsere Mutter hatte auch eine kleine Schwester und unsere Mutter war auch die Erstgeborene wie ich. Sie hat ihre Mutter früh verloren, und hat viel für die kleine Schwester getan....

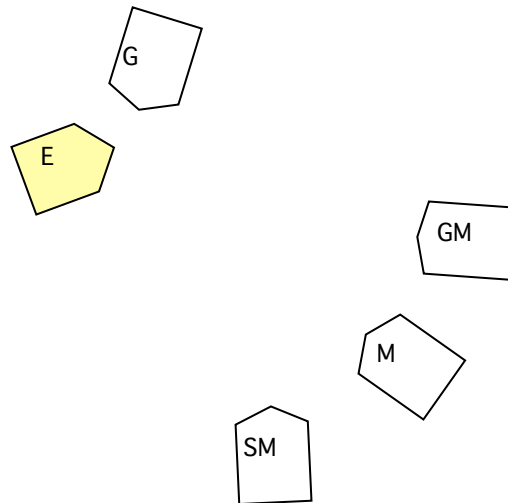
Auch ich habe wie eine Mutter für euch gesorgt. Doch ich bin nur die große Schwester und das macht mich besonders.

F *Wiederholt die Sätze. Und sagt:* und das macht mich speziell.

Alle brechen in ein befreiendes Lachen aus.

E tritt an Stelle von F. F gibt alles, was sie an Stelle von E erfahren hat über ihre Hände und den Blick an E weiter, bis sie spürt, dass es bei E angekommen ist.

F entrollt sich.



E *Schaut Geschwister an und beginnt zu lachen:* Ja, es passt. E zeigt sich wirklich speziell, in dem sie ihren Kopf leicht in die Höhe reckt und Nähe zu ihren Geschwistern nur über die Augen herstellt.

G Ich spüre jetzt Verbindung zu dir.

B Erna, schau dich um im Bild.

E nimmt Blickkontakt auf mit GM, die sie nie gekannt hat.

GM Nimm es einfach an, wie es ist. Du hast es genommen und jetzt kannst du es mir auch einfach zurückgeben.

Es scheint, dass das was E zu Beginn der Aufstellung als von der Familie genommen geäußert hat, von ihrer Grossmutter kommt, die jetzt, nachdem die Ordnung hergestellt ist, auch bereit ist, das ihrige selber zu tragen – und dass ein Rückgabetermin auf der materiellen Ebene notwendig ist:

B Nimmt Gegenstand und übergibt ihn E: Nimm hier, was zu deiner GM gehört und lege es deiner Mutter vor ihre Füße. Sag deiner Mutter: Ich gebe dir zurück, was dir gehört und was ich auch gern für dich getragen habe.

E *Lacht und sagt trotzig:* Das stimmt schon überhaupt nicht. Sie legt Gegenstand vor die Füße der Mutter ohne Worte.

B zu E: Spür einfach nach, was sich jetzt geändert hat, wenn das, was zu deiner GM gehört, jetzt wieder bei deiner Mutter ist.

M *Reagiert:* Ich möchte es weitergeben.

B Dann bleib zuerst in Kontakt mit deiner Tochter und sag ihr: Ich hab dir wirklich viel aufgebürdet.

M wiederholt Worte.

Jetzt kann Mutter anerkennen, dass sie aus ihrer Geschichte das ihrer Tochter weitergegeben hat, was sie von ihrer Mutter genommen hat, was eigentlich zu dieser gehört.

E Ich bin froh, dass ich es wieder zu dir geben durfte. Danke.

M *Dreht sich zu GM:* Das, was ich von dir genommen habe, was eigentlich zu dir gehört und ich meiner Tochter weitergegeben habe, gebe ich an dich zurück. Sie legt ihr den Gegenstand vor die Füße. Sie seufzt.

GM nimmt Gegenstand zu sich.

B Zu GM: Schau deine Enkeltochter an und sag ihr Danke.

GM Zu E: Danke.

B Zu E: Brauchst du noch etwas?

E Nein.

B bittet E, alle im Bild nochmals anzuschauen und das Bild in ihr Herz aufzunehmen.

E ist berührt und bedankt sich.

Mich leitete in der Aufstellung insbesondere, die Überlagerung der sich nachfolgenden Systeme sichtbar zu machen und diese beiden Kontexte zu trennen.

Nachdem die Grossmutter auftaucht war, war vor allem Prozessarbeit zum Erkennen der richtigen Ordnung notwendig und sehr wenig Umstellungsarbeit.

Erstes Nachgespräch nach 5 Wochen

Ich frage bewusst nicht nach einer Verbesserung, weil dies nicht Ernas Anliegen war:

B Hat sich etwas verändert?

E Ja, ich habe darüber nachgedacht, um was es eigentlich ging: Es ging darum. Dass ich meinen Platz als Älteste nicht einnahm oder?

B Es ging darum da du ein Kein-Verhältnis zu deinen Geschwistern hattest.

E das mir das aber recht ist..... Um sagen zu können, es hätte sich etwas verändert, sehe ich meine Geschwister zu wenig. Doch sind mir zwei Dinge aufgefallen: Meine mittlere Schwester ist wieder offener und fröhlicher, wenn wir uns sehen. Mein Bruder war plötzlich kooperativ, was den Verkauf unseres Elternhauses anbelangt – und dies unmittelbar nach der Aufstellung. Er hat plötzlich die Dinge getan, die wir von ihm benötigten, damit das Haus (Erbe eines Onkels) überhaupt verkauft werden kann. Das hat sich schlagartig verbessert. Mit der jüngsten Schwester habe ich am wenigsten Kontakt. Ihr bin ich bei meinen alten Tanten begegnet. Wenn sie mich begrüsst und verabschiedet, schaut sie nach wie vor an mir vorbei – Dazwischen schaut sie mich an.

B Hat sich in deinem Gefühl gegenüber deinen Geschwistern etwas geändert?

- E Oh – es ist eigentlich gleich geblieben. Neutral – beobachtend.
- B Und ist das angenehm oder unangenehm oder einfach neutral?
- E Oh – so, wie ich es kenne.
- B Dann könnten wir sagen: Das Verhalten zwei deiner Geschwister hat sich verbessert, nicht jedoch dein Verhältnis zu ihnen?
- E Nein – nicht. Ich habe nicht das Gefühl. Stimmt meiner Aussage zu.
- B Und ist das so in Ordnung für dich?
- E Ja, das stimmt absolut. Ich wollte ja auch nicht, dass es sich verändert oder? Lacht.
- B Gab es etwas, was im Nachhinein für dich bedeutungsvoll war?
- E Ja – Interessant war für mich zu sehen, wieviel Verantwortung ich als Älteste hatte und zu sehen, dass das bereits bei meiner Mutter so war. Und interessanterweise hat sie bei unserer letzten Begegnung bei den alten Tanten darüber zu erzählen begonnen.....
- B Und wie war das für dich?
- E Interessant.
- B Hat es dich berührt?
- E Nein, ... nein.
- B Du hast ja letztthin angesprochen, dass du keine Liebe zu deinen Eltern spürst. Hat sich dieses Gefühl durch die Aufstellung verstärkt?
- E Ich habe dieses Gefühl immer wieder wahrgenommen. Und jetzt ist es wieder aufgetaucht – vielleicht im Zusammenhang mit der Aufstellung? Das wäre dann für mich ein nächstes Thema..... Doch war sehr gut für mich zu erfahren, wieviel ich getragen habe und dass ich das zurückgeben konnte. Das hat mich energetisch enorm erleichtert. Und dass ich speziell bin.

Zweites Nachgespräch nach 5 Monaten

Ich habe Erna um dieses Gespräch gebeten. Erna ist ein Mensch, die ihr Leben intuitiv gestaltet. Aufstellungen entsprechen ihrem Erkenntnisweg sehr. Immer wieder tönt sie jedoch auch an, dass sie meine Fragen lästig findet und dass sie gar nicht so viel überlegen will. Darum schätze ich ihre Bereitschaft zu diesem Gespräch besonders. (Wir treffen uns oft – regelmässig in der Aufstellungsgruppe und zu anderen Anlässen.)

- B Es ist einige Zeit her seit der Aufstellung, in der es um dein Verhältnis zu deinen Geschweistern ging. Wo bist du zwischenzeitlich angekommen?
- E Es ist extrem viel passiert. Wir haben das vom Onkel geerbte Haus verkauft und mein Gefühl ist, dass ich dadurch den Rest der Last, die ich immer mit mir getragen habe, nun endlich abgelegt habe. Ich habe den Verkauf geleitet und mich diesbezüglich auch gegenüber meiner mittleren Schwester durchgesetzt. Sie ist vordergründig immer sehr freundlich und hintenherum will sie uns dirigieren. Doch spüre ich, dass ich besser bei mir bleiben kann..... Mein Bruder war jedoch sehr offen und kooperativ.

Meine Mutter hat aus ihrer Kindheit erzählt, was sehr ungewöhnlich ist. Zur jüngeren Schwester hat sich das Verhältnis entspannt. Mehr weiss ich nicht zu erzählen.

B Hat sich deine Befindlichkeit verändert?

E Ich bin mir selber sicherer geworden. ..

B In welcher Weise?

E Es ist, als sei mein Selbstwert gestiegen. Die Überheblichkeit meiner mittleren Schwester macht mir viel weniger aus. Ich weiss, dass ich sowieso gut ist.

B Ja, das ist auch wertvoll, nicht?

E Wie anerkennend zu sich selber: Ja – mh... Was ich auch festgestellt habe, ist die Veränderung bei meiner Mutter. Sie sieht in letzter Zeit sehr sehr gut aus. Es ist, als wäre auch sie leichter geworden, dadurch, dass ich die Last, die zu mir gekommen ist, an meine Grossmutter – an ihre Mutter zurückgegeben habe. Ihre Müdigkeit ist weggegangen. Und das freut mich sehr.

Ich erinnere mich im Nachhinein an ähnliche Veränderungen bei Erna, auf die ich sie in letzten Begegnungen öfters angesprochen habe. Sie scheint physisch leichter zu sein und ihre Ausstrahlung ist weicher geworden.

B Ah, wunderbar. ... Gibt es noch etwas zu erzählen?

E Nein. ... Du weißt ja von mir, dass ich es einfach geschehen lasse, was immer dann auch passiert. – Und doch bin ich nun froh, dass du mich nochmals darauf angesprochen hast. Ich freue mich jetzt, einen Zusammenhang zwischen der Aufstellung und dem, was sich bei meiner Mutter in letzter Zeit so auffällig verändert hat, zu finden. Lächelt.

B Ich danke dir herzlich für dieses Gespräch und deine Bereitschaft, dich nochmals auf meine Fragen einzulassen.

Lösungsaufstellung

mit Paula

Vorgeschichte

Paula kenne ich ursprünglich als Supervisandin im Kontext einer Ausbildungsgruppe.

Einige Monate nach Abschluss dieser Supervision kam sie zu mir in die psychosoziale Beratung wegen Unsicherheiten ihre Geschichte betreffend. Wir arbeiten nun seit drei Jahren regelmässig an ihren Fragen, die sich aus dem Prozess ergeben. Hervorzuheben ist dabei ihr ursprünglicher Verdacht, sie sei von ihrem Vater als Kind sexuell missbraucht worden. Allerdings erhärtete sich dieser Verdacht in keiner Weise, auch wenn P von diesem Gefühl immer wieder befallen wurde, - dies insbesondere, wenn sie ihren Horizont beruflich oder privat erweitern wollte.

In einer solchen Phase riet ich ihr zu einer Aufstellung. Aus den Gesprächen mit ihr im Vorfeld und den damit verbundenen Informationen, die Paula nach und nach preisgab, hatte ich den Eindruck, dass dieses Gefühl in einem Zusammenhang mit der Mutter stand. Mehr war auch für mich unklar. Paula hatte zu ihrer ganzen Familie seit sie 20 Jahre alt war, keinen Kontakt. Das änderte sich erst allmählich durch die Arbeit mit mir. Was ich darüber hörte, fühlte sich sehr widersprüchlich an – immer wieder sehr verwirrend. Es scheint mir oft, der Verwirrungen seien unendlich viele. Wie sich in der nachfolgenden Aufstellung zeigt, ist Paula zum Glück mit Eigensinn und Mut ausgestattet, was ihr hilft, auch in entmutigenden Momenten an ihren Themen zu arbeiten, um auf ihrem eigenen Weg wieder weiter gehen zu können – hoffentlich in Richtung gute innere Ordnung, damit ihre eigenen Ressourcen sich endlich voll entfalten können.

In der letzten Sitzung vor dem Vorgespräch vereinbarten wir, dass sie sich zu einer Aufstellung in der Samstagsgruppe anmeldet.

Die Aufstellung

Vorgespräch - 10 Tage vor der Aufstellung

Fallegeberin Paula = P

Aufstellungsleiterin = B

- P *knüpft an unsere letzte Sitzung an:* Ich weiss nicht mehr, wie das kam, - auf jeden Fall erinnere ich mich, dass ich es auch als Kind als sehr schwierig empfand, meine Wurzeln durch meine Füsse zu spüren. Du hast mir vorgeschlagen, eine Aufstellung mit meiner Mutter zu machen. Du sagtest, du hättest den Eindruck, dass ich noch ganz viel für sie täte – ja, die Hektik war das Thema, damit kam ich zu dir..... - Ich machte mir nach unserem letzten Gespräch Gedanken, - ich merkte, ich bin immer vor dem eigentlichen, - überhaupt immer vor dem – eigentlichen Sein. Und ich merkte - aha, ja - ich warte immer auf das, was dann kommt und darauf, dahin zu kommen und dann, wenn es dann soweit ist, dann wird es erst richtig. Aber dahin komme ich gar nie und ich weiss auch nicht, was es ist. Und an meiner Wohnung merke ich, dass ich immer vor dem eigentlichen bin.
- B Wenn du in der Wohnung bist, hast du das Gefühl, du bist vor dem Eigentlichen?
- P Ja, als ich das aussprach, spürte ich, ich sagte so etwas Wahres und dies hat sich noch nicht geändert. Ich merke nur, es ist so. Ich habe begonnen, Vorhänge aufzuhängen und merkte, ich müsste grundlegende Sachen tun oder an einen andern Ort gehen und die Sachen so zu haben, wie ich sie eigentlich gerne möchte. Und ich merke, das kann ich noch immer nicht. Ich könnte es schon und ich tue es nicht.

B Du hast eine Idee, wie es aussehen könnte und fühlst dich gehindert, es zu tun ohne dass dir klar ist, was dich hindert?

P Ja, nicht so ganz. Als du mich batest, mir bis zu diesem Gespräch heute mein Anliegen für die Aufstellung zu formulieren – ich fand gut, dass ich es für mich so auf den Punkt bringen musste – musste ich mit meinem Exmann darüber reden. Die Frage überforderte mich. Er bat mich zu erzählen. Und er sagte mir, mein Anliegen sei, mich von den alten Mustern, die ich vermutlich von meiner Mutter übernommen habe - dass ich mich davon lösen muss. Ich schrieb für mich nochmals auf, wie sich diese Muster zeigen. Ich merkte, es sind alles Glaubenssätze, und ich glaube, das sind die Hindernisse.... Ich habe sie aufgeschrieben. Ich habe ein schlechtes Gewissen, wenn ich nicht etwas Vernünftiges oder Praktisches tue..... Ich wäre sehr gerne kreativ und ich würde gerne andere Wesenszüge ausleben, die nicht nützlich sind. Und sie sind nicht vernünftig und nicht praktisch. Und das gibt in mir ein Gefühl von Mittelmässigkeit. Meine Mutter hat mir das auch immer gesagt..... Ich muss mich mit ausserordentlichen Leistungen beweisen und erst dann habe ich etwas Vernünftiges und Praktisches getan und erst dann ist es gut genug. Und dann bin ich so erschöpft, dann hat nichts Weiteres mehr Platz. Und dann gibt es eine Stimme, die mir sagt: Nimm dich nicht so wichtig. Und wenn ich dir dann sage, ich hätte ein Gefühl von Mittelmässigkeit, zeigt sich dahinter eine Stimme die sagt: Pass auf, dass du dich nicht zu wichtig nimmst.

Ich versuche, dem Redefluss von P zu folgen und mich in dem, was sie sagt, zu orientieren. Ich greife eher nach Strohhalmen, um überhaupt mit ihr und dem Gesagten in Kontakt zu kommen:

B Schon mit dem Aussprechen „nimm dich nicht so wichtig“ nimmst du dich bereits zu wichtig?

P *Beginnt zu weinen:* Das zu erzählen, berührt mich sehr. Ich nehme mich dann sehr zurück und übernehme dann Verantwortung für andere statt für mich. Im Kopf ist mir das klar.

B Ich möchte dir eine Frage stellen.

P Ja, gerne.

B Du erzählst über das, was dir hinderlich ist. Und stell dir doch vor, wir hätten die Aufstellung bereits gemacht. Du hast ja durch frühere Erfahrungen auch bereits eine Ahnung darüber, was eine Aufstellung in Bewegung setzen und verändern kann. Stell dir vor, du gehst nach der Aufstellung nach Hause – der Aufstellungstag wird streng werden, wir arbeiten an verschiedenen Anliegen – du gehst nach Hause und triffst vielleicht J (Wohnpartner und Exmann) - oder du rufst R, deinen Freund an - oder du bist einfach müde und gehst früh ins Bett oder tust etwas für dich, - wozu du gerade Lust hast - und - irgendwann - gehst du ins Bett. Und nehmen wir an, in dieser Nacht geschähe ein Wunder – ein Wunder, dass alle diese Probleme und Hindernisse, die du geschildert hast, auflöst.

P Hm... *Ein leichtes Lächeln breitet sich auf ihrem Gesicht aus.*

B Nur weisst du nicht, dass dieses Wunder passiert, denn du bist am Schlafen. - Am kommenden Morgen wachst du auf und du merkst, etwas ist anders – so, als sei ein Wunder geschehen, das alle deine Sorgen und Hindernisse aufgelöst hat – einfach so -

P Hm...

B Woran merkst du, dass dieses Wunder, das alle diese Hindernisse aufgelöst hat, geschehen ist – nachdem du aufgewacht bist – vielleicht, wenn du aufgestanden bist – am Morgen nach dieser Nacht?

P Ich würde es merken, wenn ich mich so anziehen würde, wie es mir grad im Moment gefällt, Das könnte ganz komisch aussehen und ich würde mich nicht fragen, ob das so passt. Ich würde mich so anziehen, wie es mir grad in den Sinn kommt und wie es zu meiner Stimmung passt und ich fände es lustig, egal was R dazu sagen würde. Er wäre nämlich der nächste, den ich sehen würde.

B Was ist sonst anders, nachdem das Wunder passiert ist und du R getroffen hast?

- P Ich hätte keine Angst, das Flugzeug, das mich zu R bringt, zu verpassen. Ich habe immer Angst, etwas zu verpassen. Am Sonntag nach der Aufstellung fliege ich zu ihm. Und ich hätte nicht das Gefühl, ich verpasse dieses Flugzeug.
- B Sondern?
- P Ich erreiche das Flugzeug sowieso.
- B Du hättest eine klare Zuversicht, dass du das Flugzeug erreichst?
- P Ja, ich weiss ja, wie das funktioniert. Ich müsste nicht die ganze Zeit denken, ob ich das Flugzeug erreiche.
- B Sondern? Was denkst du statt dessen?
- P Was ich nach der Ankunft tue. – A ja, ich reise ja dann weiter nach Amsterdam und ich würde mir vorstellen, was ich in Amsterdam tun will. Ich habe dann Zeit mir die Welt so auszumalen, wie ich sie gerne haben will. Ich würde merken, dass das Wunder geschehen ist, wenn ich mich in Phantasien und Träume verlieren würde, wie ich es gerne hätte und es wäre mir egal, ob das realistisch ist oder nicht. Das wäre das allerbeste, wenn meine Phantasien Raum bekämen in dieser Zeit.
- B Wenn also das Wunder geschehen ist, dürfen deine Phantasien einfach sein....
- P Ja.
- B ... und es gibt Zeiten, in denen du ihnen nachgehst.
- P Ja.
- B Gibt es noch mehr, woran du merkst, dass das Wunder geschehen ist?
- P Ja, ich könnte ganz unbeschwert darüber erzählen und ich könnte R sagen, was mir im Kopf herum spukt
- B Nämlich, was spukt dir im Kopf herum, nachdem das Wunder geschehen ist?
- P Ehm – ich würde ihm sagen: Weisst du, manchmal wäre ich gerne eine Pipilotti Rist – nicht genau wie sie, aber so lacht laut – ja, eigentlich schon wie sie.
- B Es wäre dann so, dass du etwas verrückter wärst?
- P Ja sicher. Beginnt zu weinen.
- B Wenn das Wunder passiert ist, bist du deiner eigenen Verrücktheit näher und das berührt dich sehr.
- P Ja.
- B Passt das Wort Verrücktheit?
- P Ja
- B Was tust du denn so, wenn du verrückt bist?
- P Schaut auf ihre Notizen, die sie mitgebracht hat Dann bin ich versponnen – ungewöhnlich.
- B Was du ja bereits bist – dann bist du das also noch mehr.
- P Ja.

- B Wie fühlt sich das an: Du ziehst an, was du gerade Lust hast, du hast eine klare Zuversicht, dass du das Flugzeug erreichst und hast Zeit für deine Phantasien und du drückst deine Verrücktheit wie Pipilotti Rist aus.....
- P Befreiend – Ja, dann müsste ich mich nicht mehr anpassen!
- B Und was tust du dann mit dieser freiwerdenden Energie, mit dem freiwerdenden Raum? – mit deiner Freiheit.
- P Das weiss ich eben dann. Jetzt weiss ich es ja noch nicht.
- B Erinnerung dich, das Wunder ist ja bereits eingetreten.
- P Aha – ja – aha. Dann will ich herausfinden, ob ich mich beruflich verändern will, ganz. Ich könnte endlich dieser Frage nachgehen. Ich würde endlich Abklärungen treffen und herausfinden, was möglich ist.
- B Welche Ideen hast du bereits jetzt?
- P Ich würde abklären – lacht – nein, ich kann nicht sagen – ich würde herausfinden wollen, wie ich mich im künstlerischen Bereich entwickeln könnte – ich würde es nur wissen wollen.
- B Du würdest dir deine Sehnsucht zugestehen und nur herausfinden wollen, ob du dieser Sehnsucht überhaupt weiter nachgehen willst oder nicht?
- P Ja, genau.
- B Höre ich richtig, dass du dich vor dem Wunder an einem Ort befindest, wo du dich mit dieser Frage gar nicht befassen kannst?
- P Ja, ich merke einfach, das geht nicht. Sonst hätte ich es schon lange getan.
- B und nachdem das Wunder geschehen ist, ist es keine Frage mehr, ob du dich damit auseinander setzen darfst...
- P Ja, ich würde einfach frischfröhlich meine Möglichkeiten abklären und könnte dann entscheiden, was ich will und was nicht.
- B Angenommen, das Wunder ist geschehen, wer merkt das sonst noch ausser dir und R?
- P Alle, die mich privat kennen. J, meine Freundinnen, meine Familie.
- B Wie reagiert R auf dieses Wunder?
- P Er findet das sicher nicht gut – nein, er findet schon meine kleinen Versuche nicht gut
- B Und wie gehst du damit um?
- P Ich muss es noch mehr für mich tun und dann tue ich es nicht.
- B Doch das Wunder ist ja bereits geschehen. Du ziehst ja jetzt die Kleider an, die du willst, auch wenn du R triffst, und du erlaubst dir die Verrücktheit und du gehst deinen beruflichen Sehnsüchten nach. Und R liebt deine Veränderung nicht. Wie begegnest du nun – nachdem das Wunder bereits geschehen ist, der Ablehnung von R auf deine Veränderung? Wie tust du das?
- P Er weiss das gar nicht. Ich würde es heimlich tun.
- B Einmal angenommen, du würdest offen tun, was du tun willst?

Hier wäre evtl. hilfreicher gewesen, Paula zu befragen, wie sie das Wunder auch heimlich leben könnte.

P Er muss einfach damit leben und ich würde ihm sagen, dass sich unsere Beziehung nicht ändert und dass ich mich mehr zeigen will.

B Und angenommen, er würde diese Veränderung nicht annehmen?

P Das wäre sehr schlimm.

B Würdest du das Wunder wieder rückgängig machen?

Lange Pause – P weint

P Ich könnte es nicht ertragen, das Wunder wäre wie zerstört, jemand der das ablehnt, den verkrachte ich nicht.

B Jemand oder R?

P Er, gerade er.

B Gibt es eine Chance, die heisst: ich bleibe mit dem Wunder in Verbindung und es gibt eine andere Möglichkeit, als mir das Wunder von R zerstören zu lassen. Oder müssten wir schauen, wie das Wunder mit R aussehen würde?

P Aha dass ich es nicht verbergen müsste?

B Ja, es wäre einfach da.

P Aha, ja, ich könnte dann trennen, dass es ihm nicht gefällt. Es muss nicht allen gefallen. Das Gefallen ist individuell. Ich würde dann wissen, dass er mich nicht als Mensch in Frage stellen würde, sondern dass ihm einfach das, wie ich mir nach dem Wunder Ausdruck gebe, nicht gefällt und ich könnte das unterscheiden. Zum Wunder würde auch gehören, dass ich unterscheiden könnte, was zu mir gehört und was zu ihm. Dann müsste ich meines nicht aufgeben.

B Wenn ich dir zuhöre, habe ich den Eindruck, dass R für etwas oder jemand anderes stehen könnte, das sich in der Aufstellung deutlicher zeigen könnte. Für die Aufstellung könnte das heissen, dass wir das mit aufstellen müssen, was mit R verbunden ist.

P Mhm, ja, mhm aha ja ... Ja, ich fragte mich bereits innerlich, warum es mir soviel ausmacht, dass er mein Wunder vielleicht nicht gut findet. Ich hatte ein inneres Gefühl, das wäre mein Tod.

B Angenommen, das wofür R steht, würde sich in der Aufstellung als etwas wirklich von ihm getrenntes zeigen und es würde deutlich, dass dieser Teil zu dir und deiner Geschichte gehört, angenommen, es ist dann unterschieden und du gehst zum Flughafen und du weisst, du erreichst das Flugzeug und du bist mit deinen Phantasien beschäftigt und du begegnest R mit deinen Kleidern, wie Pipilotti Rist sie vielleicht auch tragen würde - wie ist es dann, wenn sich dieser Teil, der vielleicht zu dir gehört, von R unterscheidet?

P Dann ist es vielleicht auch nicht mehr so wichtig, Das was für mich wichtig ist, hat dann einfach den Raum, den ich geben will. Ich muss es nicht mehr zelebrieren und die Dramatik wäre weg.

B Also du wärest dann entspannter, in dem zu sein, wie du gerade Lust hast und du tust alles das, was du nach dem Wunder dann eben tust?

P Ja, es wäre nicht mehr dramatisch.

B Taucht dir eine Name für das, wofür R steht, auf?

P denkt nach.

B Auch wenn es noch so eigenartig erscheint, sprich einfach aus, welcher Name grad auftaucht.

P Erwartungen, ich würde dem Erwartungen sagen. - Oder Nimm dich nicht so wichtig oder kindlich, unreif oder unrealistisch. Ja, es sind Abwertungen. Es steht für Abwertung oder ... ich entwickle dann einen unbändigen Zorn, weil ich selber weiss, wie und was ich tun will und habe dann das Gefühl, dass meine Idee nicht gilt. Ich gelte nichts.

Ich versuche, Paulas Komplexität wieder einzukreisen und den roten Faden (mit) in der Hand zu halten, der Paula immer wieder entgleitet oder der sich zu einer Verstrickung formt:

B Wir können es ja einfach als das bezeichnen, das im Moment mit R verbunden ist. ... - Und nochmals zum Wunder: Wer nimmt es sonst noch wahr?

P J. Er würde sich darüber freuen. Er würde denken jetzt zeigt sie's endlich. Für ihn ginge ein Wunsch in Erfüllung, weil er schon lange darauf wartet, dass ich aus mir heraus komme.

B Gibt es sonst noch jemand, der auf das Wunder reagiert?

P Es könnte Probleme geben am Arbeitsplatz. Ich würde mich äussern über Dinge, die ich aktiver mitgestalten will. Doch mit dieser Veränderung könnte ich gut umgehen. Für mich wäre es eher eine Verbesserung.

B Gibt es Hindernisse, dieses Wunder anzunehmen?

P Ja, ich muss mich dann noch entscheiden, ob ich es überhaupt will.

B Du bist also noch nicht so sicher, ob das genau das Wunder ist? Reisen wir doch einfach noch weiter. Du weisst im Verlauf der Ferienwoche, dass das wirkliche Wunder nun angekommen ist. Vielleicht ist es genau dann, wenn du durch Amsterdam spazierst oder wenn du wieder zuhause in deiner Wohnung bist und du weisst einfach, das Wunder, das deine Probleme auflöst ist passiert. Woran merkst du das?

P Ich würde das tun, was jetzt in meinem Kopf herum spukt. Ich würde beginnen, meine inneren Bilder zu malen. Ich würde nicht fragen mit welchen Materialien und ich wüsste, dass die Art, wie ich es tue, passt. Und ich würde ein Konstrukt machen.

B Erzähl mehr darüber?

P Ich würde ein verrücktes sinnloses Gerät wie Tinguely konstruieren, einfach aus Freude. - Ja, und es wäre nicht wichtig, was die andern denken und es wäre nicht wichtig, was R sagt. Dies wäre höchstens spannend. Ja, es käme dann einfach von innen raus. Und das wäre beruhigend und wie eine Insel.

B Könnte das, wofür R steht, Beurteilung heissen?

P Eher Verurteilung. P weint wieder.

B Und das kennst du aus deiner Geschichte. Es scheint, dass nun deutlich geworden ist, was durch das Wunder verschwindet?

P Ja, das ist es, das ist es wirklich!

B Du kannst also zulassen und tun, was von innen kommt und die Stimmen von aussen hindern dich nicht mehr daran, das zu tun, was du tun willst. - Auf einer Skala von 0 bis 10 - auf der 10 heisst, das Wunder ist eingetreten und 0 heisst, das Wunder kann gar nicht existieren - wo stehst du grad jetzt?

P Weit unten, ich war schon weiter oben. Grad jetzt bin ich auf eins.

- B Wann warst du schon weiter oben?
- P Das war allerdings das falsche, als ich H. kennenlernte und sexuell viel auslebte. Da meinte ich allerdings nur, dass ich weiter oben war. Da gab es andere Dinge
- B Heisst das, dass du mit dem Gefühl, das zu tun, was von innen kommt, mehr in Verbindung warst?
- P Ja, Ich hatte das Gefühl, das ich genau weiss, was ich will.
- B Kreativität ist ein Ausdruck der sexuellen Energie.
- P Ja damals war das so. Und auch in meiner Kindheit war ich weiter oben. Ich machte jedoch nur scheue Versuche.
- B Wenn das Wunder geschehen ist, bist du auf zehn. Jetzt bist du auf eins auf dieser Skala.
- P Ja, ich fühle es so.
- B Wo müsstest du hinkommen auf der Skala, damit es für dich schon eine deutliche Verbesserung wäre? Was wäre schon ein gutes Mass?
- P Acht wäre das unterste Limit. Dahin will ich mal kommen.
- B Und wenn du davon ausgehst, dass du da schrittweise hingelängst und begegnest das nächste Mal R, woran merkst du, dass du einen Schritt Richtung acht gemacht hast?
- P Dass ich mir erlaube zu phantasieren. Der ist schon grösser, nämlich von eins auf vier. Und dazu gehört noch mehr, dass ich Führung übernehme für das, was wir in unserer Freizeit tun. Ich weiss, was ich tun will und gebe nach, wenn er müde oder so ist. Und wenn ich auf vier gehe, tue ich das, was ich will, einfach allein und lasse mich nicht abhalten von seiner Müdigkeit. Und wenn ich es trotz seiner Müdigkeit schaffe, allein nach Amsterdam zu gehen und dort zu übernachten, dann bin ich sicher auf vier. Das möchte ich nämlich so gern.
- B Was kann dich unterstützen, das auch zu tun?
- P Ich habe ein Ziel. Ich will zu acht kommen. Ich will das ernst nehmen und nehme damit mich ernst und ich stehe dafür ein. Ja, was könnte noch helfen? Ich erkläre nicht, ich tue einfach. Mich zu erklären würde mich hindern. Ich sage ihm einfach, was ich gerne will. Ich sage nicht, dass ich mir das wünsche, sondern ich sage ich will und wir können höchstens aushandeln, wie wir das tun. Ich bin kompromissloser.
- B Ich höre von dir, dass dir wichtig ist, nach Amsterdam zu gehen und ich höre von dir, dass du nicht begründest, sondern dass du sagst, das will ich. ... Und ich höre, dass du sagst. „Wir handeln aus“. Könnte in diesem Punkt hilfreich sein zu unterscheiden, was du willst und was er will und dass du weisst, was du tust, wenn er nicht will?
- P Oh ja, ich habe mir grad schon überlegt, ob ich mir dann auch erlaube zu gehen, wenn er nicht will und mich nicht grad zurücknehme.
- B Ja, und wenn du dann gehst, ist die Aufstellung schon gemacht und dein Wunder schon eingetreten. Wenn du erleben kannst, dass du auf jeden Fall nach Amsterdam gehst, bist du bereits bei vier. - Angenommen, du gehst alleine nach Amsterdam, was wirst du tun?
- P Ja, ich würde spazieren und Leute anschauen und ins Rembrandtmuseum gehen und eine bestimmte Kirche anschauen und Kunst anschauen und neues entdecken. Und ich gehe an Orte, an die ich mich noch nicht traute. Ich würde einfach reingehen und wieder rausgehen und es gibt kein Hemmnis zu tun, was ich will. Ich ginge an Orte, die R nicht mit mir aufsuchen würde.

B Und wie ist es mit R?

P Ich ginge mit ihm ins Museum und würde mich mit ihm über die Eindrücke unterhalten. Und ich würde ihm Dinge zeigen, die ich schon sah und die mich beschäftigen und würde mit ihm darüber austauschen.

B Meinst du, er lässt sich drauf ein?

P Mhm, ehe, ja. Ich glaube jetzt ans Wunder und dann wäre mir nicht wichtig, wie er es beurteilt, sondern dass wir darüber austauschen.

B Es scheint als würde in deinem Bild einiges im Zusammenhang mit R unmöglich sein. Wir haben bereits früher über diese Beziehung gesprochen und dass für dich wichtig ist, immer wieder für dich und deine Bedürfnisse zu entscheiden. Könnte das Wunder mit beinhalten, dass du klarer prüfen kannst, ob diese Beziehung eine Zukunft hat mit den Einschränkungen oder ob du weiterhin in dieser Beziehung sein willst?

Ich beziehe mich hier vor allem auf den Umstand, dass R verheiratet ist und dass er seiner Frau die Beziehung zu Paula verheimlicht. Paula lässt sich auf vieles ein, das ihr nicht behagt.

P Ja, daran denke ich oft. Ich gehe ja dann ganz andere Wege. Er entscheidet sich für sich und ich für mich und vieles hat zwischen uns keinen Platz. Das wäre furchtbar. Darüber denke ich viel nach.

B Wenn dich die Aufstellung wirklich deinem Wunder näher gebracht hat, könnte das vielleicht auch heißen, dass du mit ihm eher über diese Unterschiede sprechen könntest?

P Ja

B Vielleicht könntet ihr nicht alles gemeinsam leben - doch du könntest mit ihm über deine Sehnsüchte sprechen.

P Ja, ich könnte ehrlicher sein.

B Heisst das, ein weiteres gutes Ergebnis der Aufstellung könnte sein, dass du R erlaubst, deine diese Seite zu sehen?

P Ja, das ist richtig, Das ist mir schon früher aufgetaucht. Ja, das ist so.

B und angenommen, es gäbe keinen Platz dafür in eurer Beziehung? Oder ihr würdet euch gar trennen?

P Es ist verrückt, --- wenn ich darüber nachdenke, denke ich an Freiheit und gleichzeitig denke ich, ich laufe davon.

B Ja, ich denke, wir stellen für R sicher einen Repräsentanten. Du sagst auch, dass du mehr Klarheit suchst.

P Ich habe in mir diese Idee, dass ich den Weg mit ihm gehen muss. Und es gibt diese andere Stimme, die sagt „dann bin ich frei“. Doch muss zwischen uns zuerst mal das, was ich verberge, Raum bekommen, um herauszufinden, ob es zwischen uns überhaupt Platz bekommt.

B Es ist noch eine gute Woche Zeit bis zur Aufstellung. Es macht aus meiner Sicht Sinn, das Gespräch wirken zu lassen und dann vor der Aufstellung nochmals zu definieren, was wir genau aufstellen. Ich spüre im Moment unklar, ob es mehr um die Verantwortung oder ums Verbergen müssen oder ums Verurteilt werden geht. Spür in diesen Tagen nach, was sich aufgrund des heutigen Gespräches in Bezug auf dein Anliegen herauschält. - Wir werden sicher deine Mutter aufstellen, auch R, und sicher das Wunder.

P Ja –das ist gut. Ich lasse es mal wirken.

.... 10 Tage später

B Wir haben vor 10 Tagen miteinander gesprochen, um was es in der heutigen Aufstellung gehen soll. Hat sich seitdem für dich etwas verändert, hat sich etwas weiterentwickelt?

P Ich musste sehr über diese Verurteilung und über das, was ich verberge, nachdenken. Ich habe dafür verschiedene Begriffe gefunden, was ich denn verbergen muss: Es sind meine Hindernisse – der Hass und das Verbot. Und das vernichtet mich.

B All das vernichtet dich.

P ja, es ist wie die Walze, die mich überrollt, dann, wenn ich mich öffnen will und wenn ich einfach sein will wie es mir in den Sinn kommt.

B Wir haben über das Wunder und dein Ziel gesprochen....

P Ja, es heisst: Ich tue unbefangen, was mir in den Sinn kommt und ich übernehme Führung für das, was ich will – einfach ohne Angst und ohne Vernichtung....

B Wir stellen beides auf, das Ziel „Unbefangen tun, was mir in den Sinn kommt und Führung übernehmen“– und das Wunder. Würde das passen?

P Ja

B Und wir stellen die Hindernisse auf, den Hass und das Verbot?

P Ja, einfach die Vernichtung. Das genügt.

B Und es gab ja immer wieder Ausnahmen. Ich kenne dich in vielen Zeiten, in denen es anders war, in denen du dem Wunder sehr viel näher warst, in denen die Vernichtung, wie du die Hindernisse nanntest, nicht da war. Was war da anders?

P Ja – sicher. – Da fühle ich mich mutig. Mut und Eigensinn..... irgendwie tönt das zwar negativ, – doch – es ist Eigensinn..... Da habe ich Mut und Eigensinn und dann ist diese Vernichtung weit weg.

B Dann macht es Sinn, dass wir den Mut und den Eigensinn mit dazustellen?

P Ja. - Und meine Mutter und R möchte ich dazu stellen.

B Ich schlage vor, dass wir R vorerst als gewählten Repräsentanten dazu nehmen.

Lösungsaufstellung

Mit der Lösungsaufstellung wähle ich ein Aufstellungsformat, das das Wunder ins Zentrum rückt. Ich habe mit Paula oft und wiederholt an ihrer Problematik (Walze – Vernichtung) gearbeitet. Diese beziehe ich nur insofern ein, als dass ich das Hindernis als Aspekt der Problemaufstellung dazu nehme. Ich bin gespannt, ob sich meine Hypothese bestätigt, dass das Hindernis unverarbeitete Anteile aus der Geschichte der Mutter repräsentiert. Ich entscheide mich darum auch, die Mutter vorerst als gewählte Repräsentantin aufzustellen, um wahrzunehmen, welchen Unterschied es macht, wenn sie ins Bild kommt. R lasse ich als gewählten Repräsentanten dazunehmen, da es vor allem darum geht zu erfahren, wie er auf das Ergebnis reagiert.

RepräsentantInnen:

F = Focus

W = Wunder

Z = Unbefangen tun, was ich denke und Führung für mich übernehmen = Ziel

V = Vernichtung

M = Mut = Ausnahme 1

E = Eigensinn = Ausnahme 2

Gewählte RepräsentantInnen:

Mu = Mutter

Re = R = Freund von Paula

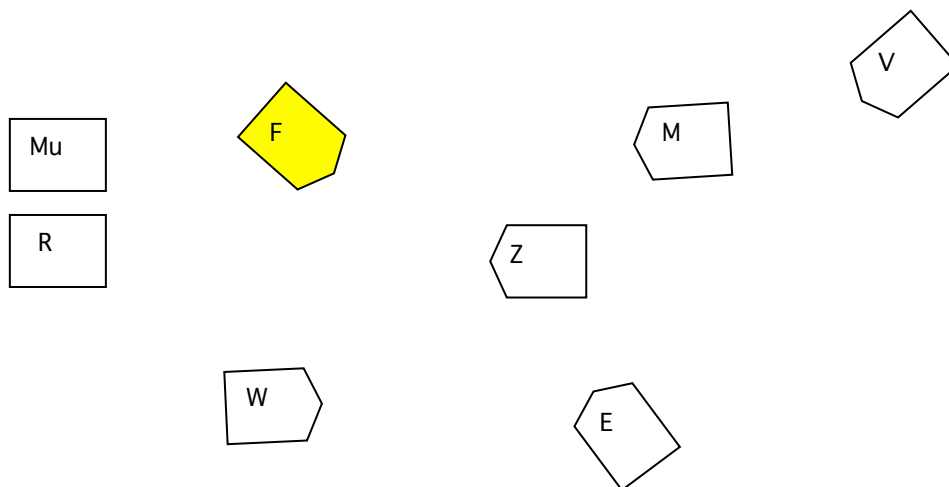
B Ich bitte dich, die einzelnen RepräsentantInnen der Reihe nach auszuwählen – so wie du das bereits aus früheren Aufstellungen kennst. Du beginnst mit dem Focus – dann das Wunder – das Ziel

P konfus: Ist das nicht mein Wunder – ist das nicht dasselbe? Wo ist mein Ziel? Sie schaut suchend im Raum herum und geht auf jemanden zu: Bist du mein Ziel?

B – dann die Vernichtung – den Mut als Ressource – den Eigensinn – und R und deine Mutter als gewählte Repräsentanten.

P wählt aus und stellt in der genannten Reihenfolge auf, in Kontakt mit ihrem Atem und einem ersten, zweiten Schritt

Mu und R gebe ich den Auftrag, aufzustehen, wenn sie aufgrund von Ereignissen in der Aufstellung das Bedürfnis verspüren.



Ich befrage die einzelnen RepräsentantInnen.

F Als das Wunder kam, hatte ich einen Druck, als würde mich was von hinten stossen. Es ist unangenehm. Es wurde besser, als die Vernichtung und der Mut dazu kamen. Sonst gibt's nichts, was ich noch wahrnehme.

W Ich bin wie in einer Spiralförmigkeit hereingeführt worden und das hat mich verwirrt. Als Z kam, wurde mir wärmer. Von V und von M merke ich nicht viel. Als der Eigensinn dazu kam, wurde mir auch rechts ein wenig wärmer. Doch fühle ich mich eindeutig am meisten verbunden mit dem Ziel.

B Gibt es einen Bezug zu F?

W Nein.

B Was ist mit dem Ziel?

Z Ich fühle mich an einem guten Platz. Die Aussicht und Perspektive auch mit dem Focus ist gut. Ich habe das Gefühl, ich hab einen guten Draht. Das, was hinter mir ist, nehme ich nicht wahr. Ich weiss noch nicht, was passiert, aber ich stehe einfach mal da.

F strahlt.

B Zu V: Was ist bei dir?

V ich hab einen kalten Rücken. Ich stehe im Abseits. Ich habe eine Linie vor mir, keinen Überblick. Der Eigensinn ist sehr weit weg, ich nehme ihn nicht wahr. Ich merk jetzt, dass es einen Focus gibt... ich bin erstaunt.

Erste Hinweise, dass V keine Verbindung zu F hat. Ich nehme V sehr diffus wahr und führe darum doch die verschiedenen genannten Aspekte von V ein:

B zu P: Ich möchte, dass du die anfänglich genannten Hindernisse, die V ausmachen, verschiedenen Körperteilen von V zuordnest.

P macht die Zuordnungen bei V:

LA = Verbot = linker Arm

RA = Hass = rechter Arm

B zu V: Macht das einen Unterschied für dich?

V Das Verbot ist sehr reizvoll. Ich überlege mir, was ich verbotenes machen könnte. Der Hass ist mir sehr eingefahren. Es ist mir richtig warm geworden. Als Hass und Vernichtung ist mir warm geworden. ich könnte auch dreinschlagen.....

B Für wen machen diese Unterscheidungen einen Unterschied?

F Bevor V gesprochen hat, wurde mir ganz heiss. Als V das alles benannte, habe ich Schmerzen bekommen in der linken Hand.

W Ich werde ganz beschwingt und lebendig.

Die andern reagieren nicht. Ich befrage erst die andern RepräsentantInnen weiter.

B Wie ist es für den Mut da?

M Mir gefällt der Platz. Der Kontakt zum Focus ist gut, mich stört ein wenig das Ziel, weil ich gern mehr Kontakt zum Wunder hätte. Die anderen nehme ich irgendwie wahr, aber nicht mehr.

B zu E: Und du, was hat sich bei dir verändert?

E Als ich hergeführt wurde, war ich völlig irritiert, dass ich hier stehen bleiben muss. Ich habe mir dann aber gedacht, für den Eigensinn ist es gut da. Ich hab den Überblick über alle, es passt mir ganz gut so. Als V die einzelnen Elemente benannt hat, sind die Arme bleischwer geworden und das ist geblieben.

R ist in der Zwischenzeit aufgestanden.

B zu R: Was ist bei dir?

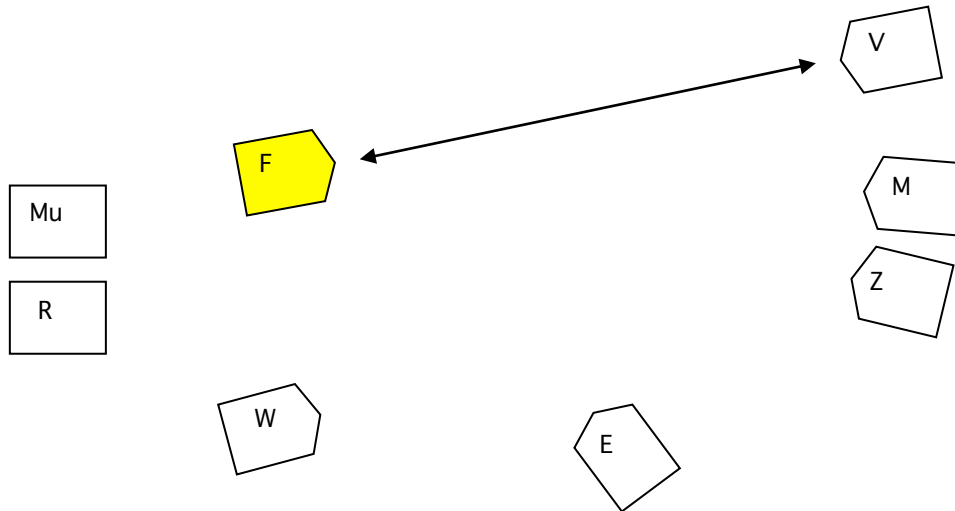
R Ja - ich bin aufgestanden, als P bei der Vernichtung alles benannt hat. Ich war erschrocken und erstaunt.

B zu Mu: Was ist mit dir?

Mu Ich bin auf wartender Position.
R setzt sich an dieser Stelle.

Aufgrund der starken Reaktion von F auf V nachdem die Unterscheidungen gemacht wurden, teste ich ob allenfalls zwischen F und V eine Kontextüberlagerung besteht:

B Ich möchte etwas ausprobieren:
Zu M und Z: Geht bitte beide einen Schritt zurück.



- Und F und V tauschen bitte ihre Plätze: Schaut gut, wo die Füße des andern sind und tauscht den Platz - jetzt.

Zu F: Ist das eine Verbesserung für dich?

F Ja, in der linken Hand ist es viel besser. Hinweis auf den linken Arm – Verbot? Und die Hitze ist weniger.

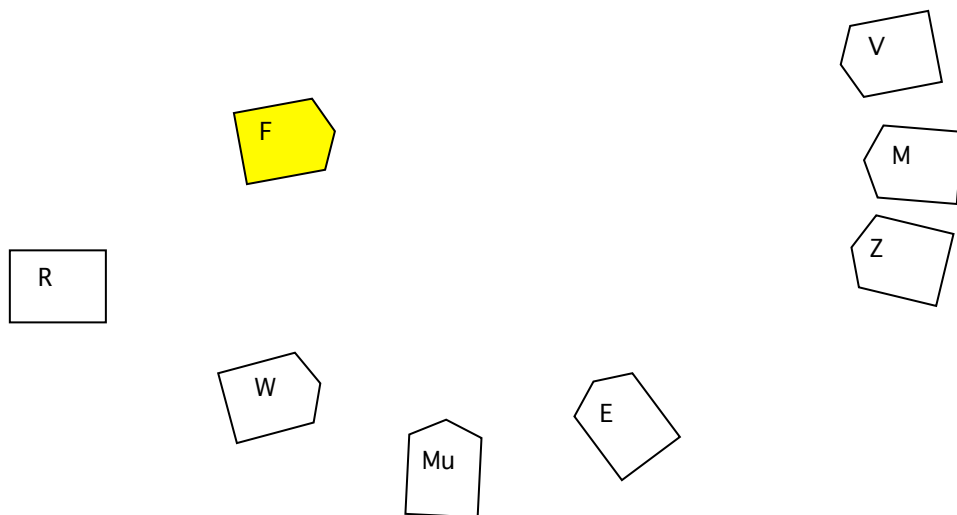
V Ich hab das Gefühl ich hab mehr Überblick - auch schon, als Z und M einen Schritt zurückgingen. Ich hab ein besseres Gefühl.

Mu Steht auf: Für mich ist das ein deutliche Entlastung.

Hier verdichtet sich für mich die Hypothese, aufgrund derer ich P zur Aufstellung geraten habe: Die Überlagerung von Themen der Mutter, die P stellvertretend für diese bearbeitet.

F und V tauschen wieder Plätze zurück.

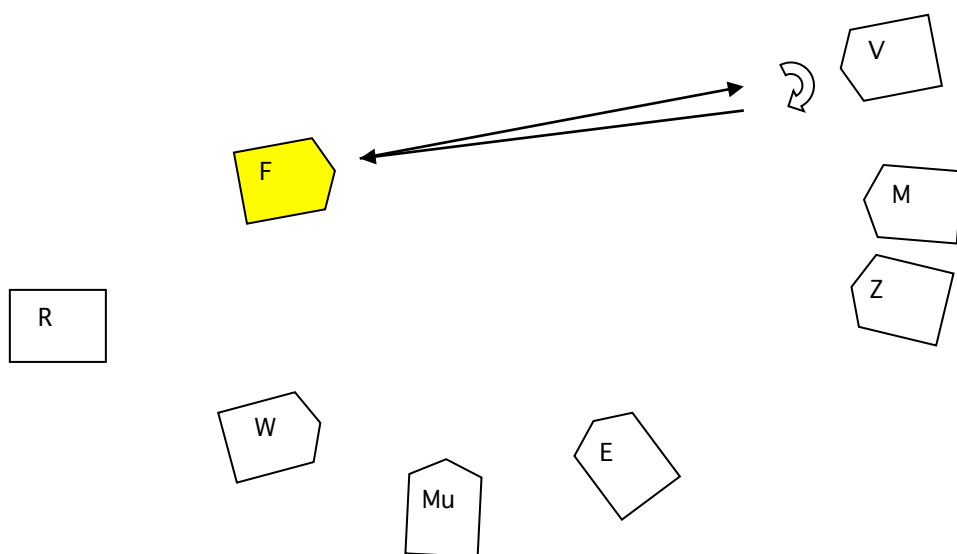
Ich bitte P, Mu dazu zu stellen:



B Was ändert sich für den Focus?

F Es fühlt sich stressig an, wenn ich meine Mutter sehe.

B Dann schau einmal hin – und schau sie einfach an und nimm sie wahr..... – und schau bitte wieder zu V.... Ich bitte F, sich langsam und mit geöffnetem Mund auf V zu zu bewegen – mit leicht geöffnetem Mund – gut durchatmend – Augenkontakt Drehung und zurück an den Platz.



F Es ist bedeutend besser geworden im linken Arm.

V Die linke Hand ist frei geworden: Es geht mir gut, es ist mir warm - aber auch schwer.

Es scheint, dass die Überlagerung mit dem Verbot (linker Arm) gekoppelt war.

An dieser Stelle wäre es sinnvoll gewesen, den linken und den rechten Arm separat nach Veränderungen zu befragen. Dadurch, dass ich es unterlassen habe, taucht in der weiteren Folge der Aufstellung immer wieder Unklarheit darüber auf, ob es sich bei V nun um das Verbot oder um den Hass handelt. Während der Aufstellung entging mir diese Möglichkeit schlichtweg. Ich war zu sehr damit beschäftigt, dass keine weiteren RepräsentantInnen zur Verfügung standen.

Ich mache einen Test, der sich auf das Verbot bezieht:

B Zu F: Schau zu deinem Gegenüber -Ich vermeide hier bewusst den Namen- und sag mal: Du früher.

F Du früher, hm (F ist nicht wirklich einverstanden)

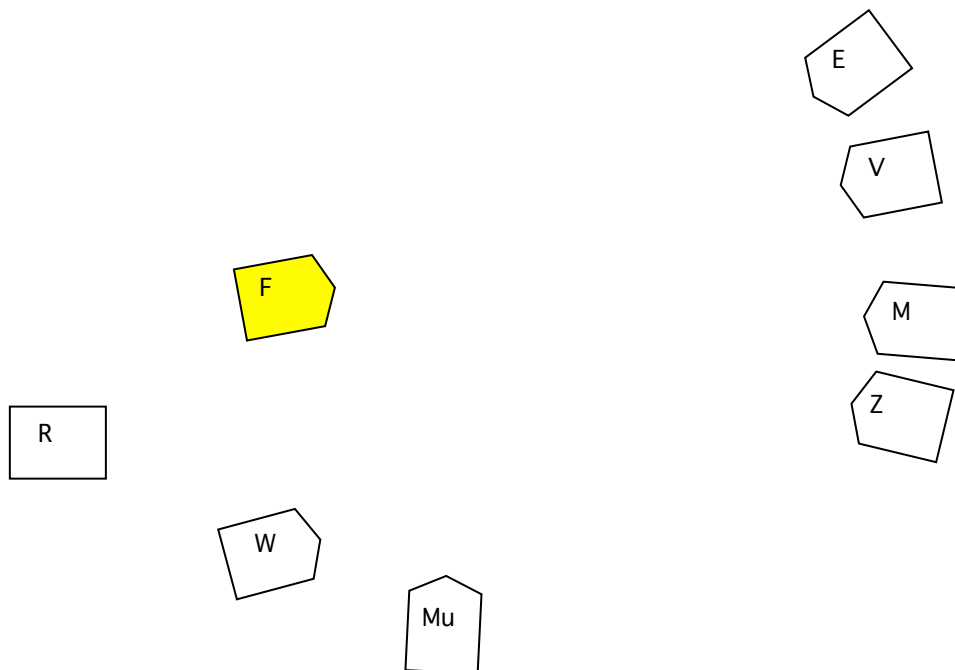
Z bewegt sich: Bis jetzt hat mich nicht viel interessiert, ich stehe da, aber jetzt wo sie sagt - du früher - werde ich wieder wach.

M Als vorher die Mutter dazu kam, hatte ich das Gefühl, ich stünde nicht mehr so fest wie vorher, aber jetzt geht's wieder, ich hab wieder einen guten Kontakt.

E Als das vorher passiert ist, hatte ich Schmerzen bis zum Ellbogen im linken Arm und die rechte Hand ist frei geworden. Ich möchte mich gern bewegen.

Auch die Ausnahmen reagieren auf das Kontextüberlagerungsaufhebungsritual. M bezieht sich auf die Mutter, E bezieht sich auf den linken Arm - Verbot und auf den rechten Arm - Hass. Ich bitte E auszuprobieren, wohin es ihn zieht, wohin seine Bewegung geht:

E stellt sich neben V:



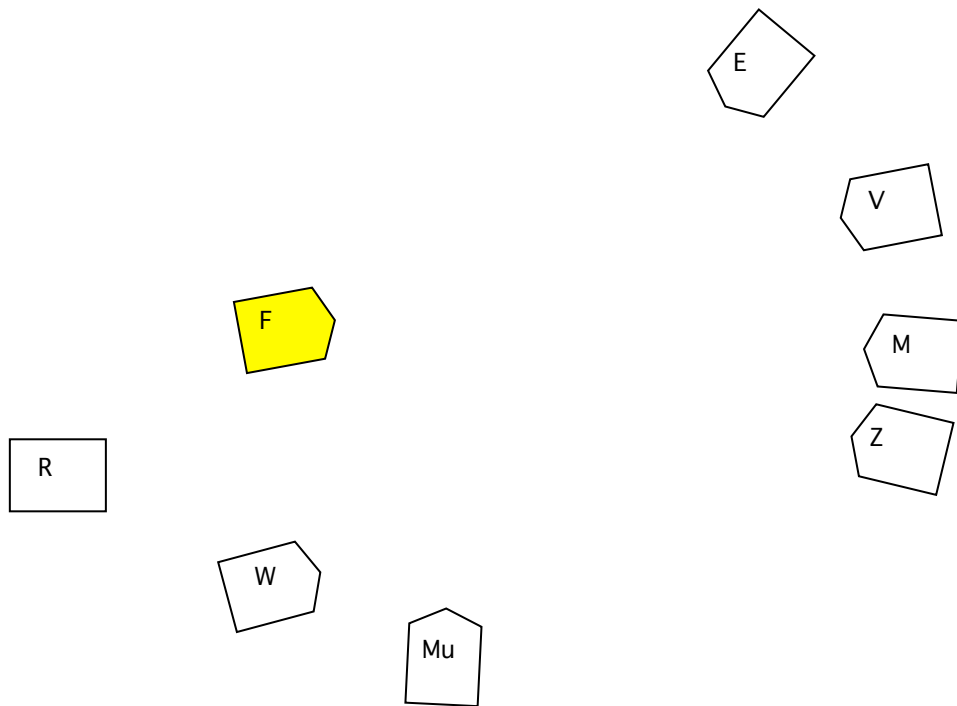
B zu E: Ist das eine Verbesserung für dich?

E Ja, hier ist es wärmer.

B zu V: Wie es für dich, wenn E neben dir steht?

V Als ich so gesehen habe, dass E auf mich zukommt hab, ich mir gedacht, was will denn der da, nimmt er mir jetzt den Platz weg, muss ich mich breiter machen, dass man mich sieht? Es ist aber nicht so schlimm wie ich es mir vorgestellt habe. Aber er sollte mehr rechts stehen.

E geht mehr nach rechts und es ist für beide besser.



R steht wieder auf: Es ist schon gut, wenn die beiden nebeneinander stehen.

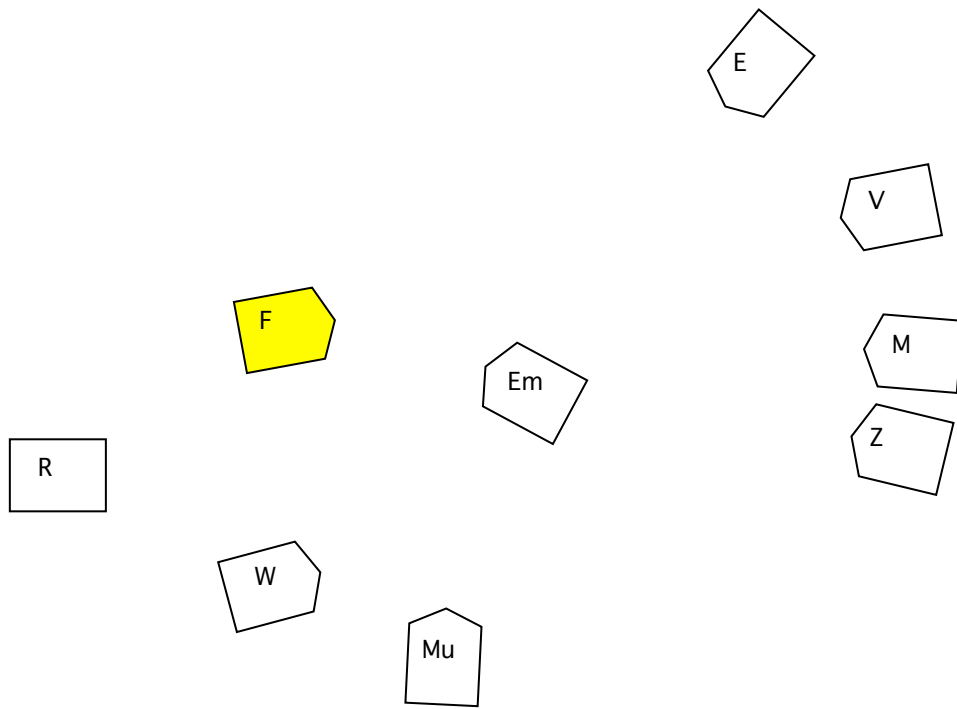
B zu Mu: Hat es bei dir eine Veränderung gegeben.

Mu Ja, als der Eigensinn weg ging, bin ich traurig geworden. Es ist fast wie ein Verlust

F Ich hab den Eigensinn gar nicht wahrgenommen - ich sehe nicht den Eigensinn – ich sehe dort die Mutter (weist zu E).

Hier deutet die Mutter einen impliziten Strukturebenenwechsel an. E wurde als Ausnahme aufgestellt, als eine Eigenschaft, die mit einem ressourcenreichen Zustand verbunden ist. Und P hatte die Mutter zwischen das Wunder und den Eigensinn gestellt. Der implizite Strukturebenenwechsel wird verstärkt durch den Platz, den P der Mutter in der Aufstellung zugewiesen hat. Wenn ich mir eine mögliche Zeitlinie vorstelle, ist noch unklar, ob Mu eher in der Zukunft von P steht oder W und E eher im Raum der Vergangenheit aufgestellt wurden. Ich lasse P den Eigensinn der Mutter dazu stellen. Durch die Position bekomme ich vielleicht einen Hinweis auf die Zeitlinie.

Em = Eigensinn der Mutter



B zu Mu: Was ändert sich für dich?

Mu steht auf: Ich habe ganz schwere Hände

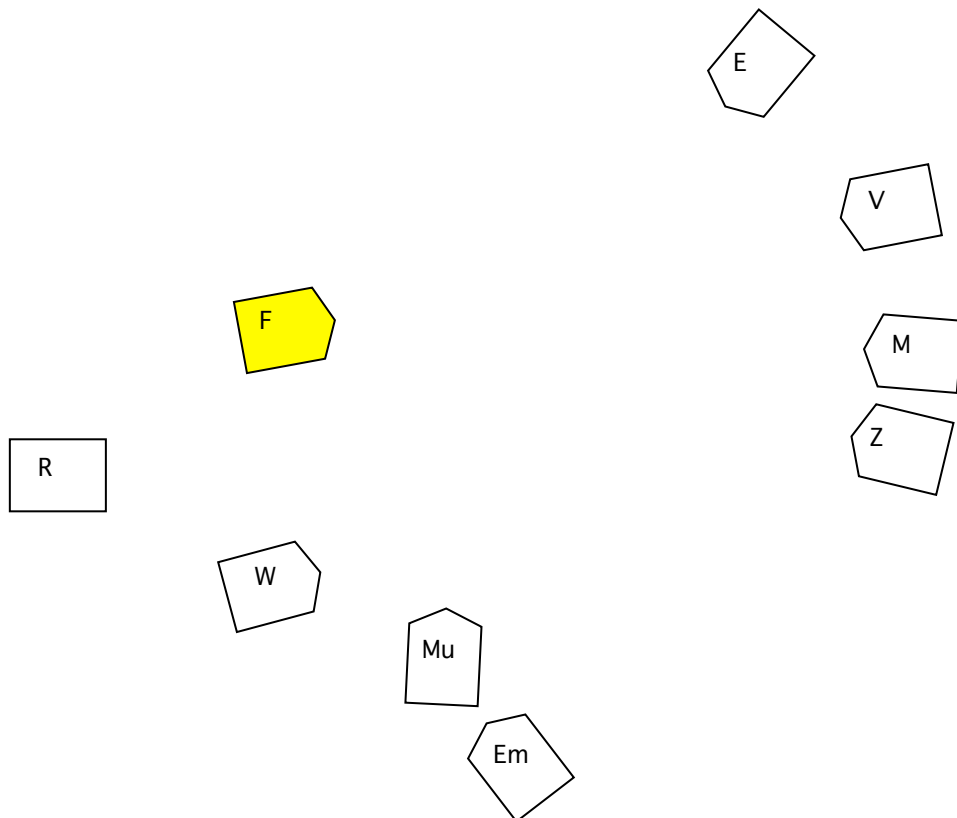
F Mich verlässt der Mut.

Em Ich fühle mich stark hier, aber ich bin am falschen Ort.

B Zu Em: Sag zu F „Mein Ort ist ein anderer“.

Em Zu F: Mein Ort ist ein anderer.

B Zu Em: und spür nach, wo für dich ein passender Ort ist, wo's dich hinzieht.



B Zu Mu: Und du, sag deiner Tochter: Das gehört zu mir – und das kannst du mir lassen.

Mu wiederholt die Worte.

F Es ist mir ein richtiger Schauer gekommen – und jetzt ist es in Ordnung.

Mu Mir geht es kalt den Rück hinunter, seit Em hinter mir steht. Doch es stimmt - es gehört zu mir.

B Zu E: Und was hat sich für dich verändert?

E Diese Klärung tat mir gut – die Trennung von mir und vom Eigensinn der Mutter war gut, jetzt geht's mir gut.

B Zu F: Was ist jetzt, wenn du deinen Eigensinn ansiehst?

F Ich kann gut hinschauen, er dürfte auch näher stehen.

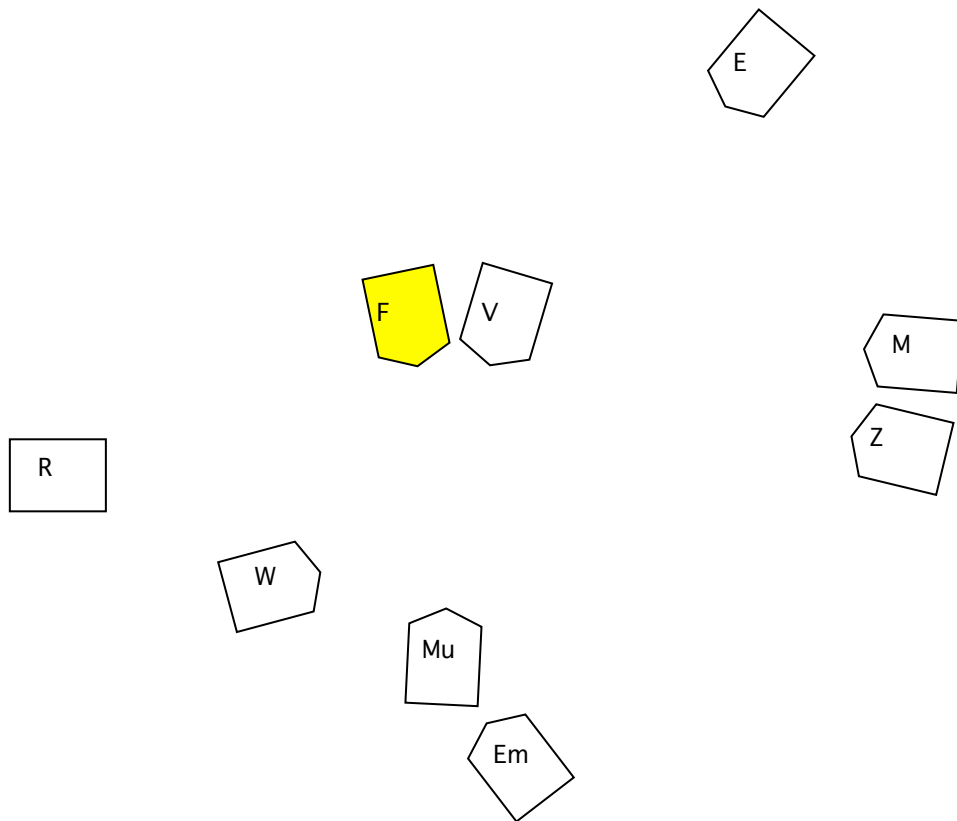
B Tja der steht noch nicht so am richtigen Ort. Mich würde interessieren, was inzwischen bei dir (V) ist.

V Ich merke, wenn Bewegung im Raum ist, dass ich mich wie so aufblasen muss. Ich habe eine gebeugte Haltung so als müsste ich meinen Platz verteidigen und ich schau sehr misstrauisch umher. Der rechte Arm ist schwer, seit der Eigensinn der Mutter da ist.

V redet, als wäre sie ein kleines Kind. Strukturebenenwechsel? Ich teste:

B zu F: Geh zu ihr - und nimm sie an der Hand - und führ sie so in den Raum, dass sie den Eigensinn der Mutter und die Mutter sieht.

F tut, was B sagt.



V Mir ist schwindlig, jetzt wo ich vor der Mutter stehe. Und ich bekomme eine riesige Wut.

F ich würde am liebsten zurück gehen – ich fühle mich sehr schwankend.

B zu Mu: Wie ist es für dich?

Mu Nicht gut, wenn sie mich so ansieht (zeigt auf V)

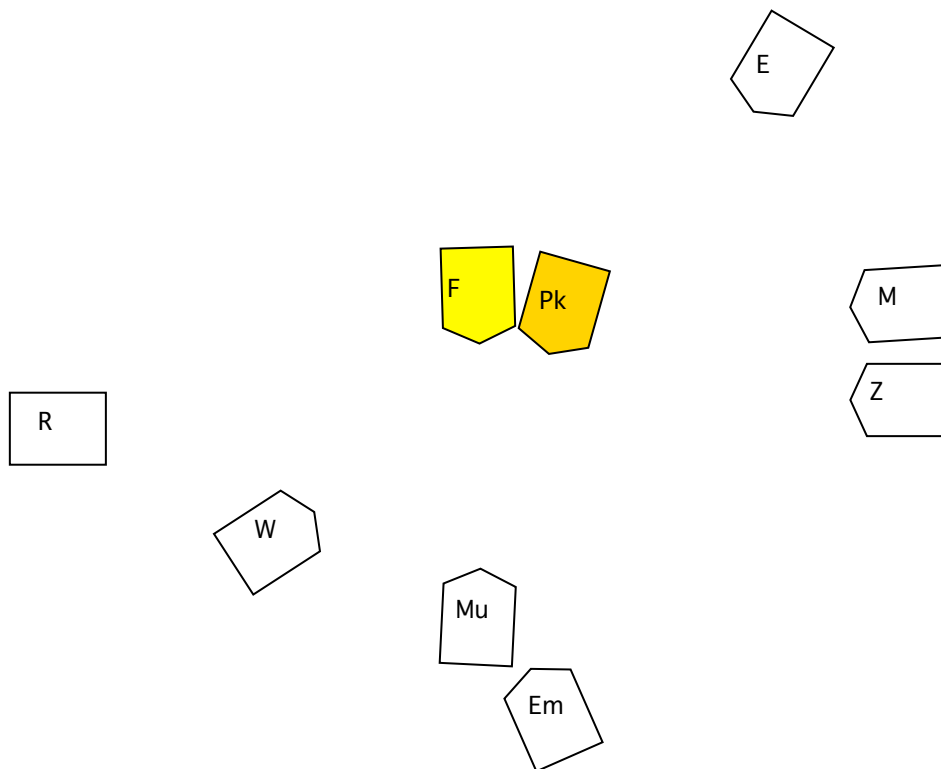
B Zu F: Sag eine Zahl.

F Fünf.

B Ich nenne dich ab jetzt 5-jährige Paula – passt das?

V Ja - es entspricht.

Pk = 5-jährige Paula



Em Wenn sie da ist, hab ich keine Chance.

Pk da habe ich keine Chance.

Es scheint eine weitere Kontextüberlagerung zwischen Em und Pk zu geben. Ich teste, ob ein Kontextüberlagerungsritual für Pk eine Verbesserung bringt:

B zu Mu: Geh ein wenig zur Seite.
zu V und Em: und V und Em tauscht bitte den Platz. Verbesserungen?

V Meine Wut ist ein wenig kleiner.

Em Mir ist schwindlig hier.

Sie tauschen wieder Platz

Mu Als sie den Platz tauschten, fühlte ich mich wieder frei. Hinweis, dass Mu in ihrer Tochter etwas anderes sieht?

Kontextüberlagerungsritual – durchgeführt wie oben beschrieben:
V geht langsam auf Em zu mit Drehung - und dann wieder zurück.

V Die Wut ist nicht mehr da.

Em V ist nicht mehr wichtig. ich fühle mich jetzt beschwingt und ganz lebendig. Zustand, den W am Anfang in Bezug auf V beschrieben hatte.

F Ich fühle mich zwar immer noch schwankend, doch zieht es mich nicht mehr weg hier, seit dem das (Auflösungsritual) passiert ist.

B Zu Mu: Sag zu Pk: Das gehört zu mir.

Mu

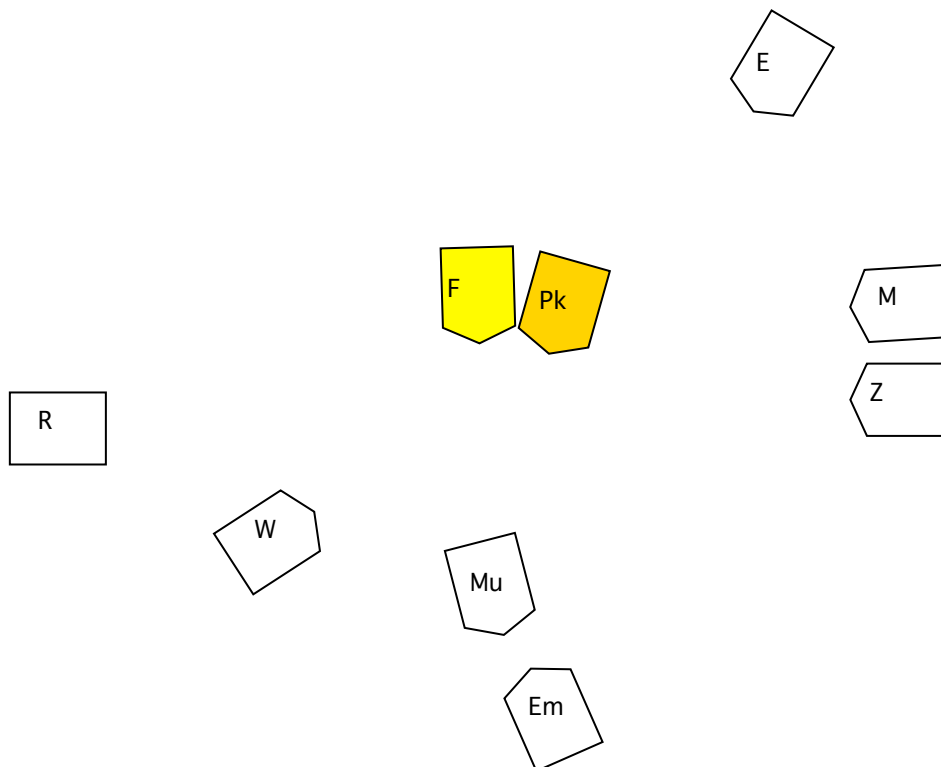
B Sag deiner Tochter – probier einfach aus: Es gehört zu mir.

Mu Es gehört zu mir.

B ... und vielleicht kannst du auch sagen: Es ist hinter mir.

Mu Es ist hinter mir.

B und dreh dich um und sag: Du früher:



Mu Das geht nicht ich möchte sagen: Du gehörst zu mir - aber ich brauche Distanz.

B Sag's noch mal mit der Ergänzung „genügend Abstand“

Mu Du gehörst zu mir - aber ich brauche genügend Abstand.

B Zu Em: Wie kommt das an bei dir?

Em Das stimmt - ich hab das Gefühl zusammen sind wir zuviel.

B Dann geh soweit zurück, wie es sich gut anfühlt.

Zu Mu und Em: Schaut, dass es sich für beide gut anfühlt und dann drehst du dich wieder um zur Mutter.

Mu So ist's gut – und war gut, dass ich das sagen durfte. Dreht sich wieder um.

W hatte sich irgendwann wegbewegt und sich hingesetzt.

B Zu Pk: Wie ist es jetzt?

Pk Jetzt sehe ich zwei, die Mutter und den Eigensinn - und trotzdem gehören sie zusammen.

B Sag deiner Mutter: Jetzt bist du du.

Pk *Wiederholt:* – Es berührt mich sehr.

B Dann schau mal auf deine rechte Seite - da steht die grosse Paula. Sie ist schon 34 – und du bist 5.

P wiederholt.

B Zu F: Was ist jetzt bei dir?

F Ich fühle mich wieder stabil und Pk fühlt sich gut an an meiner Seite. Es hat mich auch sehr berührt. ich habe mit Pk mitgeföhlt – ich kenne das ja.

B Sag zu Pk: Du und ich wir sind eins – und wir sind zwei.

F wiederholt.

B ... und sag ihr: mit Blick auf Mu und Emund sie sind zwei.

F Und sie sind zwei.

B Zu Pk: Wie fühlt sich das für dich an?

Pk Es ist gut, wenn F neben mir steht - und wenn ich da zu Mu und Em nicht hinschauen muss, ist es besser.

B Zu F: Nimm die kleine Paula an der Hand

R *Lacht und steht auf:* Ich bin sehr berührt, wenn die Grosse die Kleine an der Hand nimmt.

Mu meldet sich: Für mich hat sich viel verändert – noch ist es verwirrend – doch ist es gut, dass ich sie jetzt zu Pk jetzt sehen kann.

B Vielleicht kannst du jetzt zu ihr sagen „Ich kann dich anschauen“ - spür nach, was passend ist, was du deiner Tochter sagen kannst.

Mu Zu Pk: Jetzt können wir uns sehen.

B Zu Mu: Sag ihr: Jetzt kann ich dich sehen.

Mu Ja, jetzt kann ich dich sehen. Sie dreht sich gleichzeitig zu Em um ... und ich weiss einfach, Em gehört zu mir. - Mit fester und eindeutiger Stimme zu Em: Ich möchte, dass du hinter mir bleibst. - Dreht sich wieder um: So, jetzt geht es mir besser.

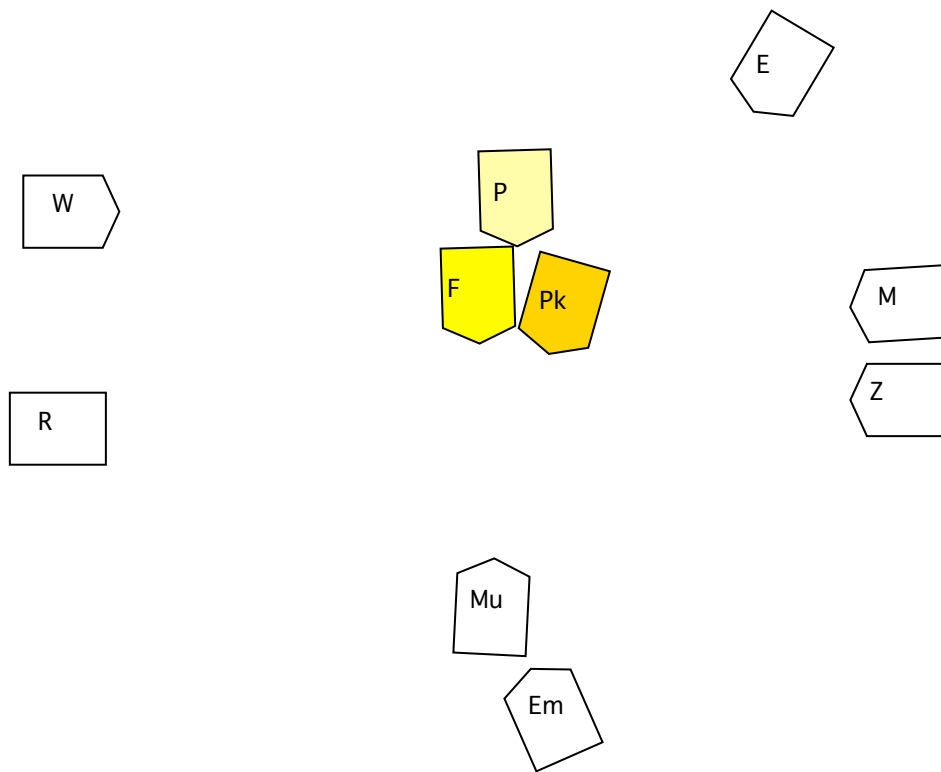
B zu Pk: Wie ist das für dich, wenn deine Mutter Em in die Schranken weist?

Pk Oh – das tut gut.

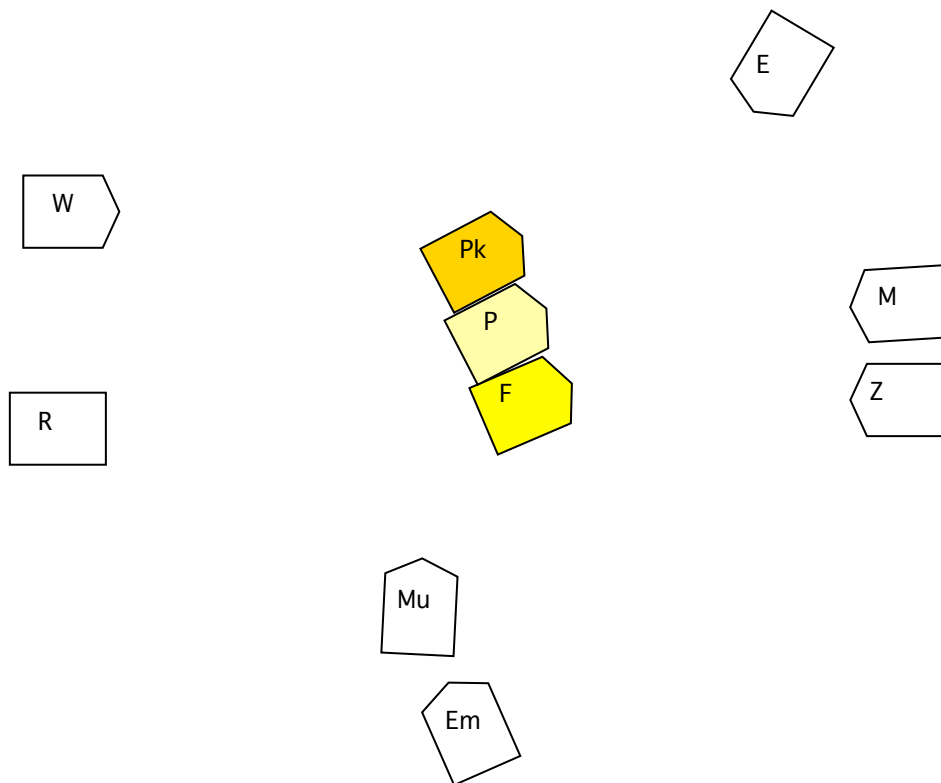
B Zu F: Und du?

F Ich bin tief berührt, über das, was ich jetzt gesehen habe –
zu Mu: Ich bin froh, dass ich dich jetzt sehe. Sie beginnt zu strahlen.

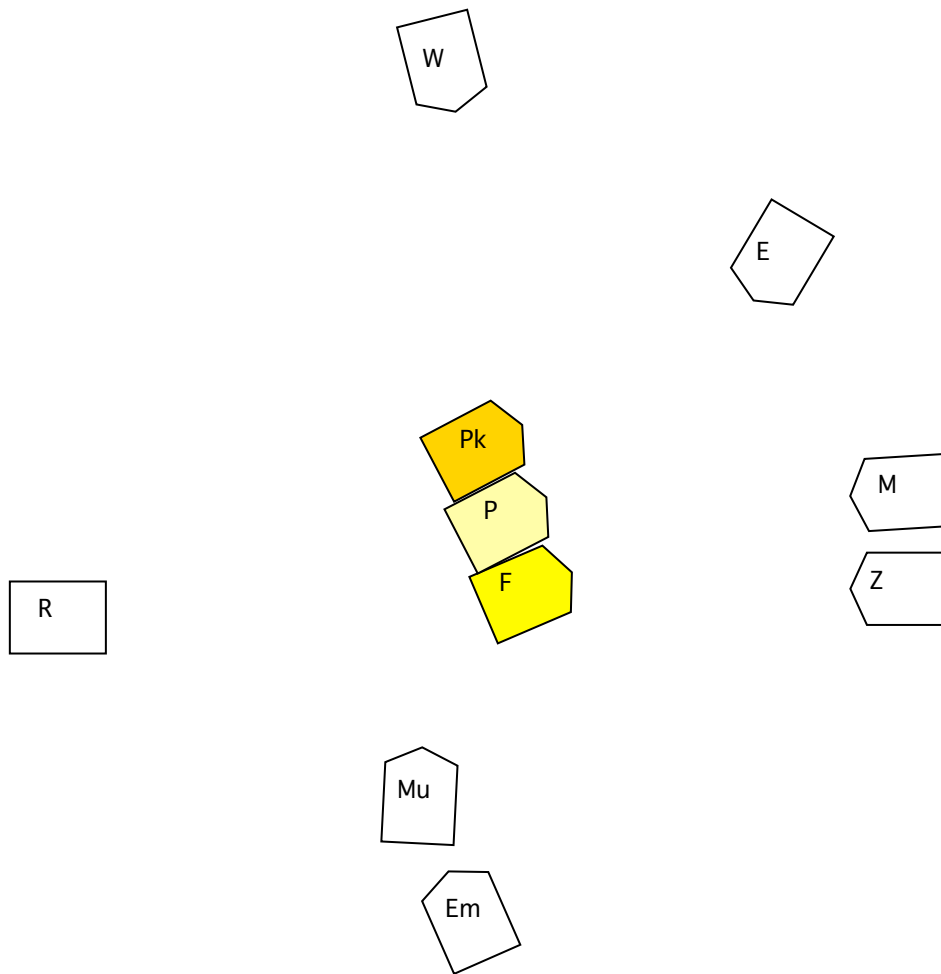
Pk Ich merke auch, dass ich froh bin, wenn ich sehe und höre.
Ich bitte P, sich hinter den Focus zu stellen und von dort aus sich im Bild umzusehen.



- B Schau hin zu deiner Tochter.
Zu F: Die Mutter fängt an zu leuchten. - Gibt es eine Bewegung?
- F So zwischendurch möchte ich hingehen.
- B Dann versuch mal, was geht - du kannst ja ausprobieren - du kannst ja deine kleine Ausführung mitnehmen und die Original- Paula geht auch mit.
- Alle 3 gehen ganz behutsam auf die Mutter zu.
- B Wie geht's der kleinen?
- Pk
- B Schau deiner Mutter in die Augen und lass zu, was jetzt grad passiert. -
zu Mu: Du darfst auch gern deine kleine Tochter in den Arm nehmen, wenn es dein Wunsch ist.
- Pkich fühl mich nicht stark. Schaut zu F und P.
- B ... dann frag die grosse Paula, ob sie's ernst meint.
- F Ich bin da, ich verlasse dich nicht.
- Jetzt umarmen sich alle: Mu, Pk, F, P.
- B zu P: Nimm die kleine und die grosse an der Hand und dreht euch um



- B Zu P: Paula, schau zurück zu deiner Mutter und schau zu dem hinter deiner Mutter. Dann schau zur kleinen Paula, die damals noch nicht wissen konnte, dass es dich einmal geben wird – und schau zur Grossen - und solltest du einmal vergessen, dass du schon 34 bist, erinnere dich an sie, bei der schon angekommen ist, was bei dir grad anzukommen beginnt
- Zu Mu: Wenn du magst kannst du deine Hand auf Paulas Schulter legen –
- Zu P: Und du kannst einen Blick zu dem hinter deiner Mutter werfen – zu ihm, bei dem es in Ordnung ist, wenn er auf Distanz ist – und wenn er hinter deiner Mutter steht.
- Zu W: Was hat sich bei dir verändert, Wunder?
- W *Steht wieder auf:* Für mich ist's nicht schlecht. Ich war immer dabei Jetzt fühl ich mich einfach wohl.
- B Schau mal, wo ein guter Platz ist für dich.
- W stellt sich so, dass P es sehen kann, geht jedoch ziemlich weit zurück:

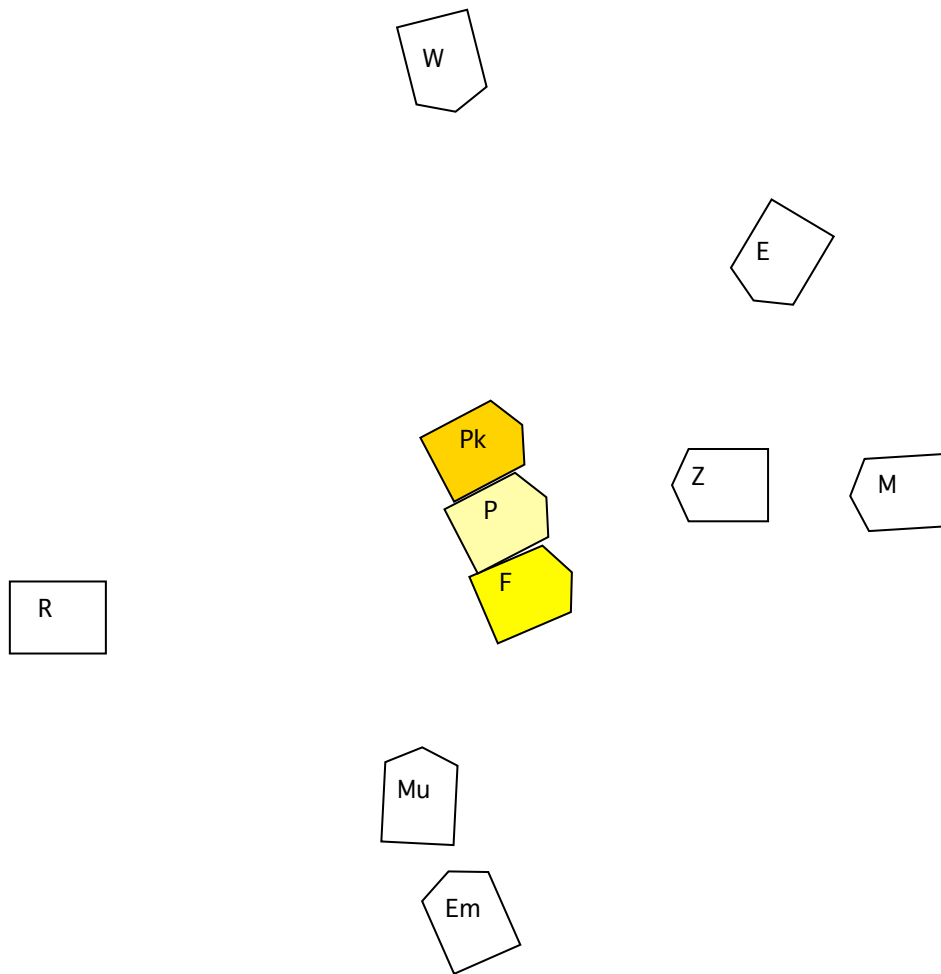


B Zu Z: Bist du am richtigen Ort?

Z Jetzt nicht, aber vorher hat's gestimmt. Es ist für mich sehr klar, ich hab einen Blick auf das Ganze - und der Focus interessiert mich. Nur fühlte ich mich immer etwas gehemmt, den Focus voll anzusehen - und während der ganzen Geschichte habe ich gedacht - es braucht jetzt einfach viel Geduld. - Ich würde so gerne auf den Focus zugehen.

Ich bitte Z, das zu tun.

Üblicherweise ist es allerdings sinnvoll, den Focus auf das Ziel zugehen zu lassen und nicht umgekehrt.



B Oh - Paula strahlt.

Z Zu P und F: Ich warte schon ewig lang, dass du mich siehst.

B Ziele müssen manchmal lange warten, bis man sie sieht.

P Ich brauche noch etwas Zeit.

Z Ich freue mich, wenn du kommst und ich brauch einfach Geduld bis du kommst.

B Zu P: Und schau einfach hin – und lass dir Zeit.

Zu M: Ist etwas bei dir?

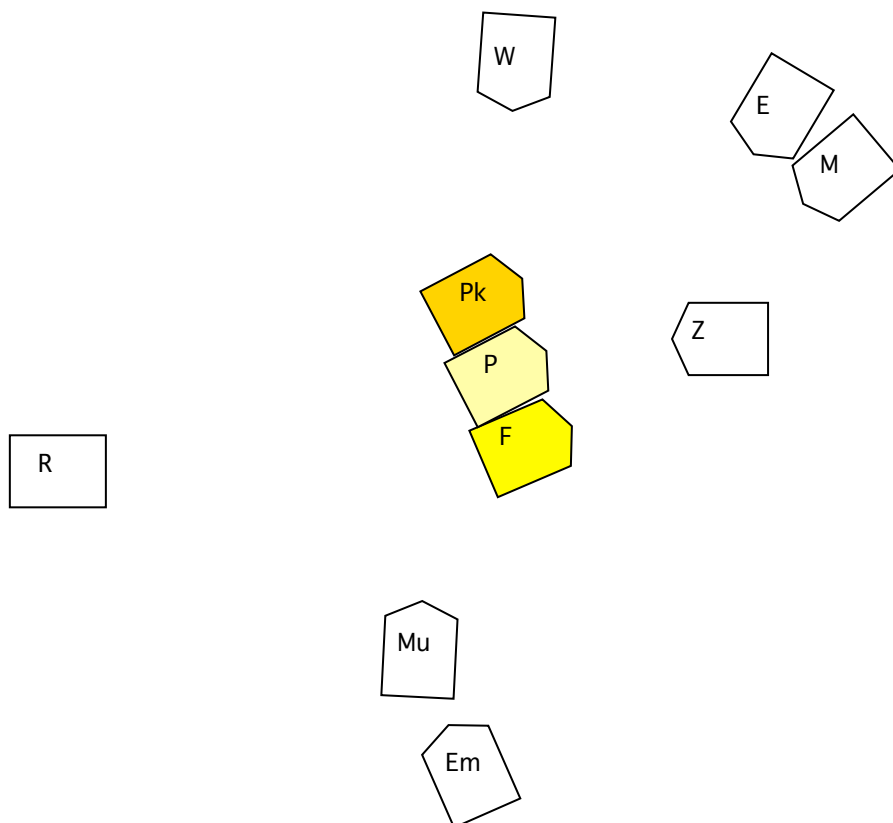
M Ja - irgendwie ist es ein eigenartiges Gefühl, mein rechtes Bein ist gespannt und der Eigensinn und ich gehören zusammen.

B Der könnte näher kommen -

Zu E: Wie geht's dem Eigensinn

E Mir geht s gut.

B Zu P: Oh - schau zu deinem Wunder, das Wunder geht noch etwas zurück. Und das Ziel ist sehr nah.



- B Und das ist die Zukunft - und jetzt kann sie beginnen.
- B Zu P: Gibt es noch eine Frage?
- P Oh, das Wunder kommt grad bei mir an.
- B Schön..... Dann bitte ich dich, nochmals im Kreis rumzublicken, mit allen Augenkontakt aufzunehmen - und ich wünsche dir eine gute Fortsetzung. Die Repräsentantinnen bitte ich, sich gut zu entrollen.

Erstes Nachgespräch nach 4 Wochen

- mit integrierter Kontextüberlagerungsauflösung

- P Ich war nicht in Amsterdam. Doch habe ich mich von R getrennt. Ich will kein Geheimnis mehr sein. R ist verheiratet und verheimlichte seit drei Jahren die Beziehung zu P vor seiner Frau. Er telefonierte mit seiner Frau und ich hatte keine Lust, aus dem Raum wegzugehen. Ich habe mit ihm geredet und bin dann gegangen..... Ich bin nachher in ein schwarzes Loch gefallen Doch weiss ich jetzt, dass ich mit einem Mann zusammen sein will, der meine Farben will – mein Spektrum. Ich will mit jemandem zusammen sein, der nicht einfach meine Stärke will – einen Mann, der mich auch halten kann, der keine Angst hat vor meinem schwarzen Loch.
- B Kennst du das aus deiner Vergangenheit bereits?
- P Ich meinte bis anhin, dass ich das verhindern muss, dass ich nicht in Abgründe stürzen darf. J hätte mir das vielleicht gegeben..... Seit der Aufstellung habe ich jedoch mehr Zuversicht, dass ich das weniger

für mich behalten muss, dass ich mich eben einfach zeigen kann mit dem, was ich grad fühle, wie es mir gerade ist.

B R hat dir auch viel gegeben. Er hat es zugelassen, dass du dich zeigen konntest mit deinen Abgründen. Was hast du ihm dafür gegeben?

P Ich habe akzeptiert, ein Geheimnis in seinem Leben zu sein. ich habe akzeptiert, dass ich nirgends mit ihm unbeschwert durch die Strassen gehen konnte aus Angst, dass uns jemand sieht.....

Im weiteren Gesprächsverlauf geht es vor allem um einen Rückblick auf die Beziehung. P erzählt viel über vergangene Beziehungen.

B und in Zukunft?

P Ich werde klar sein und ich werde erkennbar sein: Mein zukünftiger Partner wird mich wahrnehmen können – eben, das ist ja mein Ziel, klar zu sein und erkennbar zu sein und einfach zu sein wie ich bin.

B Mit allen deinen Farben – mit allen deinen Löchern?

P Ja, und Grenzen setzen gehört dazu. Und ich stehe zu mir und ich traue mich.

B Glaubst du noch immer, dass es Männer, die positiv darauf reagieren, nicht gibt?

P Doch, wenn ich mir das nochmals so vor Augen führe, wird es realer, dann spüre ich, dass es ja eigentlich viel mehr um das „zu mir stehen“ geht.

B Dann kannst du dich also überraschen lassen?

P Ja, ich glaube, da kann meine Zuversicht noch wachsen.

B Was gibt es noch?

P Ich bin noch immer erstaunt, dass ich so viel Mut aufbrachte, wirklich von R weg zu gehen, – dass ich den Vertrag mit R aufgelöst habe. – Mh.... Eigentlich ist da viel Freude damit verbunden – und die habe ich noch nicht ganz begriffen. Noch spüre ich Schuldgefühle, und ich fühle mich nicht ganz auf dieser Erde, wenn ich daran denke. Die Freude ist noch nicht ganz bei mir angekommen, das braucht noch etwas Zeit..... Ich spüre manchmal die Freude auf den Frühling und auf das Kommende – ganz angekommen ist die Freude noch nicht.

Ich erinnere mich an eine frühere Arbeit, die auch die Ausgangslage für die beschriebene Aufstellung war: P beschrieb damals, dass die Füße und ihre Wurzeln getrennt seien.

B Wo in deinem Körper nimmst du diese Freude wahr, in den Momenten, in denen sie auftaucht?

P Da - im Bauch.

B Geh mit deiner Aufmerksamkeit an diesen Ort. Und spür einfach nach.

P ist sehr berührt.

B Wo bist du auf dieser Erde, wenn du mit diesem Gefühl in Verbindung bist? bist du oben oder unten?

P Ganz erstaunt: Da bin ich tatsächlich auf der Erde. Ich habe sogar das Gefühl, die Erde zwischen meinen Zehen zu spüren. Tiefer Seufzer. Ja – es fühlt sich ganz naturbezogen - ganz erdig an.

B Nimm diese Erfahrung mit in deinen Alltag!

P Lacht: Bestimmt.

B Musst du dir Sorgen machen um R?

P Halb – halb. Die Schuldgefühle verlassen mich nicht wirklich. Weint.

Ich halte die kataleptische Hand vor P:

B Wo bist du mit deiner Energie, wenn du hier auf R schaust?

P Überall. Und insbesondere da. Weist auf den Raum über ihrem Kopf.

B Schau gut zu R hin. Ich nehme die zweite Hand und halte sie hinter die erste. Das, was bei dir die Schuldgefühle auslöst, nehme ich jetzt von ihm weg – hier zur Seite. Ich ziehe die zweite Hand langsam zur Seite. Was verändert sich für dich?

P Sehr berührt: Jetzt sehe ich das Schöne, das mit ihm war.

B Und auch dazu gehört Trauer, dass das nicht mehr sein wird.

P Mh.

B Und schau wieder zu R mit all dem Schönen, das ihr miteinander erlebt habt – und schau hier zu dem, was mit den Schuldgefühlen verbunden ist: Welcher Name taucht da bei dir auf?

P Komischerweise taucht mein Bruder auf: Ich musste während meiner ganzen Kindheit auf ihn aufpassen. Ich war die Grössere und musste die vernünftiger sein.

B Dann schau wieder zurück zu R und schau, wie es sich jetzt anfühlt.

P Es ist klarer. Stimme wird tiefer. Ja, das ist er – wie er ist.

B Wo bist du im Moment angekommen?

P Ich fühle mich erleichtert. Wir werden uns wieder begegnen – und jetzt fühle ich mich offener gegenüber ihm. Die Schuldgefühle sind weg. Das Durcheinander ist weg.

B Und was taucht auf, wenn du an deine Freude denkst?

P Dann fühle ich mich leichter und beweglicher – ja, lebendiger – leichter.

B Gut. – Und dann schau noch mal zu deinem Bruder, auf den du aufpassen musstest als Kind und sag: Früher einmal!

P Wiederholt und lacht: Ja, das war wirklich früher.

B Gibt es noch etwas, das wichtig gewesen wäre, dass es zur Sprache kommt?

P Lacht: Nein – nein. Das wichtige ist noch deutlicher geworden. Und die Schuldgefühle sind wirklich weniger – auch das Gefühl, noch etwas recht tun zu müssen.

B Ja - eine rechte Trennung! - Du hast wohl einen wichtigen Schritt getan. -- Wann gehst du nach Amsterdam?

P Ich war schon dort: Ich habe eine Collage gemacht. P erzählt, wie die aussieht. So war ich doch dort.

Meine Hypothese, dass für Paula noch viel Arbeit ansteht, bewahrheitete sich. In den Monaten nach diesem ersten Nachgespräch entwickelte Paula eine intensivere Beziehung zu ihrer Mutter, die sie vorher seit Jahren

nie mehr alleine gesehen hatte. Sie entwickelte ebenfalls ein grosses Interesse an der Herkunftsfamilie ihrer Mutter und äusserte die Absicht, mit ihr eine Reise nach Holland – dem Herkunftsland ihre Mutter - zu machen. Wir trafen uns sehr sporadisch.

Anteile der Vernichtung wie Paula sie in der ersten Aufstellung nannte, liessen sie noch immer nicht los. Sie tauchten im Zusammenhang mit Paulas sexuellen Fantasien und Aktivitäten auf, die nach einigen Monaten wieder aktueller wurden, und bedrängten sie dann in einer fast unerträglichen Weise. Paula war sehr deprimiert und ich schlug ihr vor, nochmals eine Aufstellung zu machen.

Es kam zu einer zweiten – partiellen – Wunderaufstellung mit sehr ähnlichen Bezügen zum Wunder wie in der ersten. Ich stellte von Anfang an die Herkunftsfamilie der Mutter mit auf: Paula erzählte mir vorher, dass ihre Mutter evtl. von ihrem Stiefvater als Jugendliche missbraucht wurde und dass ihre Grossmutter sich darum vom Stiefvater getrennt hatte. In der Aufstellung gab es bestätigende Anzeichen für diese Hypothese. Es zeigte sich in der Aufstellung klar, dass die Mutter der Mutter so sehr durch den Tod ihres ersten Mannes (und evtl. anderer) belastet war, dass sie ihrem Mann (Stiefvater ihrer Kinder), der sich in der Nachkriegszeit als Ernährer anbot, ihre Liebe nur über ihre Kinder geben konnte. Der Stiefvater brachte wiederum die Lebendigkeit in die Familie. Eine wichtige Parallele zur ersten Aufstellung zeigte sich gegen Ende: Auch hier wollte die Mutter Distanz zu dem, was für sie belastend war und liess sich nicht bewegen, genauer hin zu schauen. Doch fand Paula wieder Beziehung zu ihrer Grossmutter, die in ihrer Kindheit für sie sehr bedeutend war und was das Abweisende von der Mutter für Paula annehmbar machte. (Leider hat das Tonband bei der Aufnahme nicht funktioniert. Ich hätte gerne die ganze Aufstellung dokumentiert.)

Zweites Nachgespräch nach 13 Monaten

Das zweite Nachgespräch findet nun 13 Monate nach der ersten Aufstellung und zwei Monate nach der zweiten Aufstellung statt.

B Was hat sich für dich verbessert?

P Ich merke, dass ich ganz anders meiner Mutter begegne. Ich fühle mich seit der Aufstellung ganz anders. Wir wollten miteinander nach Holland reisen. Wir haben uns zweimal getroffen, um darüber zu reden und ich merkte, dass sie andere Gründe dafür hat als ich. Sie hat ganz andere Interessen als ich. Ich versuchte sie zu überreden, was wir gemeinsam tun könnten. Und ich merkte, dass wir zwei unterschiedliche Gründe für diese Reise haben. Sie sagte mir schon früher, dass sie ihre Wurzeln zu Holland abgebrochen hat. Und ich merke, dass das für mich anders ist. Doch konnte ich ihr sagen, dass ich es jetzt auch gehört habe. Ich hätte mir sehr gewünscht, sie hätte mich auf meiner Reise begleiten können. Doch konnten wir jetzt darüber reden, dass sie wegen anderen Aufgaben nach Holland geht. Es ist für mich ein Wunder, dass sie das selber auch sagen konnte. Und ich bin dafür sehr dankbar. Früher hätte ich mir überlegt, wie ich auch für sie einen Weg finden könnte. Ich hätte mir viel überlegt und heute realisiere ich, dass das unmöglich ist. Früher wäre ich dann für sie gegangen und hätte vergessen, was ich will. Ich grenze mich auch in der Arbeit klarer ab. Ich freue mich, dass ich diese Abgrenzungen in der Arbeit und gegenüber meiner Mutter in unterschiedlicher Weise erlebe.

B Aha – und wie ist dieser Unterschied?

P Bei meiner Mutter erlebe ich mich ganz weich und in einer Weise sehr bei mir selber. Ich spüre mich in meiner Weiblichkeit. – In der Arbeit erlebe ich mich professioneller, klarer.

B Wie nimmst du diese unterschiedlichen Qualität in deinem Körper wahr?

P Auf der Haut. Aha - ? Ich spüre mich viel besser und weiss, bis wohin ich was will. Beim weicheren, beim Frausein spüre ich auch eine Entspannung in der Herzgegend, verbunden mit einem Glücksgefühl.

B Wie fühlt sich dann die Haut an?

- P Prickelnder – lebendig.
- B Und wenn es um die Arbeit geht?
- P Dann gehen die Poren zu – aha – ja – wenn es um die Arbeit geht, gehen die Poren zu und beim Frausein gehen sie auf – so ist der Unterschied. – Ja – und das ist so seit der Aufstellung. Ich fühle mich, als sei ich das Wunder geworden. Irgendwie war ich jedoch zu schnell.
- B Wenn du langsamer gewesen wärst, was wäre anders gewesen.
- P Ich wäre dann sicherer, dass ich aus dem Ergebnis der Aufstellung nicht zu schnelle Schlüsse gezogen habe. Ich würde meiner Wahrnehmung noch mehr trauen. Die Veränderungen gehen so schnell.
- B Aha – das könnte bedeuten, dass es für dich wichtig ist, dir Zeit zu lassen, deinen Körper zu hören? Du hast einen sehr guten Zugang zu deinen Körperwahrnehmungen und du weißt mittlerweile, dass Körperwahrnehmungen einfach sind und nicht falsch sein können.
- P Ja, das stimmt. ich bin darin sehr präzise. Und das stimmt, dass ich mir dafür einfach Zeit nehmen muss.
- B Ich nehme eher wahr, dass dein Körper sehr schnell ist in der Wahrnehmung, dass dein Kopf jedoch eine andere Idee verfolgt
- P Sehr bestimmt: Ja, genau, so ist es.
- B Erinnerung dich nochmals ans Wunder und spüre im nachhinein nochmals, wie sich das Wunder in deinem Körper anfühlt.
- P Es ist klar. Ich spüre ganz klar meine sexuelle Energie. Und ich bin ganz eingefleischt mit meiner Gewohnheit, mich unanständig zu fühlen. Doch spüre ich mich ganz gut auf dem Boden, mit schweren, gut verankerten Füßen.
- B Und nun geht es darum, dir zu erlauben, deine Sexualität und Lebenskraft zu haben und die Gewohnheit, dich dafür zu bestrafen, loszulassen.
- P Ja, so ist es. Diese Gewohnheit ist wirklich stark.
- B Ich könnte mir vorstellen, dass es sich lohnt, mit diesen Ergebnissen in deiner Atemtherapie weiter zu arbeiten. So kannst du auch gut mit deiner neu begonnenen Bewegung in Verbindung bleiben – mit dem Spiel der Abgrenzung und Offenheit für dich und gegenüber andern.
- P Ja, das nehme ich gerne auf. Ich habe eine neue Therapeutin, mit der ich das sicher gut besprechen kann und die mich darin sicher sehr feinfühlig begleiten wird.

Im weiteren Sitzungsverlauf geht es um die Planung der Reise nach Holland, um Unsicherheiten, Ängste und andere starke Emotionen beim Gedanken an Begegnungen mit dem Leben ihrer Mutter und Großmutter.

Aufgrund dieser Sitzung wird mir wieder einmal mehr vor Augen geführt, wie subtil die Weiterentwicklungen aus den Aufstellungen wirken. In der Begleitung von Paula über die Jahre verstärkt sich meine Erfahrung, dass Aufstellungen durch eine Nachbearbeitung und manchmal über eine Erfahrung des kognitiven Verstehens erst ihre volle Wirkung entfalten können. Im Gespräch mit Paula wurde deutlich, dass sie gewisse Interventionen aus der Aufstellung anders deutete als ich und dass das Besprechen der bei ihr zurückgebliebenen Fragen eine deutliche weitere Entlastung bedeuteten. Meine Anregung, diese Erfahrung der Unterscheidung von mir und die andern über die offenen und geschlossenen Poren resultiert aus der Erfahrung, dass gewisse intuitive Erlebnisse nicht beim ersten Mal wirken. diese Erfahrung wurde durch neueste Gehirnforschungen belegt: Um neue Strassen (neue Muster) in den Gehirnbahnen zu festigen, benötigen wir eine siebenfache Erfahrung, bis diese im Hirn eigenständig eingepägt sind.

Glaubenssataufstellung

Mit Rainer

Vorgeschichte

Rainer kommt oft zu meinen Aufstellungsgruppen als Repräsentant. Er ist bereits im Pensionsalter. Er arbeitet noch immer vollzeitlich als Geschäftsleitungsmitglied und Personalverantwortlicher in einem Industriebetrieb. Ursprünglich war er Priester, hat dieses Amt allerdings vor bald 40 Jahren verlassen. Er hat zwei erwachsene Kinder und lebt in zweiter Ehe mit einer Nordafrikanerin.

Anlass für intensivere Gespräche waren die Aufstellungen, in denen er als Repräsentant dabei war. Mehr und mehr verbanden sich diese Gespräche mit seiner eigenen Situation: seine vermehrt auftretenden Symptome, der schon länger dauernde Energieverlust und das Gefühl des Ausgebrannt Seins. Seine Schwierigkeiten manifestierten sich nicht nur körperlich sondern auch finanziell. Seine Ausgaben überstiegen die Einnahmen. Dazu kam die Unfähigkeit, trotz besserem Wissen, sich von unangemessenen Forderungen seiner Frau wie auch von den Erwartungen seines Auftraggebers bezüglich Arbeitsvolumen, abzugrenzen. Seine Ehe- und Arbeitssituation neu zu ordnen, ist eine Aufgabe, derer sich Rainer schon länger bewusst ist. Dabei geht es auch darum, seinen Gesundheitszustand zu stabilisieren.

Trotz intensiver Beratung und Unterstützung bei verschiedenen Personen fand er bis anhin immer wieder genügend gute Gründe, die es nicht zuließen, das zu tun, was er eigentlich wusste, was für ihn zu tun war. Seine Rationalität liess ihn immer wieder tausend gute Gründe finden noch zu warten. Die Aufstellungsarbeit gab ihm Hoffnung, jenseits seines Verstandes zu einer Verbesserung seiner Situation zu kommen. Ich hatte aufgrund verschiedener Gespräche mit ihm den Eindruck, dass Hindernisse, die ihn bis anhin keine nachhaltigen Verbesserungen erreichen liessen, gekoppelt waren mit unbewussten „Glaubensbekenntnissen“.

In einem dieser Gespräche stiessen wir auf einen Glaubenssatz: „Mich opfern und geopfert werden, ist des Priesters Los – mich opfern und geopfert werden, ist mein Los“. Rainer hatte den Eindruck, einem Schlüsselsatz als Hindernis begegnet zu sein. Wir beschlossen, damit eine Aufstellung zu machen.

Die Aufstellung

Vorgespräch

Fallgeber Rainer = R

Aufstellungsleiterin = B

B Was wäre für dich ein gutes Ergebnis dieser Aufstellung?

R Die Energie zu generieren, die ich benötige, um Tatsachen zu schaffen. Ich will meine Finanzen ordnen und ein Gleichgewicht im Geben und Nehmen herstellen.

B Wir haben schon etliche Gespräche über dein Anliegen geführt. Ich schlage vor, eine Glaubenssataufstellung zu machen.

Rainer machte in früheren Gesprächen immer wieder darauf aufmerksam, dass er keinen Zugang zu seiner Liebe fand. Mein Gefühl war eher, dass er durch die Ausrichtung auf die Liebe sein Blick von der Ordnung, bei der ich eine Kontextüberlagerung vermutete, weglentete, also sein ausgerichtet sein auf die mangelnde Liebe ein verdeckter Gewinn war.

Das Bewusstwerden des Glaubenssatzes und die daraus resultierende Betroffenheit lassen mich das Format der Glaubenssatzaufstellung mit den Polen der Glaubenspolaritätenaufstellung wählen. Das Aufstellen der Pole der GPL gibt mir zudem Gelegenheit, meine Hypothese der Kontextüberlagerung zu überprüfen.

Glaubenssatzaufstellung mit den Polen der Glaubenspolaritätenaufstellung (partielle GPL)

RepräsentantInnen:

L = Liebe

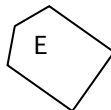
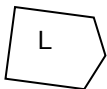
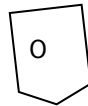
E = Erkenntnis

O = Ordnung

F = Focus mit Glaubenssatz, den Rainer dem Focus „einsagt“: „Mich opfern und geopfert werden ist mein Los“.

Zuerst lasse ich Rainer die Pole in einem festen gleichschenkligen Dreieck aufstellen.

Ich will für mich überprüfen wie sich die Pole fühlen, solange die vermuteten Kontextüberlagerungen noch keine Rolle spielen, da sie aus meinem Verständnis erst im Bezug zum Focus überhaupt auftauchen. Auch will ich wissen, wie die aus Rainers Sicht nicht zugängliche Liebe manifestiert.



L Ich fühle mich offen und fließend. Ich nehme nur E wahr und habe keinen Bezug zu O.

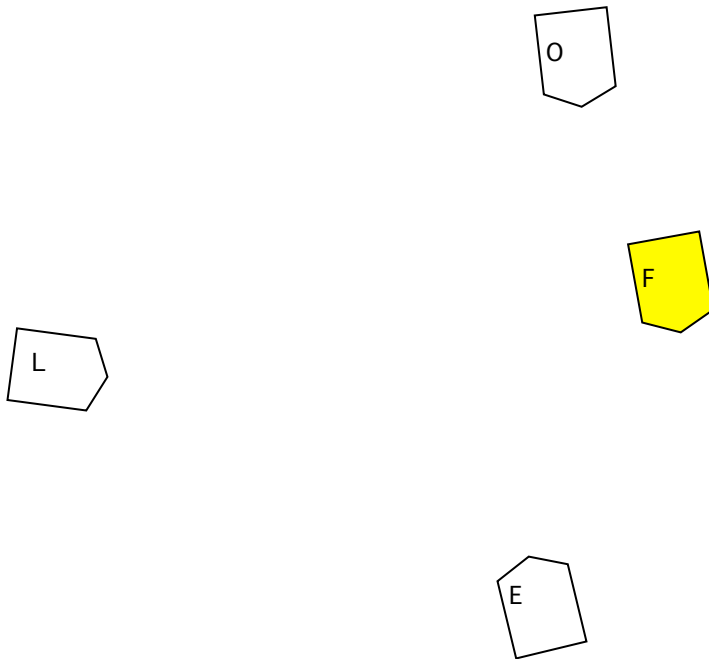
E Es ist für mich auffällig, dass ich mit meinen Füßen auf L ausgerichtet bin. Ich fühle mich am Boden festgenagelt.

O Ich nehme nur E wahr. Ich fühle mich unverbunden.

B Zu R: Stell dich dann bitte hinter deinen Focus und sag ihm den Glaubenssatz, den du formuliert hast.

R Stellt F auf und sagt ihm den Satz: Mich opfern und geopfert werden ist mein Los.

F wiederholt den Satz bis R zufrieden ist.

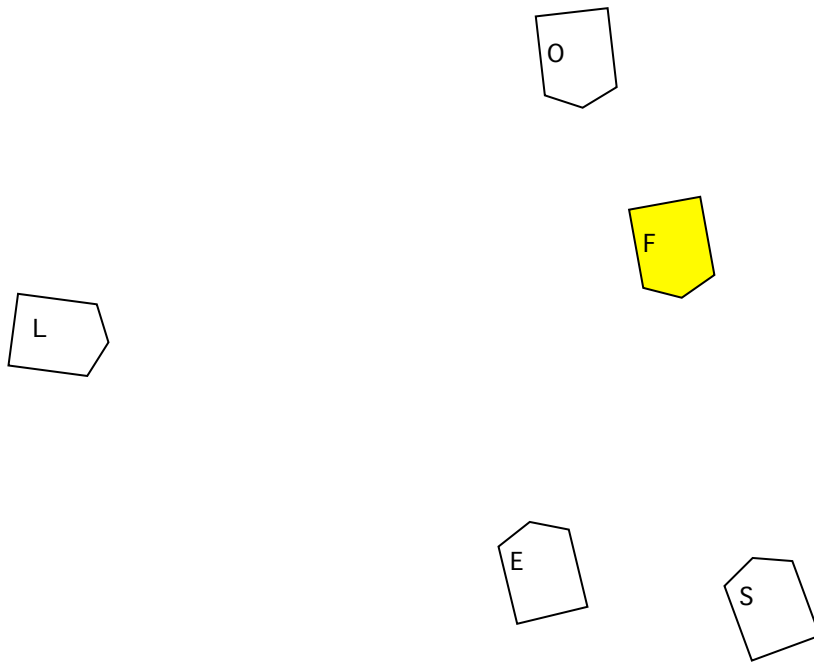


B befragt die RepräsentantInnen nach ihrem Befinden.

- L Es fühlt sich sehr warm an im Bauch. Ich bin besorgt, wenn ich zu F schaue. Meine Verbindung mit E wird stärker.
- E L ist für mich zu weit weg, - ich möchte sie mehr an meiner Seite spüren.
- O Ich habe das Gefühl, F im Nacken zu sitzen. Die andern sind weit entfernt.
- F Ich sehe nur diese Skulptur hier (Skulptur an Wand). O im Rücken fühlt sich in Ordnung an. Sonst nehme ich nichts wahr.

Ich bitte Rainer, einen Repräsentanten für das, was die Skulptur verkörpert, dazu stellen:

S = Das, wofür die Skulptur steht



B Für wen verändert sich was?

L Ich bin sehr besorgt. Ich möchte mich noch mehr mit E verbinden.

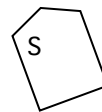
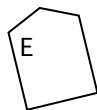
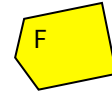
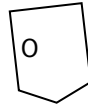
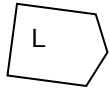
E Mein rechter Arm ist kalt. Gegenüber S habe ich ein Gefühl von Unwohlsein.

O Mein Gefühl, dem Focus im Nacken zu sitzen, steigt. Ich fühle mich noch mehr vom übrigen Geschehen getrennt.

F Mein Blick bleibt auf S. Ich habe das Gefühl, zwischen O und S zu stehen. Ich würde mich gerne aus der Linie bewegen.

S Mir ist kalt. Fühle ein Schauern im Körper. Ich bin froh, O nicht anschauen zu müssen.

Ich stelle zunächst F zur Seite, damit O und S in direkten Kontakt miteinander treten können.



S will nicht zu O hinschauen.

F Ziemlich heftig und autoritär: Es geht um Vater und Mutter: Sie sollen es endlich in Ordnung bringen.

E erzählt etwas über die Kirche und Maria Magdalena, die geopfert wurde und die Verleugnung dieser Opferung durch die Kirche und dass man jetzt wieder auf halbem Weg stehen bleiben könnte und dass es jetzt weitergehen muss.

L Ich fühle mich sehr schwindlig und ich empfinde alles von allen.

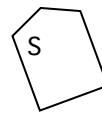
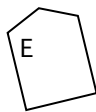
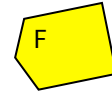
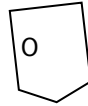
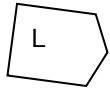
O So ist es schon richtig. Ich werte diese Aussage als losgelöst vom Empfinden und sehr moralisch. Mein Gefühl, F zu bedrohen, bleibt bestehen.

O verhält sich seit Beginn, als würde sie auch noch für etwas, jemand andern stehen. (Bedrohung des Focus - Strenge):

Ich bitte R für das, wofür die Ordnung auch noch steht, einen Repräsentanten zu wählen und ihn neben O zu stellen.

X = Das, wofür die Ordnung auch noch steht

E geht von sich aus zur Seite, wie X dazu kommt.



- O „Moralisiert“ weiter: So ist es schon richtig.
- X Sehr unterwürfig: Es ist schon in Ordnung.
- S Reagiert heftig: Da kann ich nicht hinschauen.
- E Ist unruhig: Und ich kann nur hoffen, dass es gut weitergeht
- F nimmt keine Veränderung wahr.

Meine erste Hypothese war, dass bei O eine Verwechslung mit X vorliegt. Test:
Kontextüberlagerungsauflösungsritual: ich lasse X und O den Platz tauschen – beide stellen eine leichte Verbesserung fest. Beide tauschen den Platz. Ich lasse O auf X zugehen –Drehung – wieder zurück an Ausgangsplatz:

X und O nehmen keine Veränderung wahr.

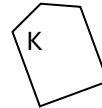
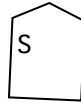
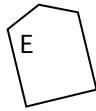
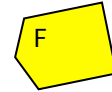
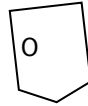
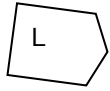
B Zu O: Sag zu X: „Ich bin die Ordnung und du bist der, der mich vertritt.“

O wiederholt.

Weiterhin keine Veränderung bei O und bei X.

Test:
Ich bitte R, die Kirche dazu zu stellen.

K = Kirche



S rückt näher zu E hin.

K Ich fühle mich ganz schwach, bekomme jedoch die Energie von dem, was hinter mir ist.

B Zu K: Schau die Skulptur an.

K Wird ruhiger: Jetzt kann ich einfach hier stehen.

Hypothese: Skulptur stand im ersten Bild für die Mutter, im zweiten für die Kirche und jetzt für Glaube oder Spiritualität oder göttliche Kraft.

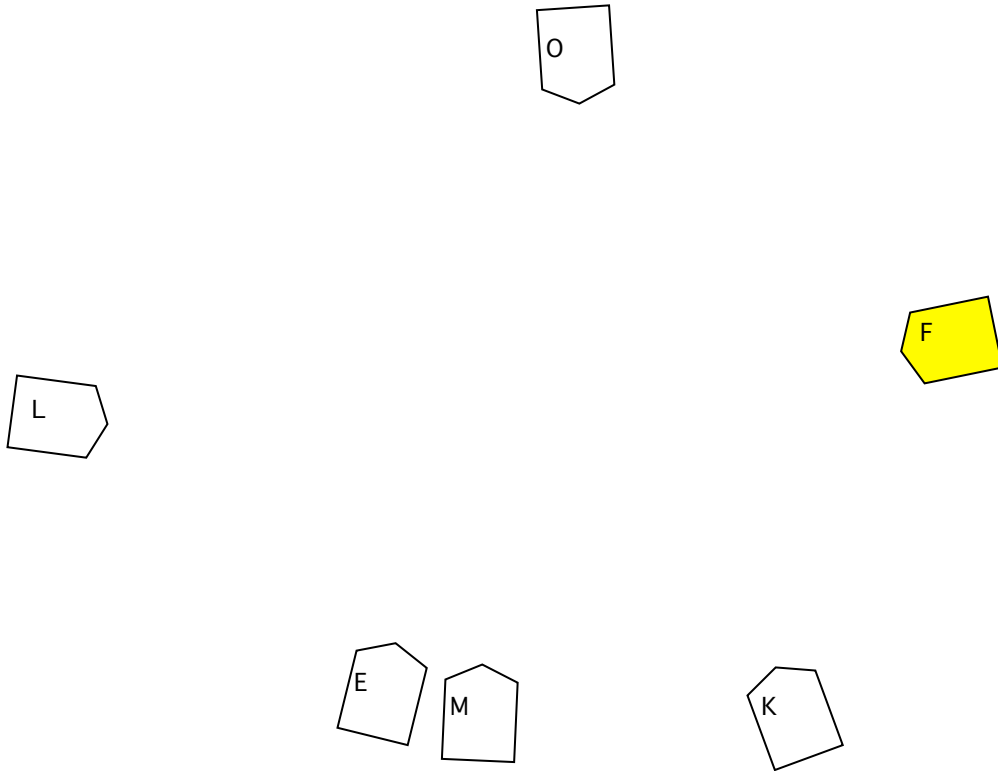
Da F auf O und S als Vater und Mutter hingewiesen hat, teste ich, wie S darauf reagiert:

B Wie fühlt sich diese Namensänderung an?

S Ja, das fühlt sich sehr stimmig an.

M = Mutter von R = frühere S

Ich stelle M neben E



M E gibt mir Sicherheit. Doch kann ich immer noch nicht zu O hinschauen

L Ich fühle mich ruhiger, doch bin ich sehr besorgt wegen F.

F Ich verstehe nichts mehr, doch ich weiss, dass das, was jetzt geschieht, richtig ist. Mein Kopf ist allerdings ganz leer.

L Ich mache mir grosse Sorgen um die Mutter.

F Und ich fühle mich besser, weil jetzt „Vater“ und Mutter beieinander sind.

E Ich bin nicht der Vater.

Entspricht auch meinem Gefühl. Doch empfinde ich und nehme zunächst einfach wahr, dass die Linie von M und O wie eine Unterbrechungslinie des Energieflusses von L zu F darstellt.

Ich fordere die Mutter auf, O und X anzuschauen.

F Das ist gut für mich. Jetzt kann ich mich dem zuwenden, was mit Vater und Mutter ist.

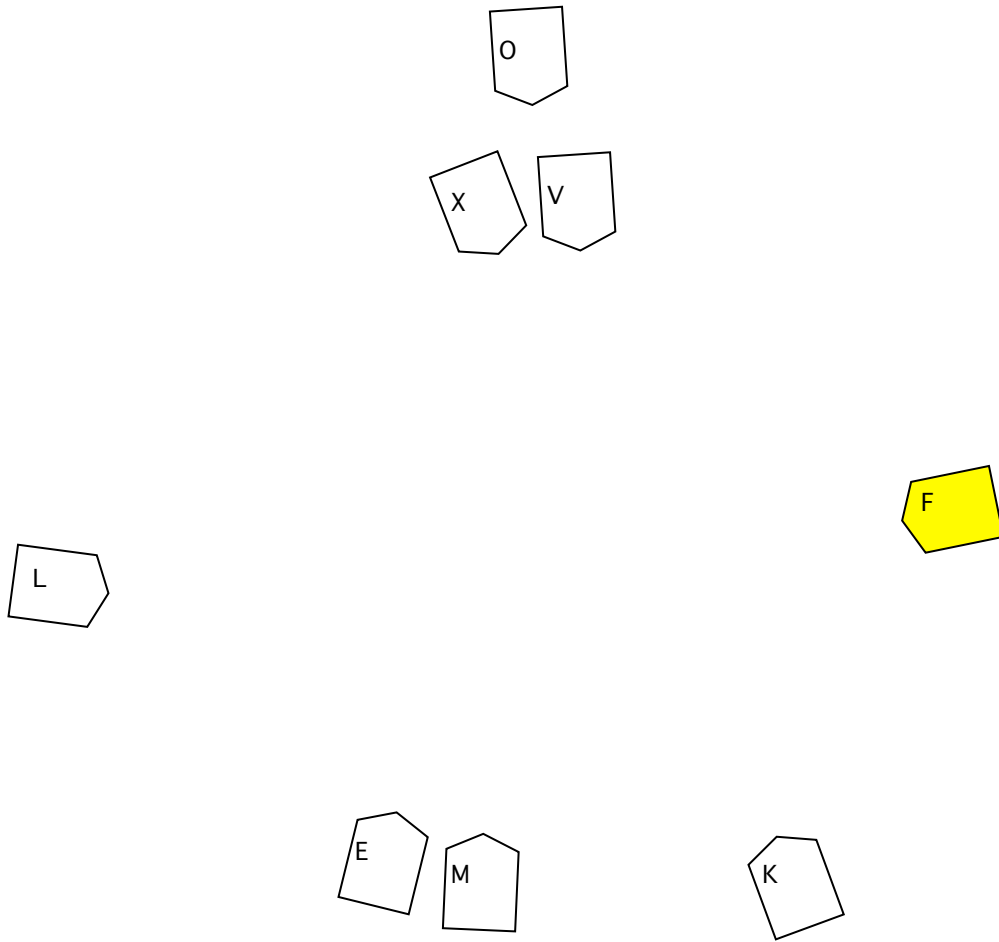
O Die Kirche ist schon in Ordnung.

X Ja, die ist schon in Ordnung.

Bei X nehme ich in keiner Weise Hinweise wahr, dass er den Vater repräsentiert (was meine Hypothese war), obwohl der Vater verschiedentlich erwähnt wurde. Test:

Ich bitte O, einen Schritt zurückzugehen und lasse R den Vater neben X stellen:

V = Vater



M Reagiert sehr stark: Ich kann und will da nicht hinschauen.

F dreht sich zu V und schaut ihn einfach an.

V X ist meine Konkurrenz.

B Zu V: Schau deinen Sohn an.

V Ist mit grosser Liebe auf ihn gerichtet: Du bist schon in Ordnung.

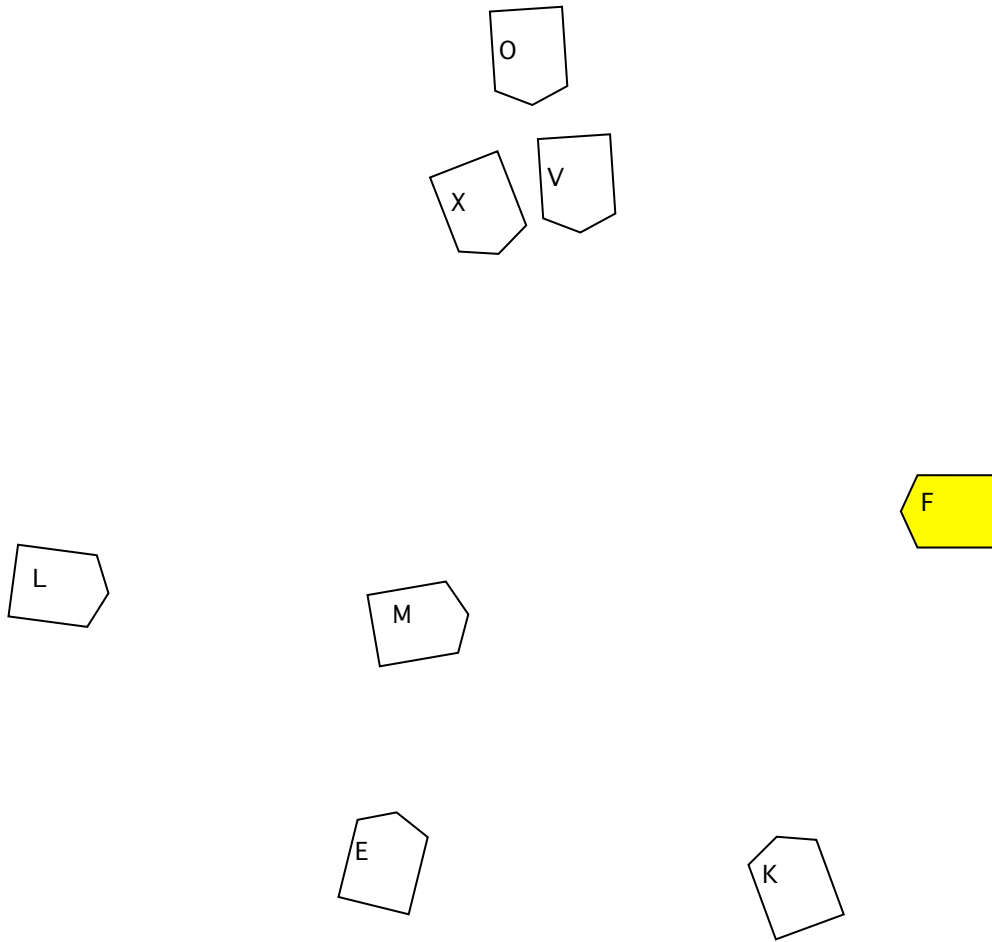
F Dreht sich wieder um und schaut zu K: Jetzt kannst du mir gestohlen bleiben.

M reagiert sehr stark.

V Zu F: Du bist erwachsen und kannst selbst entscheiden.

Das Bild von Vater und X wirkt, als würden zwei Konkurrenten beieinander stehen. In mir entsteht die Phantasie, dass X eine frühere Liebe der Mutter ist, die sie nicht leben durfte, deretwegen sie jedoch starke Schuldgefühle gegenüber ihrer Familie hatte.

Ich stelle M vor F:



B Zu M: Sag deinem Sohn: Für ihn (X) habe ich dich ihr (K) geopfert.

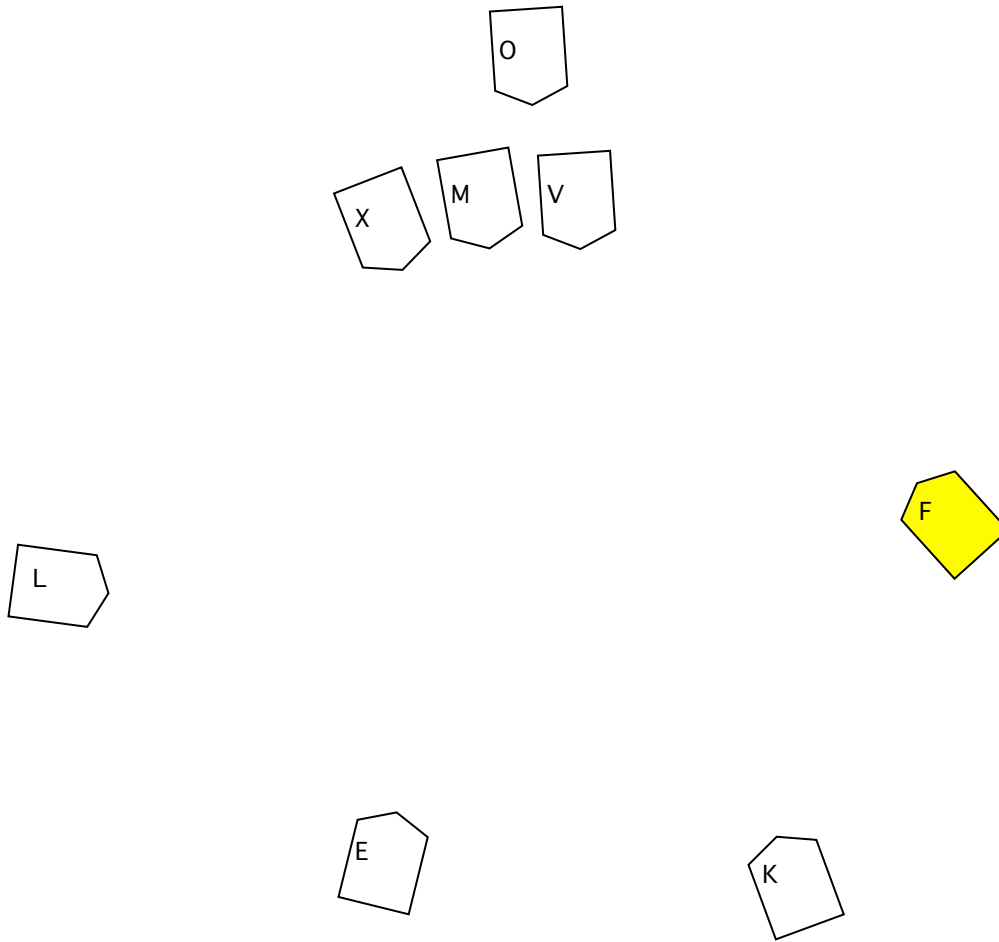
Es erfolgt eine starke Zustimmung von allen RepräsentantInnen.

M Wiederholt: Dafür habe ich dich geopfert. Es tut mir leid.

R Emotional sehr aufgewühlt: Ich habe nach dem Tod meines Vaters am Totenbett meiner Mutter erfahren, dass mein Vater die Priesterweihe als Fehler bezeichnet hat.

F Unvermittelt: Für mich ist es nun genug. Ich habe genug gesehen und möchte hier nicht mehr weitergehen.

Ich bitte F um Erlaubnis, doch noch einen Schritt zu tun, nämlich die Mutter zwischen den Vater und X zu stellen.



- M Jetzt fällt die Last von mir und ich kann mich eindeutig zum Vater stellen.
- B Zu M: Schau X an, - schau einfach hin.
- F Ich möchte dir (X) danken.
- O Jetzt ist es in Ordnung.
- L Ich bin einfach Mitgefühl und nehme alle Gefühle in mir auf. Jetzt fühle ich mich warm und sehr verbunden mit E.
- E Jetzt ist der Prozess weitergegangen. Ich bin froh, dass wir nicht wie die Kirche auf halbem Weg aufgehört haben.
- F Ich bin froh, meinen Vater so klar anschauen zu können und die Verbindung mit ihm zu spüren.
- K Ich habe hier keine Bedeutung mehr.
- V Ich sehe dich gerne, mein Sohn.
- X Es ist, wie es ist.
- B Zu F: Wie heisst jetzt dein Satz?
- F Ich bin in Ordnung.

Ich bitte R, sich an den Platz von F zu stellen (F bitte ich, sich zu entrollen) Ich bitte ihn, den Satz zu wiederholen und zu allen RepräsentantInnen einzeln zu sagen.

So schliessen wir die Aufstellung ab.

Erstes Nachgespräch nach 4 Wochen

Ich frage Rainer nach den Verbesserungen seit der Aufstellung:

- R Ich konnte zulassen, dass meine Mutter mich eigentlich liebte. Ich besuchte ihr Grab.... Die Botschaft "Du bist in Ordnung" hat viel bewegt. Meine Entschiedenheit ist gewachsen, auch meine Haltung zur Kirche fühlt sich entschiedener an: Diese ist eigentlich hohl..... Ich nehme im Kontakt mit aussen wahr, dass ich etwas Tapferes tun will und Risiken eingehen will..... In der Zwischenzeit erlebte ich ebenfalls den schlimmsten Tag meines Lebens, an dem ich weder ein noch aus wusste. Dadurch, dass du nicht erreichbar warst, bin ich einfach hindurch gegangen.
- In der Beziehung zu meiner Frau kann ich nun zulassen, was eigentlich ist. Ich kann zulassen, dass sie im Grunde schon lange von mir weggegangen ist. Wir haben über ihre Zukunft gesprochen und dass sie nicht mehr auf mich zählen kann. Sie war schon länger immer wieder für mehrere Wochen weg. Ich habe mit ihr darüber gesprochen, dass sie einen andern Versorger suchen muss, auch wenn sie wieder ihre Arbeit als Tänzerin aufnehmen muss. Es gelingt mir auch, mich bei Forderungen für Sonderwünsche abzugrenzen und ihr kein zusätzliches Geld zu geben. Ich kann auch den Trennungsschmerz zulassen.
- Ich setze auch Grenzen in der Arbeit. Ich weiss nun, dass der Schwindel dann auftritt, wenn's „as läbige“ geht. Dann halte ich inne. Ich gehe nach Hause, auch wenn ich nicht alle Arbeiten erledigt habe. Ich delegiere mehr und kann die Arbeit mehr als Job sehen.

Wir lassen das Gespräch so stehen. Rainer ist über die Veränderungen sehr bewegt und wir beschliessen, dass die Veränderungen genügen und Zeit notwendig ist, dass die neue Ordnung sich setzen kann.

Zweites Nachgespräch nach 7 Monaten

- B Wo bist du mittlerweile angekommen?

- R Ich erinnere mich kaum an die Aufstellung, die wir zum Thema opfern gemacht haben. Viel präsenter ist mir die letzte Aufstellung, wo es um die Liebe ging. Doch habe ich mich mit meiner Frau inzwischen geeinigt, dass wir uns scheiden lassen. Sie geht so oder so ihren eigenen Weg. Sie hat jetzt einen reichen Lybier gefunden, der ihr alle Wünsche erfüllt und der sogar noch ein Kind will mit ihr. Wir sind an unserem Hochzeitstag zusammen essen gegangen und haben über die Scheidung gesprochen. Rainer erzählt mit leichter, ruhiger Stimme. Dazwischen lächelt er, als wollte er sagen: habe ich das nicht gut gemacht? Im Geschäft bin ich dran, mich fest anstellen zu lassen und nicht mehr als Freelancer zu arbeiten. Ich tue noch immer zuviel lacht, doch werde ich das vielleicht nicht mehr los, ausser die Gesundheit setzt mir wieder Grenzen. Ich gehe nicht mehr mit Leuten zum Mittagessen. Wenn sie etwas von mir wollen, müssen sie mit mir spazieren gehen. Allgemein kann ich sagen, dass ich mich viel mehr einfach annehmen kann, auch die Einsamkeit und den Wunsch nach Liebe, ohne dass ich alles Mögliche dafür tun muss. Vielleicht liebe ich mich selber etwas mehr? schmunzelt wieder

Ich bedanke mich bei Rainer für dieses Gespräch. Da wir uns oft sehen, werde ich wohl so oder so miterleben, wie seine Liebe zu sich selber hoffentlich mehr und mehr wird.

Nach diesem Nachgespräch habe ich Rainer ein halbes Jahr nicht gesehen. Wir haben manchmal telefoniert. Ich wusste, dass die Scheidung vollzogen war und dass er im Geschäft eine passende Anstellung eingefordert hat. Er hat eine Frau kennegelernt, die ihm sehr zugewandt ist und die seine Liebe in einer für ihn guten Weise erwidert. Er hat sich eben als Repräsentant für einen Aufstellungstag angemeldet und mir von seiner momentanten Befindlichkeit erzählt:

- R Ich hatte lange Zeit richtig genug von Aufstellungen. Du hast mir allerdings einmal gesagt, dass die Wirkung von Aufstellungen sich oft erst nach Monaten entfaltet. genau so fühlt es sich für mich an. ich habe das Gefühl, es ist mehr und mehr eingetreten, was ich mir ursprünglich gewünscht hatte. ich komme als Repräsentant in dein nächstes Seminar und freue mich darauf.

Körperinterne Aufstellung

Mit Margrit

Vorgeschichte

Margrit lernte ich durch eine Ausbildungssupervision (Praktikumsanleitung für SozialarbeiterInnen) kennen. Sie suchte mich im Anschluss weiterhin auf, um ihre Berufsunzufriedenheit besser zu verstehen und Wege für ihre Zukunft zu finden. Sie wechselte im Anschluss ihre Stelle und ich hörte während drei Jahren nichts von ihr.

Sie suchte mich erneut auf, weil sie in der Zwischenzeit zwar einiges ausprobiert hatte, diese Schritte jedoch nicht von Erfolg gekrönt waren. Ihre neu gefundene Stelle hatte sie wieder verlassen und arbeitet nun an einem Ort, wo sie sich unterfordert fühlt.

Kurz vor dem Termin rief sie mich an, es sei ihr empfohlen worden, eine Aufstellung zu machen. In der Gruppe käme dies für sie allerdings nicht in Frage. So stellte ich mich darauf ein, mit ihr eine Aufstellung im Einzelsetting zu machen.

Die Aufstellung

Vorgespräch

Fallgeberin Margrit = M
Aufstellungsleiterin = B

B ... du erzählst, dass du dich unterfordert fühlst, dass du dich auf der falschen Bühne bewegst. Du fühlst dich gestresst durch diese Unterforderung.

M Genau.

B Könnte man sagen. Die andern dürfen etwas, das ich selber nicht darf?

M Mh – ja. Genau

B Ich gehe davon aus, dass wir heute gemeinsam eine Arbeit machen, die dir deutlich macht, wohin du dich bewegen willst und was deine nächsten Schritte sind.

M Ja – genau.

B Du wirst nach unserer Sitzung nach Hause gehen

M Ja, ich gehe zurück ins leere Haus und werde meine Katz vermissen, die ich heute morgen einschläfern lassen musste. Weint. ... doch dann ist Weihnachtsfeier auf der Wohngruppe, wo ich arbeite ...

B ... nach der Feier wirst du nach Hause gehen und vielleicht noch etwas Musik hören oder noch ein wenig an deinen Tag zurückdenken oder einfach tun, was immer du dann tust.... Und du legst dich schlafen und schläfst ein..... Und angenommen - während du schläfst, geschähe ein Wunder. Und dieses Wunder bestünde darin, dass dein Problem, weswegen du heute den Weg zu mir gefunden hast, gelöst ist – einfach so, auf einen Schlag..... Und wenn du nun morgen früh aufwachst, und niemand sagt dir, dass dieses Wunder geschehen ist Woran erkennst du dass dieses Wunder eingetreten ist?

- M Wenn ich aufstehe, werde ich entspannt sein. Ich werde gute Gedanken haben. Ich habe nicht das Gefühl, dass ich mich wehren muss und kämpfen muss. Ich habe immer dieses Gefühl, ich muss mich so schützen. Dieses Gefühl ist weg und ich gehe entspannt hinaus und kann gelassen annehmen, was kommt. – Ich habe keinen Stress und fühle mich gut.... Ich werde Klarheit haben über mich – bin mit mir im Einklang
- B Worüber hast du Klarheit – jetzt, nachdem das Wunder passiert ist?
- M Ich habe Klarheit über das, was ich will – wofür ich einstehen will.... zögert, Stimme wird brüchig auch dass ich eine Beziehung zu einer Frau habe dass ich das hinaustragen kann und keine Angst habe, dass ich dann meine Arbeit verliere.
- B Ahaa....
- M Das ist ein wichtiger Schritt für mich, nicht das Gefühl zu haben, das ich durch dieses nach Aussen treten an meine Kompetenz nagen könnte – also, ich gehe selbst-verständlich arbeiten und ich habe diese Beziehung und ich kann über diese Beziehung reden, wenn ich das Gefühl habe, der Zeitpunkt ist da.. Ich kann sein wie ich bin. Ich muss mich nicht verstellen und muss niemand anderer sein. Beginnt zu weinen.
- B Das berührt dich sehr.
- M Ja, da ist meine Angst.
- B Wie lange lebst du schon in dieser Beziehung?
- M Das dritte Jahr.
- B Und wie geht es dir damit, dass du mir davon erzählt hast?
- M Gut.
- B Hast du damit gerechnet, mit mir darüber zu reden?
- M Nein.
- B Und was ändert es für dich, dass du mir davon erzählt hast?
- M Ich muss weniger Angst haben um diese Beziehung. Schluchzt. Die Beziehung ist so bedrohlich für mich, ich kann sie nicht leben wie ich mir wünsche. Das war schon, weil ich es meinen Eltern nicht sagen konnte, doch das gelang mir – und jetzt merke ich, dass ein weiterer Schritt angesagt ist. Ich habe keine konventionelle Frauenbeziehung wie alle. Ich habe einen wunderbaren Menschen gefunden. Das ist eine Frau und kein Mann und das ist ok. Und mit diesem wunderbaren Menschen möchte ich mein Leben verbringen. Punkt. Das Weinen verwandelt sich in Lachen und wir lachen gemeinsam.
- B Das ist im Grunde wunderbar.
- M Ja – und da war meine Angst. Ich konnte dadurch die Nähe nicht leben und war geplagt von Fragen und hatte Angst, mein Chef könnte mich entdecken oder sonst jemand könnte mich entdecken oder mein Team würde mich verspotten.
- B Wie kommst du darauf, dass man wegen einer Frauenbeziehung zum Gespött werden könnte?
- M Ich habe einen Kollegen, der sich sehr abfällig über Homosexualität äussert ... und das eigentliche Thema ist, den andern nichts zuzumuten. Ich mute niemandem etwas zu, auch nicht meinen Mitarbeitern, dass sie einen Weg finden werden, um mit diesem Thema umzugehen.
- B Wie war die Erfahrung mit deinen Eltern?

- M Stimme wird hell: Gut. Die Mutter ist wohl enttäuscht, dass sie durch mich keine Grosskinder bekommt. Doch gehen wir gemeinsam zu Besuch und das ist gut. Auch Brüder sind gerührt und wohlwollend.
- M Speziell ist allerdings, dass die Arme meiner Freundin durch Selbstverletzung von Narben übersät sind. Das machte mir selber Angst. Damit muss auch ich mich immer wieder zurechtfinden und es bedeutet fortwährende Auseinandersetzung.... Doch lerne ich durch sie, auf Zwischentöne zu hören – und auch das ist ein Wunder. Sie ist leise und redet weniger. Und ich höre gut hin, was sie sagt und dann lösen sich die Wolken vom Himmel und ich sehe ihn. Und diese Qualität ist mir sehr wichtig und die möchte ich erhalten.
- B Da kommt eine grosse Qualität in dein Leben, die mich an deinen Wunsch, deiner Kreativität Gestalt zu geben, erinnert.
- M Ja –genau.
- B Und so entwickelt sich deine Kreativität vielleicht in ganz anderer Weise als du gedacht hast?
- M Ja, ich erlebe Offenheit, Liebe, sich gehen lassen können. Das „ich muss“ löst sich.
- B Und dadurch entsteht wohl deine Feinheit, die ich auf neue Weise in deinem Gesicht sehe.
- M Und doch sind da diese Narben – für alle sichtbar. Und meine Angst ist, dass meine Freundin durch andere entwertet wird, insbesondere durch meine Kollegen, die ja auch Sozialpädagogen sind. Und davor schütze ich mich.
- B Ich erinnere dich ans Wunder, angenommen dieses Wunder wäre geschehen
- M Lacht: Ja, genau.
- B Wie verändert sich dann dein Verhalten gegenüber deinen Mitarbeitern?
- M Ich suche das Gespräch mit ihnen. Ich würde mich dem Gruppenleiter anvertrauen. - Und ich merke, dass ich ja bereits einige Schritte gemacht habe, dass ich mehr Leute über meine Beziehung einbeziehe. Ich habe einen kreativen Weg gefunden – über die Weihnachtskarten.
- B Du präsentierst dich also in anderer Form auf der Bühne?
- M Ja, nachdem das Wunder passiert ist, weiss ich auch, auf welcher Bühne ich stehen will.
- B Aha – und wie sieht die denn aus?
- M Ich bringe meine schriftlichen und mündlichen Ressourcen in die Arbeit ein. Wenn das Wunder passiert ist, biete ich diese Ressourcen dem Gruppenleiter und dem Heimleiter an..... Ich sitze dann im Büro und schreibe Berichte und beschreibe die Feinheiten der Jugendlichen, die wir betreuen. Und arbeite in Arbeitsgruppen mit und stelle mich für Projekte in der Institution und ausserhalb zur Verfügung.
- B Wie reagieren deine Kolleginnen?
- M Gut, weil sie mir abgeben können, was sie nicht gerne tun.
- B Und bezüglich deiner Freundschaft: Was ist da anders, nachdem das Wunder passiert ist?
- M Ich nehme meine Freundin mit an Anlässe. Ich sitze selbstverständlich dort, bin authentisch, was Leute eigentlich an mir schätzen – und das bin ich dann auch bezüglich meiner Beziehung.
- B Und wie reagieren deine Kollegen auf das?

- M Sie staunen über meine Eigenwilligkeit, über meine spezielle Lebensform, über meinen Mut.... und sie sind keine Gefahr für mich.
- B Sondern?
- M Sie gehen damit um, weil es einfach normal ist. Und niemand zweifelt an meinen Fähigkeiten. Manche sind vielleicht etwas distanzierter. Wir haben dann einfach eine Arbeitsbeziehung.
- B Was denkst du, wie sie auf die Narben reagieren?
- M Sie nehmen sie einfach zur Kenntnis. Stimme wird ganz ruhig. Und in mir ist es ganz ruhig. Ich muss mich in keiner Weise verunsichert fühlen.
- B Was hat sich sonst verändert, dadurch, dass das Wunder geschehen ist?
- M Ich gehe gerade. Es gibt nichts mehr zu verstecken. In mir ist es kompakt und gerade. Ich muss auch meine Sexualität nicht verstecken.
- B Lebst du sie.
- M Ja – sicher. Schnupft wieder.
- B Und das ist in Ordnung, wenn das Wunder geschehen ist?
- M Ja, das ist in Ordnung.
- B Und was hat sich sonst verändert?
- M Ich spüre mich wieder. Ich spüre Lebensfreude, eine Annahme an der Welt. Und ich fühle mich getragen.
- B Und mehr?
- M Ich fühle mich sicher und bringe mich ein und bin nicht mehr neidisch auf da, was andere einbringen. Ja, den Neid brauche ich ja wirklich nicht mehr, nachdem das Wunder passiert ist. Lacht.
- B Und du aufrecht durch die Welt gehst. Gibt es jemanden, der sich nicht daran freuen würde, dass dieses Wunder passiert ist?
- M Eine Freundin, die ich seit meiner frühen Kindheit kenne. Sie freut sich nie für mich. Sie will an mir ihre eigenen Bedürfnisse befriedigen?
- B Und du? Wie gehst du damit um, jetzt, nachdem das Wunder passiert ist?
- M Ich sage ihr klar, was ich von ihr will, wann ich sie treffen will.
- B Und wie reagiert sie darauf, was vermutest du?
- M Sie wird es akzeptieren?
- B In einer guten Weise oder mehr notgedrungen?
- M Sie würde mich mehr spüren und wüsste auch klarer, was ich von ihr will.
- B Also eine Verbesserung für die Beziehung?

- M Ja ich würde ihr auch von meiner Enttäuschung erzählen, dass sie mich für ihre drei Kinder nicht als Patin gewählt hat. Sie hat immer die Auswahl getroffen. Und wenn das Wunder passiert ist, werde ich ihr das sagen.
- B Gibt es sonst jemanden, der sich nicht darüber freut?
- M Mein älterer Bruder vielleicht.... zögert ich denke, dass er unter Druck steht, weil ich ihn als ältere Schwester verdecke. Ich werde in der Familie als gut dargestellt, die leistet. Punkt. Er hat den Vater als Idol und eifert ihm nach und macht den Beruf, in dem er nun drin steckt und nicht den Mut findet zu wechseln. Ich spreche das immer wieder an. Für mich könnte meine Entwicklung ein Thema sein. – Vielleicht freut er sich auch, weil es eine Entspannung gibt. Ich möchte ihm Mut zusprechen. Ich bin seine ältere Schwester. Ich möchte ihn weiterhin unterstützen. Ich glaube er braucht mich.
- B Und jetzt, nachdem das Wunder geschehen ist und du zu deiner Freundin stehst und aufrecht durch die Welt gehst, was wird sich zwischen euch verändern?
- M Ich habe Lust, ihn mehr zu treffen.
- B Und was ändert sich für ihn?
- M Er wird sich freuen, dass ich zufriedener bin. Ich werde ihn weniger kritisieren. Lacht. Ich kann ihn wohl einfach lassen wie er ist und will ihn nicht verbessern.
- B Aha, interessant. Vielleicht ist er bereits zufrieden mit sich?
- M Lacht: Ja, das kann sein – das kann sehr wohl sein.
- B ... und es genügt ihm, dem Vater nachzueifern?
- M Das ist eben die Frage. Doch würde ich die Verantwortung gegenüber meiner Familie ich möchte sie gerne loslassen - ich könnte meine Familie nehmen wie sie ist. Sie müsste nicht um jeden Preis intellektuell sein wie ich das sein will. Und alle haben ihren Raum. Ich müsste ihnen nicht meine Meinung aufdrücken – das gibt viele Konflikte.
- B Das tönt für mich, als würde dir da noch etwas im Wege stehen, damit das Wunder überhaupt geschehen kann?
- M Ja, genau.
- B Gibt es noch weitere Personen, die sich nicht über die Veränderung nach dem Wunder freuen würden?
- M Der stellvertretende Gruppenleiter, der nichts tut. Das Team zieht mich ihm vor. Und wenn ich mehr Kompetenzen hätte, wäre das für ihn wohl nicht sehr angenehm.
- B Und wie gehst du jetzt um damit, nachdem das Wunder geschehen ist?
- M Phh.... schwierig, Ich würde das Team unterstützen und ich würde mit ihm über seine Position reden..... ist schwierig.
- B Auf einer Skala von 0 bis 10 – 0 heisst das Wunder ist absolut weit weg und 10 heisst, das Wunder ist geschehen – wo stehst du zur Zeit auf dieser Skala?
- M Auf 7
- B *Verwundert:* Auf 7? Interessant..... Was ist deine grösste Hürde, um auf 8 zu kommen?

Hier wäre hilfreicher gewesen, nach den Ressourcen zu fragen.

M Trennen zu können zwischen dem, was mich beruflich und mit andern Menschen runterzieht und meinem Gefühl in der Beziehung. Ich mache hier eine Verbindung: Die Unsicherheit im Beruf oder mit andern Menschen überträgt sich auf die Beziehung und ich stelle dann diese in Frage.

B Ich denke an dein Anfangsanliegen zurück – mehr Klarheit über deine berufliche Weiterentwicklung: Jetzt nach dem Wunder steht jedoch fast ausschliesslich im Raum, dass du auf verschiedenen Ebenen und in verschiedenen Kontexten zu dir stehst. Und was dir im Wege steht, ist dein Anspruch an deine Familie und es andern recht machen zu wollen..... Ich nehme wahr, dass du deinen Bruder zu dem machen willst, was du selber sein willst und was du dir selber nicht erlaubst..... Und wenn ich dir zuhöre, taucht in mir das Gefühl auf, dass es hilfreich sein könnte, eine Familienaufstellung zu machen mit dem Hindernis: Das was mich daran hindert, beruflich erfolgreich zu sein.

M Mh – ja. Dem kann ich sehr zustimmen. Ich kenne das Thema, für alle in der Familie Verantwortung zu tragen, aus früheren Familienaufstellungen. Doch wurden die mir too much.

Hier habe ich den Eindruck, dass durch frühere Aufstellungen Themen zwar beleuchtet wurden, dass M jedoch keine eigentliche Verbesserung durch die Aufstellungen erfahren hat. Ich lasse diese Hypothese im Raum stehen und konzentriere mich wieder auf die Energie, die seit der Wunderfrage in den Raum gekommen ist – Leichtigkeit und das Gefühl von Aufgerichtetheit.

B Wenn wir jetzt eine Aufstellung machen, möchte ich gerne das Wunder mit einbeziehen.

M Das wäre uuh schön!

B Wir können ein Experiment machen – eine körperinterne Aufstellung..... Du weißt jetzt wie es ist, nachdem das Wunder eingetreten ist. Du bist schon nahe dran an diesem Wunder

M Ja, das ist so.

B Und es gibt da ein Hindernis. Wie heisst es in deinen Worten?

M Ja, es ist das, was mich daran hindert, wirklich den Sprung zu tun. - Das Versagen.

B Nun zur Aufstellung: Deine verschiedenen Körperteile werden zu den Repräsentanten und du wählst aus diesen erst einmal dich selber.

M Dafür nehme ich die Brust.

B Und das Wunder?

M Das sind meine Hände.

B Und das Versagen

M Das rechte Ohr.

B Meine Idee ist, dass wir auch deinen Bruder dazu nehmen müssten.

M Ja – unbedingt. Er ist das rechte Bein.

B Gibt es weitere Repräsentanten, die wir einbeziehen sollten?

M Ja, meine Geschwister – die Totgeburten meiner Mutter.

B Aha? Wie viele sind das?

M Vier, nach mir

- B Aha, und Silvio ist also der Bruder danach?
Können wir die vier als einen Repräsentanten wählen?
- M Das nach mir geborene muss separat sein.
- B Wie heisst es?
- M Engel – linkes Ohr
- B Und die andern drei?
- M Teufelchen lacht -Heiterkeit – Linkes Bein

Körperinterne Aufstellung mit partieller Aufstellung des Wunders und partieller Familienaufstellung

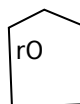
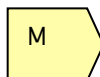
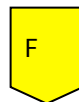
RepräsentantInnen:

- Brust = Focus - Margrit**
Beide Hände = Wunder
Rechtes Ohr = Das Versagen
Rechtes Bein = Bruder Silvio
Linkes Ohr = totgeborenes Geschwister 1 – Engel
Linkes Bein = 3 totgeborene Geschwister - Teufelchen

- B Dann kannst du aufstehen: Du fühlst dich in deinen Körper ein und nimmst einfach wahr. Ich befrage dich einzeln nach den Unterschieden der Wahrnehmung in den einzelnen Körperteilen.... Richte deine Aufmerksamkeit auf deine Brust und achte auf die Empfindungen, die du dabei hast. Achte dich auf das, was sich angenehm anfühlt und was sich unangenehm anfühlt.
- M Die Brust füllt sich fest mit Luft – kräftige Atemstösse, die sich so da hineinbegeben – vor allem in den unteren Teil. Viel Präsenz.
- B Heisst das, du als Focus- als Margrit fühlst dich präsent, kraftvoll, gut durchatmet?
- M Mh - mh
- B Gibt es noch mehr, das du wahrnimmst?
- M Das rechte Ohr ist auch präsent.
- B Du meinst das Versagen. – In welcher Art ist es präsent?
- M Es fühlt sich an wie ein Trichter, der weit offen ist – wie ein Megaphon, das weit offen ist.
- B In welcher Verbindung steht es zum Focus?
- M Es dominiert den Focus.
- B Gibt es weitere Verbindungen mit der Brust?
- Ich bitte M, durch Öffnen der Augen und der Wahrnehmung der Umgebung, sich zu entrollen.
- B Richte deine Aufmerksamkeit bitte auf das Wunder.

- M Ist präsent, energetisch. Mit meinen Händen kann ich viel anpacken, die können viel tun. Sie sind etwas taub, jedoch nicht unangenehm. Sie können etwas weitergeben, können Energie spenden, können gutes tun – auch mir selber.
- B Wie reagiert der Focus darauf?
- M Die Brust hat das gern. Lacht
- B Dann geh mit deiner Aufmerksamkeit zum rechten Ohr und erzähl, wie es sich anfühlt.
- M Es ist ruhig im Moment. Der Trichter ist kleiner geworden seit wir auf die Hände geschaut haben.
- B Hat sich der Name der Ohren geändert?
- M Hören auf Zwischentöne. Ihre Stimme wird leise und andächtig. - Auch Resonanz.
- B Wie reagiert die Brust auf diese Veränderung?
- M Die ist einfach ruhig, der Atem hat sich beruhigt.
- B Resonanz heisst jetzt das rechte Ohr. Wie reagiert dein Bruder darauf?
- M Er fühlt sich besser an. Das rechte Bein hat vorher gezittert – auch das linke. wenn es oben ruhig ist, wird es unten auch besser.
- B Aha – das ruhig werden des Focus und der Resonanz macht, dass sich auch dein Bruder und die Teufelchen besser fühlen?
- M Ja, sie sind immer noch schwach. Es fühlt sich noch wackelig an –besser als vorher. Wie ich hingestanden bin, fühlte es sich sehr unsicher an. Doch das rechte Bein ist in einer geraden Verbindung. Es ist gerade und verwurzelt mit dem Fuss. Da zeigt auf Verbindung zum Leib darf noch etwas passieren.
- B Dann richte deine Aufmerksamkeit auf die Engel. Wie reagieren diese auf die Resonanz.
- M Die ist wohlwollend.
- B Der Engel oder die Resonanz?
- M Lacht: die Resonanz. Es ist einfach ein angenehmes, neutrales Gefühl im linken Ohr – es ist etwas kleiner als das rechte. Und ich sehe jetzt wie einen Stempel, der aus einer Blume ragt und befruchtet werden könnte.
- Wir lachen beide.
- B Gut ich bitte dich, mich wieder mal anzuschauen und dich als Margrit wahrzunehmen.... Und dann nimmst du Kontakt auf mit Silvio. Geh mit deiner Aufmerksamkeit ins rechte Bein.
- M Silvio braucht Anerkennung – Anerkennung auch von mir.
- B In welcher Weise braucht er vom Focus – von deiner Brust Anerkennung?.... Spüre aus deinem rechten Bein zu deiner Brust und frage nach, was das rechte Bein von der Brust braucht.
- M Ich brauche von dir liebe Brust ein offenes Ohr für meine Anliegen –wertfrei – sorgenfrei – das mir vertraut, dass ich das Leben schaffe.
- B Interessant – wie geht es dem rechten Bein dabei, wenn es das ausspricht?

- M Es gibt ein leichtes Zittern. Doch fühlt es sich warm und kompakt an und es ist wichtig.
- B Geh mit der Aufmerksamkeit zur Brust und spüre nach, was sich für die Brust geändert hat.
- M Geht direkt in Kontakt zwischen Focus und Bruder: Lieber Silvio. Ich habe dich in einer Zeit als Bruder bekommen, nachdem ich lange die Prinzessin auf der Erbse war. Beginnt zu weinen. Für mich war es nicht einfach, um die Liebe der Mutter zu buhlen.
- B Und was war so schwierig daran, einen Bruder zu bekommen?
- M Er war der Stammhalter. Weint. Er kam auf die Welt und hat soviel Unruhe gebracht. Und für mich wurde alles anders. Ich war grad gut genug, ihn zu hüten.....
- B Geh mit deiner Aufmerksamkeit zu deinem rechten Ohr und nimm wahr, was jetzt beim rechten Ohr ist.
- M Es sagt. Du hast versagt.
- B Zu Margrit?
- M Ja. – Weint weiterhin: Ich war einfach nichts mehr. Ich musste immer arbeiten, um jemand zu sein. Und mein Bruder bekam alles. Ich war die, die in Realschule kam. Silvio kam in die Sekundarschule und war zu faul.... Ich musste einfach immer tun und tun und tun, damit man sah, dass ich jemand bin. Schluchzt weiterhin.
- B Ich bitte dich, von diesem Platz, auf dem du gerade stehst, einen Schritt weg zu machen.... Und ich stelle hier Margrit - den Focus (F) hin und gegenüber das rechte Ohr - das Versagen.

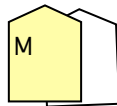
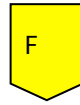


Und schau auf das rechte Ohr – das Versagen und verbinde dich mit ihm. Was nimmst du wahr?

- M Es wird warm –heiss. Hört auf zu schluchzen.
- B Gibt es noch mehr?
- M Ja, es ist heiss.
- B Und was ist beim Focus, bei Margrit?

M Sie wendet sich ab.

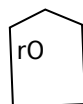
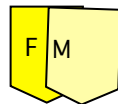
B Stell dich auf den Platz des rechten Ohrs – des Versagens



.... und sag: ich bin ein Versager.

Es gibt keine Resonanz bei M.

B Dann stell dich auf den Platz von F



.... und verbinde dich gut mit deiner Brust.

M Schweigt in sich gekehrt. – Es verliert an Macht, das rechte Ohr – seit ich Ich bin, seit ich auf meinem Platz stehe.

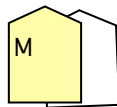
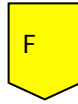
B Sag zum rechten Ohr: Ich bin nur Margrit

M Ich bin nur Margrith. – Zu sich: Das lässt mich klein werden.

B Ist das angenehm – unangenehm?

M Das ist unangenehm. Mh. – ich bin mehr als klein.

B stellt M um auf Platz des rechten Ohrs. – *Dies wäre sinnvollerweise die Aufgabe der Klientin gewesen.*



B Was hat sich verändert an diesem Platz?

M Es ist weniger aggressiv. Weil auch ich eine wunderbare Person bin.

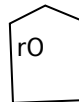
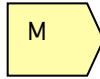
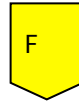
B Dann sag zu F: Auch ich bin eine wunderbare Person.

M wiederholt.

B Was ändert sich?

M Es wächst in mir. Es nimmt Raum ein. Es verbreitet sich durch den ganzen Körper.

B bittet M, wieder vom Platz weg zu treten:



B Mir taucht eine Ahnung auf – dass hier (am Platz des rechten Ohrs) deine Mutter steht.

Im Sinne der Lösungsorientierung ist es allerdings hilfreicher, die Klientin Deutungen für Wahrnehmungen finden zu lassen.

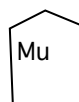
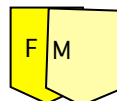
M Mh – ja – das kann gut möglich sein.

B Du spürst eine Resonanz?

M bestätigt.

Mutter = früheres Versagen

B bittet M auf Platz von F



.... Schau hierhin (zur Hand für rO).

B stellvertretende für rO: Ich beginne grad wahrzunehmen, dass auch ich eine wunderbare Person bin.
Ich habe nach dir vier Kinder verloren. Dein Bruder hat gelebt.

M beginnt zu schluchzen.

B stellvertretende für rO: Jetzt, wo ich mich selber wieder spüre, kann ich auch dich sehen und ich kann sehen, wie wunderbar du bist.

M Muss ich etwas sagen? – Mein Gefühl ist, ich habe Geduld.

B Ja.... Und wie fühlt sich nun dein linkes Ohr – die Teufelchen an?

M Ausgewogen, es ist grösser und das rechte etwas kleiner. Es ist als sei hier nun ein kleiner Trichter.

B Und dein linkes Bein? der Engel?

M Es ist schwächer – weniger präsent.

B Angenehm – unangenehm?

M Es dürfte ruhig mehr Kraft bekommen.

B Und dein rechtes Bein – die Teufelchen? Was hat sich geändert?

M Ich habe Wurzeln an den Füßen, seit wir das aufgelöst haben.

B Und deine Brust?

M Die ist ruhig, entspannt.

B Und deine Hände?

M Die sind ganz heiss, wunderbar. Sie lacht entspannt.

B Ich bitte dich nun, deine Körperteile einfach wieder zu Körperteilen werden zu lassen. sie zu entrollen, so, dass du wieder ganz du bist und dich wieder in diese Wirklichkeit hier zu begeben..... Wo bist du angekommen?

M Es ist wunderbar. Ich weiss, dass ich mich gar nicht so sehr um Silvio sorgen muss. Ich weiss, dass es ihm gut geht. Ich darf vertrauen, dass Silvio auf einem guten Weg ist und ich darf vertrauen, dass meine Mutter auf einem guten Weg ist. Und ich will geniessen mit ihnen – einfach geniessen. Beginnt wieder zu weinen.

B Jetzt kommt bald Weihnachten. Werdet ihr euch sehen?

M Ja

B Und so kannst du also jetzt Weihnachten geniessen. Wo bist du bezüglich deinem ursprünglichen Anliegen angekommen?

M Ich bin entspannt, ich muss keine Angst haben und habe Vertrauen, dass das in gute Bahnen kommt. Wünscht ein Glas Wasser zu trinken.

Erstes Nachgespräch nach 2 Monaten

mit integrierter partieller Aufstellung des Wunders.

B Was hat sich geändert seit der letzten Sitzung?

M Ich hatte im Anschluss an die Sitzung ein gutes Gefühl. Ich ging arbeiten und hatte das Gefühl, dass ich doch nun jedem erzählen kann, dass ich eine Beziehung mit einer Frau habe. – ich habe es natürlich nicht getan, doch dieses Gefühl war da.... Ich fühlte mich auch sehr gut mit meiner Freundin. Es gab einiges an Belastung durch schwierige Situationen von andern Menschen. Dadurch geriet dieses gute Gefühl wieder mehr in den Hintergrund. Und wenn ich dann auf der Strasse mit meiner Freundin hand in Hand ging, kam wieder dieses „oh Hilfe, lass mich los, andere könnten uns sehen“. Es fiel mir schwer, diese Beziehung nach aussen zu zeigen. Das Wunde ist doch nicht so nah.

B Du warst also mit dem Wunder sehr in Verbindung

M Ja, auf jeden Fall.

B ... und im lauf der Zeit merktest du, dass das Wunder noch weiter weg ist?

M Ja, es war fast wie die Umkehrung. Und es hat nichts damit zu tun, dass ich innerlich nicht zu dieser Beziehung stehe.

B Du kamst zur letzten Sitzung, weil du dir mehr Orientierung wünschtest in beruflichen Fragen. Wir waren an einem ganz anderen Ort angekommen. Und ich hatte den Eindruck, dass dieses Thema des zur Beziehung stehen offenbar vor deiner beruflichen Verwirklichung steht?

M Ja, so nehme ich es auch war.

B Wenn du wieder an den ganzen Komplex von Themen, die sich das letzte Mal zeigten, denkst, in welchem Bereich bist du einen Schritt weiter gekommen?

M In der Beziehung zu meiner Familie. – ich habe zu Themen in meiner Familie mehr Abstand genommen. Ich konnte Weihnachten mit meiner Familie sehr geniessen. Doch ist auch geblieben, das meine Mutter mir vor meinem Erfolg stehen könnte. Sie hat ihr Wunder noch nicht und nimmt mir dadurch meines. Diese Beziehung beschäftigt mich viel mehr jetzt und stellt sich vor mein eigenes Thema des beruflichen Erfolges.

B Heisst das, dein Focus hat sich verändert?

M Ja, ich habe so ein Gefühl, dass meine Mutter mich nicht gehen lässt. Sie traut mir nicht zu, dass ich Verantwortung für mein Leben übernehme.

B Angenommen, dieses Thema hätte sich für dich aufgelöst, was würdest du als nächstes tun?

M Ich würde tun, was ich Lust habe – mich weiterbewegen, für das einstehen, was ich gerne tue –

B Nämlich

M Unwirsch: Nämlich – vorwärtskommen.

B Und woran würdest du merken, dass du vorwärts gekommen bist?

M Dass ich am Ziel angekommen bin – und das Ziel ist, beruflich das zu tun, was mich glücklich macht und wo ich meine Ressourcen einbringen kann. Eine Arbeit, die ich selber gestalten kann.

B Und angenommen, es wäre kein Thema mehr, ob deine Mutter vor deinem Erfolg steht, wie würdest du dich dann mit deiner Freundin aussen bewegen?

M Wenn ich tun könnte, was ich tun will? Hier nehme ich nochmals deutlicher wahr, dass sich Margrit trotz ihrer 40 Jahre offensichtlich gehindert fühlt an der eigenen Verwirklichung. - Wenn ich mein eigener Herr und Meister wäre, wären alle diese Fragen nicht mehr relevant.

B Ich höre also von dir, dass du dich nach der letzten Sitzung erleichtert fühltest und dass du dich innerhalb deiner Familie eigenständiger fühltest, dass du ein Gefühl hattest, als wärest du bereits beim Wunder angekommen – und dass ein Hindernis aufgetaucht ist, nämlich deine Mutter?

M Nein, das nahm ich mit von der letzten Sitzung. Du hast mir die Frage gestellt, ob meine Mutter mir im Weg steht.

B Interessant – ich erinnere mich nicht daran.

Wir reden einen Moment über diese unterschiedlichen Erinnerungen und ich nehme einfach auf, dass diese Frage bei M hängen geblieben ist.

B Hast du ein Interesse, da genauer hinzuschauen? ist das für dein Wunder relevant?

M Ja – sicher.

B Ich schlage vor, dass wir eine Aufstellung mit Bodenankern machen – du und dein Wunder und deine Mutter und schauen, was sich da zeigt?

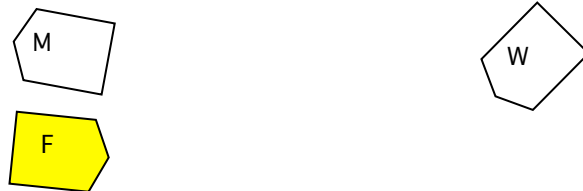
M Ja – mh.

Ich bitte M, mich stellvertretend für sich, das Wunder und die Mutter aufzustellen, so wie sie das in früheren Aufstellungen bereits getan hat:

F = Margrit

W = Wunder

Mu = Mutter



Ich fühle mich auf den verschiedenen Plätzen ein, äussere mich jedoch im ersten Schritt nicht, um M eine eigene Erfahrung zu ermöglichen.

B zu M: Nimm einfach das Bild wahr, das sich dir präsentiert. Wie wirkt das auf dich?

M Verloren. Langes Schweigen. Irgendwie luftig – in der Luft..... Mit der Mutter müsste sich etwas ändern.

Ich bitte M, sich an den Platz von Mu zu stellen, und wahrzunehmen, wie sich der Platz anfühlt, auch in Bezug zum Fokus und zum Wunder.

Diese Intervention wiederhole ich bei jedem Hinstellen auf einen bestimmten Platz. Ich stelle mich dann nacheinander an die anderen Plätze, um M ein Raumgefühl in Bezug auf die andern Systemteile zu vermitteln.

Um die Wahrnehmungen an den verschiedenen Plätzen auch deutlich werden zu lassen, wäre es hilfreich gewesen, Margrit erst ihren eigenen Platz erleben zu lassen und dann an die andern Plätze zu gehen.

M Ich fühle mich gut und leicht – gerade. Überhaupt nicht schwer. Einzig die Atmung ist etwas schwer. Ich habe ganz heisse Füße, was ich allerdings angenehm erlebe. Ich spüre mich gut auf dem Boden. Nur die Atmung ist stockend.

B Und wie fühlst du dich bezüglich deiner Tochter?

M Ich spüre sie – neutral. Und es ist einfach gut. ich mache mir keine Sorgen.

B Und das Wunder?

M Es ist präsent. ich habe ein gutes Gefühl im Rücken. – Entspannte Schultern.

Ich bitte M, vom Platz der Mutter wegzutreten und sich gut zu entrollen, was ich in allen folgenden Platzwechseln immer wieder tue.

B Wie war es für dich am Platz der Mutter?

M Interessant – Es fühlte sich ok an.

B Dann stell dich an den Platz deines Wunders und fühl dich dort ein.

W Gerader Rücken. Der Kopf ist geneigt – nach vorne – nur leicht. Der Bauch breitet sich aus, voluminös. Er hat das Bedürfnis, sich hängen zu lassen, jedoch nicht ganz.

B Es tönt, als würde es sich nicht stimmig anfühlen.

W Ja, es müsste anders sein, dann könnte sich der Bauch entspannen. Die Haltung gefällt mir insgesamt nicht ganz. ich könnte aufrechter sein.

B Und zum Fokus?

W Ich dürfte sie mehr anschauen.

B Aha – und was hindert dich daran?

W Mein Kopf – der lässt nicht zu, dass ich sie besser anschauen kann.

B Und zur Mutter?

W Sie steht nicht im Weg, es ist ok.

B Wie du mich aufgestellt hast, habe ich an diesem Platz noch etwas Weiteres wahrgenommen – nämlich Wut darüber, dass ich keinen Platz finde. Mein Blick geht ins Leer und der Fokus schaut mich gar nicht an. Das hat mich wütend gemacht.

W Ich spüre es nicht so. Ich fühle mich hier einfach nicht frei. Doch spüre ich auch, dass wenig Kontakt zu den andern ist.

B zu M: Entroll dich wieder. – Was ist bei dir nach dieser Erfahrung?

M Ich könnte das Wunder mehr zulassen. Ich könnte diesem Wunder eigentlich mehr Raum geben.

B Dann stell dich an deinen eigenen Platz. Und spür, wie du dich fühlst in Bezug auf deine Mutter.

F Stolz.

Ich wechsle Platz zu W

B Und hierhin?

M Mir taucht der Gedanke auf, dass ich Hilfe annehmen darf.

B Sehr erstaunt: Aha – von wem denn?

M Von den Menschen, die rund um mich sind.

Mein Eindruck ist, dass sich Margrit sehr stark von in ihrem Kopf kreierte Bildern leiten lässt. Ihre Äusserungen über ihre Wahrnehmungen an den einzelnen Plätzen stimmen wenig mit dem, was ich stellvertretend wahrgenommen habe, überein.

B Ich erzähle dir, was meine Wahrnehmungen waren und sind: Wenn ich von aussen auf das Bild schaue, irritiert mich, dass die Mutter aus dem Bild hinausschaut und gleichzeitig sehr nahe bei dir steht. Ebenfalls eigenartig berührt mich, dass der Fokus und das Wunder nicht im Kontakt sind miteinander. Du hast jetzt darüber gesprochen, dass du Hilfe annehmen darfst und ich verstehe nicht, woher diese Aussage kommt.

Diese Intervention könnte den Schluss nahe legen, dass meine Wahrnehmung die richtigere ist als diejenige der KlientIn.

M Hilfe annehmen würde für mich heissen, dass meine Mutter in die gleiche Richtung schauen würde wie ich.

M nimmt offenbar sehr gut wahr, was nicht stimmig ist. In ihren Äusserungen nehme ich sie als bereits einige Schritte vorausseilend wahr. Ich erlebe sie sehr assoziativ, was mich zwingt, mich bei ihren Aussagen gänzlich auf mein inneres Gefühl von stimmig und nicht stimmig einzulassen. Gleichzeitig heisst es auch, mich auf ihre Äusserungen einzulassen. Ich verlangsame den Prozess, indem ich nachfrage, wenn in mir noch kein Gefühl von stimmig auftaucht und lasse auf diese Weise sowohl mich wie auch sie selber den Prozess besser nachvollziehen.

B Was denkst du, was es braucht, damit das möglich ist?

M Ein Ja zu meiner Mutter?

B Und was hindert dich an diesem Ja?

M Nachdenklich: Diese Nähe. Ich habe sie jedoch gar nicht wahrgenommen, als ich da (am Platz von F) stand.

Hier wird für mich eindeutig, dass meine Wahrnehmungen, als ich auf die Plätze gestellt wurden, relevant sind bezüglich des Anliegens.

B am Platz von F: Ich nehme hier wahr, dass diese Nähe zur Mutter in mir nur ein Gefühl von weggehen erzeugt und mich daran hindert, überhaupt etwas anderes wahrzunehmen. Das Wunder ist ohne Bedeutung.

Ich entrolle mich und gehe zum Platz von W.

B am Platz von W: Ich fühlte mich ratlos, als du mich hierhin stelltest – und ohne Beziehung. Der erste Impuls war abwarten. Als ich mich mit der Mutter verband, kam diese Wut: Ich habe hier gar keinen Platz.

Ich entrolle mich und gehe an den Platz von Mu: Hier spüre ich Trauer. Und ich kann mich entscheiden, ob ich mich von dieser Trauer in die Knie zwingen lassen will oder ich stelle meine Gefühle ab. Zu meiner Tochter spüre ich Wärme – eine neutrale Wärme. Es ist einfach eine warme Verbindung. Das Wunder im Rücken gibt mir halt.

Ich entrolle mich.

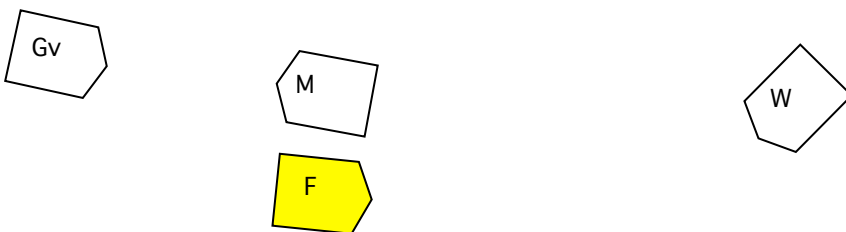
- B Zu M: Was ändert sich für dich, wenn du das hörst?
- M Weint: Ich merke diese ambivalente Beziehung zu meiner Mutter.
- B Ja – und du hast irgendwie gelernt, dich selber aufrecht zu halten. Wie deine Mutter.
- M Als Kind hatte ich oft dieses Gefühl, dass, wenn meine Mutter nicht mehr ist, ich auch nicht mehr leben kann. Dieses Gefühl wurde im Älterwerden immer stärker. und zum Überleben hatte ich das Gefühl, ich muss mich von meiner Mutter loslösen. Ich kann nur so überleben.
- B Das Überleben scheint auch für deine Mutter schwer gewesen zu sein. – Kennst du Gründe dafür?
- M Sie ist ein uneheliches Kind. Ihr Vater ist polnischer Abstammung und floh nach ihrer Geburt. Meine Mutter wuchs im Heim auf. Der Vater spielte keine Rolle. – Eigentlich spielte er ja schon eine Rolle. M lacht dabei. Die Grossmutter heiratete wieder und hatte eine Tochter mit diesem Mann. Meine Mutter war geduldet und hatte nicht die gleichen Rechte. Der Grossvater drohte meiner Mutter, das Kind mit der Heugabel zu erstechen, sollte sie unehelich schwanger werden. – Meine Mutter musste unten durch und ich glaube, dass sie nicht geliebt war. Ich glaube, sie war immer sehr unsicher und sie hat etwas, das eine Distanz schafft. Ich hatte auch immer das Gefühl, ich muss meine Mutter vor meinem Vater schützen. Und ich hatte immer das Gefühl, ich muss dafür einstehen, dass andere meine Mutter lieben. Mein Vater war immer der coole und der, der eigentlich keine Verantwortung übernimmt. Und meine Mutter war der Böölimaa und musste alles tragen. ich habe diesen Wunsch, mit meiner Mutter eine gesunde Beziehung zu haben und es ist mir einfach nicht möglich.

Da der Blick der Mutter so eindeutig nach aussen oder nach hinten gerichtet ist, habe ich die Hypothese, dass sie auf etwas aus der Vergangenheit schaut. Die Nähe von Mu zu M (F) nehme ich wahr als Halt gebend. Würde sich M ihrem eigenen zuwenden, wäre Mu ohne Stütze, wie M ja eben auch geäussert hat.

- B Leg bitte einen Anker für deinen Grossvater und für deine Grossmutter dazu. Du kannst wählen, wen du zuerst dazu stellen willst.

Gv = Grossvater
Gm = Grossmutter

.... Nimm die Scheiben in die Hand und geh durch den Raum und spür nach, wo der passende Platz für den Grossvater ist.



- M beginnt zu weinen.
- B Was passiert bei dir?
- M Ich bin sehr berührt. Es ist etwas dazu gekommen. Und es macht es legitim, dass ich (F) da stehe, wo ich stehe, - dass ich genug alt bin und von meiner Mutter weg schauen kann.
- B Aha – dann spür nach, wo für jetzt, nachdem dein Grossvater aufgetaucht ist, für dich (F) ein besserer Platz sein könnte. Nimm die Scheibe von deinem Fokus in die Hand und bewege dich dort hin, wo es sich jetzt, nachdem deine Mutter auf ihren Vater gerichtet ist, ein Besserer Platz für dich ist.
- M schneuzt sich vehement die Nase und bewegt sich durch den Raum.



B Spür nach, wie es sich jetzt anfühlt, jetzt, wo dein Grossvater hier.... Andeutung mit kataleptischer Hand an seinem Platz und deine Mutter auf ihn gerichtet ist. Andeutung mit kataleptischer Hand.

M Der Druck im Bauch ist weg. ich kann wieder frei atmen.

M äussert hier eine Befindlichkeit, die sich auf eine Aussage bezieht, die ich von der Mutter gehört hatte: eine weitere Bestätigung von Kontextüberlagerungen?

B Aha – geh weg vom Platz und entrolle dich. Bist du dir bewusst, dass du eine Bewegung hin zur Familie gemacht hast, obwohl du gesagt hast, dass du dich nun frei fühlst, von der Mutter weg zu gehen?

M Ich kann nicht weg schauen. Ich kann auch Distanz haben, wenn ich in die Familie schaue.

B Spürst du die Sehnsucht, von deiner Mutter gesehen zu werden, wie sie jetzt von ihrem Vater gesehen wird?

M Nein

B Sondern?

M Lacht: Ich habe gar keine Worte – es ist einfach.

B Ich brauche das doch nicht! Ist das vielleicht die Aussage?

M Ich will einfach ein gutes Verhältnis dazu.

B Und manchmal gibt es eine kleine Margrit, die gut für die Mutter geschaut hat, um ihre Liebe zu bekommen. Und die sich schämt, wenn sie dieses eigene Bedürfnis von einfach gesehen werden in einer kleinen Ecke von sich wahrnimmt? Wie hört sich das an?

M Ja, ich spüre klar diese zwei Seiten in mir, dass ich ja eigentlich weggehen möchte.

B Und lass dir Zeit für diese andere Seite in dir, die der kleinen Margrit, die einfach gesehen werden möchte. Es ist in Ordnung. – Es fühlt sich an wie das, was du mir über deine Scham bezüglich deiner Freundin erzählt hast. Es ist eigentlich dasselbe.

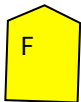
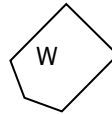
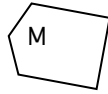
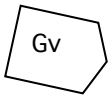
M ist sehr nachdenklich.

Durch die Rollenwechsel erhoffe ich mir, dass M in der Zeit, die uns zur Verfügung steht, eine erste Erfahrung machen kann, wie es sich anfühlt als Mutter gegenüber ihrem Vater zu stehen, um dadurch eine erweiterte Perspektive für sich selber zu gewinnen und Unterscheidungen zwischen sich und der Mutter zu erleben.

B Stell dich nochmals an den Platz deiner Mutter. Was nimmst du jetzt wahr?

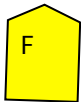
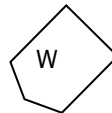
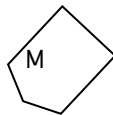
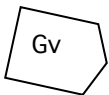
Mu Noch nichts.

B Ich habe das Bedürfnis, F etwas weiter weg zu rücken, damit du Mu einfach deinen Vater wahrnehmen kannst:



Mu Weint: Jetzt wird es etwas lockerer hier. Atmet nun durch.

B Dann schau nun hierher zu deiner kleinen Tochter Margrith. Und dreh dich zu ihr.



Mu Ja, das fühlt sich gut an.

B Und schau wieder hin zu deinem Vater.

Mu Zu Polen..

B Warst du schon da?

Mu Nein, aber meine Tochter. Sie hat mir schöne Fotos gezeigt. Doch habe ich sie ungern gesehen, weil sie mich so traurig stimmten.

B Vielleicht kannst du ihr sagen: Meine Trauer ist unendlich gross.

Mu Weint: Margrit, ich war mein ganzes Leben lang traurig, weil ich meinen Vater nie kannte. Und ich fühle mich sehr alleine.

B Und sag deiner Tochter: Jetzt habe ich meinen Vater grad zum ersten Mal angeschaut.

Mu Und jetzt habe ich meinen Vater zum ersten Mal angeschaut und das ist einfach schön. Es ist schön, einen richtigen Vater zu haben und nicht einen Stiefvater, der mich nicht mag.

B Vielleicht magst du deiner Tochter deinen Vater vorstellen?

Mu Richtung F: Ich möchte dich gerne an der Hand nehmen....



Ich stelle mich als F zur Verfügung und halte eine Hand an den Platz des Grossvaters.

Mu Ist sehr bewegt: Da ist mein Vater. Er ist wie du. Er sieht aus wie du.

Wir lachen beide. Ein weiterer Hinweis, dass M bis anhin die Rolle der Vorgeneration genommen hat?

B Sag deiner Tochter: Ich habe jetzt meinen Vater und auch ich weiss jetzt, dass ich einen Vater habe. Er ist er und du bist du.

Mu wiederholt.

B Du bist meine kleine Tochter und er ist mein Vater. Und du bist einfach du.

Mu wiederholt.

B Und du bist du und es ist schön, mir vorzustellen, dass du ihm sehr ähnlich bist.

Mu wiederholt.

B Wie fühlt sich das für dich an, diese Worte zu sagen?

Mu Es entlastet. Und es wird warm.

B Dann sag zu deinem Vater: Ich habe eine Tochter wie ich deine Tochter bin. Leider haben wir uns nie kennen gelernt, aus welchen Gründen auch immer.

Ich halte für Gv wieder die kataleptische Hand an seinen Platz.

Mu wiederholt und weint wieder sehr aus Rührung.

B Entrolle dich bitte. - Was hat sich für dich geändert Margrit?

M Ich fühle mich sehr entlastet. So kann ich einfach die Tochter sein und muss nicht die ganze Verantwortung übernehmen.

B Dann stell dich mal an deinen Platz und spür nach, wie es sich jetzt anfühlt, neben deiner Mutter zu stehen. Und schau sie an.... Ich halte die kataleptische Hand an den Platz und sag: ich bin nur deine kleine Tochter und ich weiss jetzt, dass auch du einen Vater hast, - der auf seine Weise gut für dich sorgen kann.

M wiederholt.

B Passen diese Worte?

M Mh – ja.

B Dann schau hin zu ihm, den du in Polen kennen lernen wolltest. Hast du eine Spur von ihm gefunden?

M Ich habe einen Teil von mir gefunden und einen Teil von meiner Mutter.

B Auf welche Weise?

M In den Menschen – in ihrer Art und ihrem Charakter und in ihrer Herzlichkeit.

Pause.

B Was brauchst du jetzt noch?

M Meine zwei Brüder.

B Wir stellen uns einfach vor, sie seien im Raum und in deinem inneren Bild.

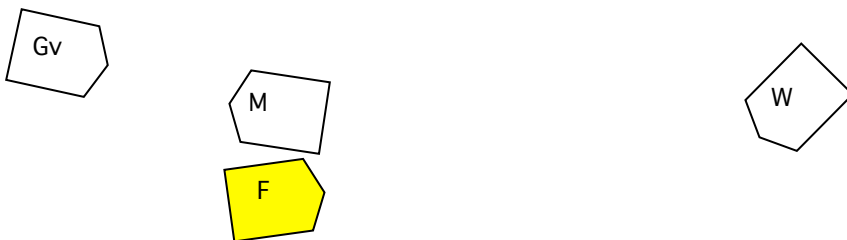
M Ja, das passt. – Und mein Vater gehört auch dazu.

Pause.

B Und spür nach, ob du dich jetzt deinem Wunder zuwenden kannst, das beinhaltet, dass du zu dir selber und zu deiner Freundin stehst.

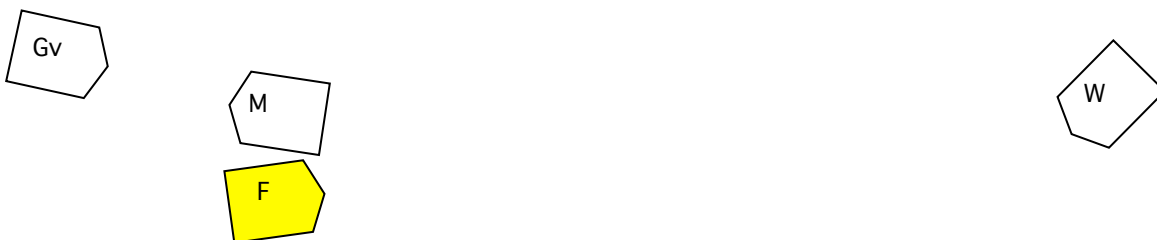
M Ich fühle mich im Moment sehr getragen durch die Anwesenheit meiner Familie.

B Dann lass das gut in dir wirken und dreh dich einfach einmal um, mit dem Wissen um deinen Grossvater in deinem Rücken und die Anwesenheit deiner Familie.



M Lacht: Das Wunder ist mir viel zu nahe. Es muss weiter weg. Es ist mir viel zu nahe. Lacht laut.

Ich bewege W weg:



B Bitte deine Mutter, dein Wunder anzuschauen.

M bittet Mu und Mu schaut Wunder an.

Ich bitte M, sich zu entrollen und an den Platz von Mu zu gehen.

B Schau hin zum Wunder deiner Tochter und schau hin zu deinem Vater und sag zu deiner Tochter: Margrit, ich sehe dein Wunder. Mein Wunder ist hier, mein Vater.

Mu Wiederholt und ergänzt: ... den wir beide erst grad kennen gelernt haben.

Pause

Ich bewege F etwas weg von Mu:



Mu: Ich habe sie nicht verlassen, auch wenn sie weiter weg geht.

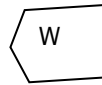
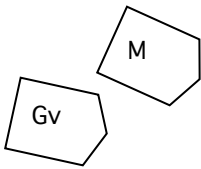
Ich stelle Mu vor Gv , so dass sie ihre Tochter und deren Wunder gut sehen kann:



Ich bitte M, sich zu entrollen und an den Platz von W zu gehen. Ich bitte W, auf F, die sich grad so gut aufgehoben fühlt mit ihrer Familie, zu schauen und dahinter die Mutter und deren Vater anzuschauen.

B Wie ist es für dich?

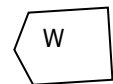
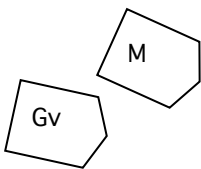
W dreht sich:



... Ich glaube es wird Zeit, dass du M mir bald begegnest, dass du einen Schritt in meine Richtung tust.

B Sag M auch: Und ich habe Zeit.

W Ich habe Zeit, bis es auch für dich Zeit ist. Ich kann warten. W muss sich noch weiter weg bewegen:



.... Ja, so ist es angenehm. Ich kann warten.

Ich bitte M, sich zu entrollen:

B Und du Margrit?

M Ich bin froh, dass ich einfach hier mit meiner Familie sein kann und mich im Moment nicht mit meinem Beruf beschäftigen muss.

B Ah, du beginnst grad, in deiner Familie gut anzukommen?

M Ich fühle mich endlich in meiner Familie integriert.

B Dann lass das gut wirken und ich wünsche dir alles Gute für die Fortsetzung.

Wir vereinbaren auf Wunsch von Margrit einen nächsten Termin in zwei Monaten.

Zweites Nachgespräch nach 4 Monaten

Margrit kommt unruhig und angespannt zur Sitzung.

B Willst du mal erzählen?

M Also, der Satz mit der Mutter – Auch deine Mutter hat einen Vater! – der hat ich begleitet und er war präsent, wenn ich ihr begegnet bin.... Was mich irritiert hat, war der Satz – Mir bricht es fast den Rücken. – der hat mich beschäftigt. Als du in der Position der Mutter standest und sagtest, dass es dich biegt, das hat mich sehr beunruhigt. Ich fragte mich, ob das wegen mir ist, ob ich sie in die Knie zwingen?

B *erstaunt*: Aha – du hast diesen Satz auf dich bezogen?

M Ja, ich fragte mich, ob dies etwas von mir ist – dass ich etwas von meiner Mutter übernehme oder in eine stärkere Position gehe oder..... Es hat mich jedenfalls begleitet.

Margrit ist sehr auf der kognitiven Ebene und versucht, ihre Erfahrung aus der Aufstellung nicht körperlich wirken zu lassen sondern zu verstehen und mit ihren Konzepten abzugleichen. Ich habe den Eindruck, dass eine „Richtigstellung“ not tut (Margrit arbeitet mit delinquenten Jugendlichen, für deren Entwicklung ich das folgende Konzept ebenfalls als bedeutungsvoll verstehe.):

B Wenn ich dir zuhöre, taucht mir das Verstehen auf, dass wir aus einer Geschichte kommen. Diese Geschichte ist hinter uns und ist uns bewusst oder auch nicht. Dazu gehören die Geschichte unserer Eltern und die Geschichte unserer Grosseltern und noch viel weiter zurück. Dazu gehört auch die kollektive Geschichte oder die Geschichte aus früheren Leben. Die Zukunft liegt vor uns und hat noch keine Gestalt. -
Wenn ich als Kind meine Mutter als gebrochen erlebe, will ich ihr diese Last abnehmen aus lauter Liebe. Diese Last kommt aus ihrer Geschichte und hat nichts mit dem Kind zu tun. Moreno hat mit diesem Konzept der Familienordnung und Verantwortungsverschiebung gearbeitet und auch Hellinger, der sagt: Kinder sind die Nachgeborenen. Sie erwidern die Liebe der Eltern, indem sie Zukunft gestalten und das, was sie durch die elterliche Liebe erhalten haben, in einer guten Weise dem Leben widmen. Wenn Eltern gebrochen sind, ist ihre Liebe zum Kind unterbrochen und das Kind versucht, diese Liebe zu gewinnen, indem es die Last der Eltern zu seiner macht.... Wenn ich mich auf das, was ich eben von dir gehört habe, beziehe, kommt mir diese Dynamik entgegen: Ich nehme die Last der Mutter zu mir, damit sie mir die Liebe gibt – und in der Umkehrung heisst es dann: Ich bin schuld, dass sie sich so belastet fühlt. Auf diese Weise bin ich ihr nahe.

M bestätigt. Die Unruhe ist weiterhin gut spürbar.

M Doch verstehe ich nicht, was mit meinem Kind (*inneres*) ist. Ich erlebe mich so verschieden. Privat bin ich weinerlich, gebrochen, im Beruf habe ich alles im Griff. Ich habe immer mehr das Gefühl, dass mein Selbst unsicher ist, dass ich mich sehr klein fühle, dass ich in Panik gerate..... ich fühle mich angegriffen, emotional, und was du auch gesagt hast, dass du etwas Kontrolliertes in mir spürst.....

Margrit wird mehr und mehr erregt, weint halb und redet weiter und geht immer mehr von sich weg mit ihren Erklärungen über sich. Ich habe Mühe zu folgen und realisiere, wie ich hüpfen und mich erschöpfe. Ich spiegle Margrit diese eigene Befindlichkeit, was sie zu sich selber führt:

M Ja, genau so geht es mir. Ich bin mit tausend Gedanken beschäftigt und verliere mich in Erklärungen über mich. Meine Freundin sagt dann jeweils einfach Punkt. Das hilft mir, dann mal aufzuhören. Doch weiss ich nicht, wie ich selber zu diesem Punkt komme und dann aussteigen kann.

Wir arbeiten im weiteren Gespräch an dieser Frage. Ich lasse über Imagination in Verbindung mit Körperwahrnehmung Margrit Situationen erfahren, in denen sie von sich weg kommt, und begleite sie darin,

sich diese Situationen in einem entspannten Körperzustand nochmals zu imaginieren und zu erzählen, wie sie sich verändern und wie sich diese Veränderungen auf sie auswirken.

Margrit hat bereits sehr viel Therapie hinter sich. Mein Ziel ist, dass sie eine Erfahrung darüber erhält, wie sie selber wieder zu sich finden kann, was ihr bestens gelingt, da es an bereits bekannte Möglichkeiten anknüpft. Das Entscheidende aus der letzten Sitzung war offenbar die Erkenntnis, sich selber stark zu kontrollieren. Meine Hypothese ist, dass die Erkenntnis, dass die Mutter aus einer eigenen Geschichte kommt, Margrit geholfen hat, ihrer Gefühle mehr gewahr zu werden. Mit sich und der Liebe zu sich ein besseres Verhältnis zu finden und alles, was sie bereits gelernt hat, in eine gute innere Ordnung und in die Umsetzung zu bringen, wird uns in der weiteren Arbeiten leiten.

Schlusswort

... und wo ich angekommen bin

Nun bin ich am Ende dieser Ausbildung gelangt. Ich habe meine Arbeit erweitert mit den regelmässigen Aufstellungsgruppen, die ich leite. Im Unterschied zur Zeit des Beginns der Ausbildung habe ich heute den Eindruck, dass ich weiss, wann ich warum und wie interveniere. Meine Intuition und mein Wissen haben sich verbunden.

Ich habe im Unterscheid zu meinem früheren Verständnis in der Aufstellungsarbeit gelernt, die Syntax zu verstehen und die Inhalte nur wo nötig zu benennen und erfahre dadurch, dass sich KlientInnen in ihren Anliegen noch ernster genommen fühlen und ein Gefühl dafür entwickeln, den Weg selber zu gehen.

Ich habe in diesen letzten vier Jahren verstanden, was es heisst, sich an der Struktur im Unterschied zum Inhalt zu orientieren und bin selber immer wieder beeindruckt, welche unterschiedlichsten Geschichten sich trotzdem zeigen (sofern ich deren Inhalt überhaupt erfahre).

Seit dem Beginn der Niederschrift dieser Arbeit hat sich meine Lust, mit Aufstellungen zu arbeiten, in allen Kontexten vergrössert. Ich werde mehr und mehr experimentierfreudig und kombiniere Aufstellungsarbeit mit psychodramatischen Ansätzen vor allem in der Beratung im Organisationskontext, wo eigentlichen Aufstellungen noch immer mit grosser Skepsis begegnet wird. Und ich bin neugierig, auf diesem Weg das Repertoire zu erweitern und meinen Weg mit Insa und Matthias weiter zu gehen, denen ich mit grossem Dank verbunden bin.

Ich danke für die Begleitung zu und auf diesem Weg meiner langjährigen Freundin Rosmarie Stäger, die mich zur ersten Ausbildung „geschleppt“ hat; meiner langjährigen Therapeutin und Supervisorin Elisabeth Pfäfflin, die mir die Freude am Experimentieren und den Sinn für das Wahrnehmen von Lösungen in der Darstellung des Problems vermittelt hat; Insa und Matthias, die es geschafft haben, mir nach 5 Jahren intensiven Lernens bei ihnen die Lust auf mehr zu erhalten – und natürlich meinem Lebenspartner Felix Oesch, den ich über SySt gewonnen habe, der mir im Seminar in Neukirch meine Skepsis gegenüber der „Gescheitheit“ von Insa und Matthias durch das Schmeckhaft machen ihrer Vorzüge genommen hat – auf eine Weise, die mir die Lust am Lernen in einer neuen Art erschlossen hat – und der mich seit drei Jahren in meinen Seminaren treu als begeisterter Anhänger meiner Arbeit und als Helfer in der Not begleitet.

Nicht zu vergessen sind meine Ausbilderinnen, die den Boden für das Verständnis für SySt gelegt haben sowie Antonio Furfaro von Damanhur, der mich mit den Geheimnissen der Hypnose und ihrer Anwendung vertraut gemacht hat.

Ein weiterer Dank gilt den Personen, die mir in unermüdlicher Kleinarbeit geholfen haben, die manchmal nicht leicht verständlichen Tonbandprotokolle aufs Papier zu bringen. Ohne deren Hilfe wäre mein Fleiss arg strapaziert worden.

Und Danke an alle die vielen Klientinnen und RepräsentantInnen, die mit ihren Anliegen und ihrer Präsenz und Offenheit die Arbeit ermöglichen und ein gutes Stück zur Heilung vieler Wunden beitragen – und somit zu einem guten Zusammenwirken von Erkenntnis, einer segensreichen Ordnung und einer freien Liebe, den drei Grundpfeilern für die Weisheit.

März 2007

Barbara Schmidt