

# AUS DEM PARACELSDUS MAGAZIN: AUSGABE 1/2013

## IRRTÜMER & WAHRHEITEN ÜBER AUFSTELLUNGSARBEIT

**„Wenn der Wind der Veränderung weht, bauen die einen Mauern und die anderen Windmühlen.“**

*Östliche Weisheit*

Immer mehr Menschen machen sich in Aufstellungen auf die Suche nach ihrem roten Faden, wenn sie sich in einem Lebensbereich verheddert haben oder dem Drehbuch ihres Lebens eine neue Orientierung geben möchten. Im Feld der Aufstellung zeigt sich, wie bisher verdeckte Einflüsse in die persönliche Lebenssituation des Klienten hineinwirken – auf gesundheitlicher Ebene, im Bereich der sozialen Beziehungen oder im beruflichen Kontext.

Sind Verknotungen entwirrt und alte Verstrickungen gelöst, kann die Kraft aus dem System wieder frei fließen. Dies erweitert die Handlungsspielräume und setzt Energie für praktisches Handeln im Alltag frei.

### **Impulse für die Selbstständigkeit**

Aus der ursprünglichen Familienaufstellung im therapeutischen Bereich haben sich die Aufstellungen als Methode in verschiedenen Kontexten etabliert und weiterentwickelt. So suchen Selbstständige in Heilberufen in einer Organisationsaufstellung z.B. nach Antworten auf folgende Fragen: Was brauche ich, um den Schritt in die Selbstständigkeit zu wagen? Wie kann ich meine Praxis auf dem Markt etablieren? Was brauchen meine Patienten von mir? Gibt es einen Einfluss, der meinen Geschäftserfolg und meinen finanziellen Erfolg blockiert? Wohin führt mein Weg? (Persönliche und spirituelle Bewusstseinsentwicklung, Erfolg und Erfüllung.)

### **Wie heute Beziehung gelingt**

In Paaraufstellungen suchen beide Partner als Klienten nach Antworten für ihre Beziehung, denn die traditionellen Konzepte der Eltern stimmen für viele Paare nicht mehr. Das heißt, Aufstellungen können nicht nur von familiären Vermeidungsmustern befreien, sondern auch Impulse für neuartige Formen ebenbürtiger Beziehungen zwischen Mann und Frau liefern: Wo erlebe ich Beziehungen im Wertewandel? Lebe ich noch alte Beziehungsmuster/Rollenbilder aus meiner Familie nach? Welche dieser Muster entsprechen mir nicht mehr? Was ist mein Weg? Wie gehe ich mit Ebenbürtigkeit in Beziehungen um?

### **Hinter dem Symptom steht eine Botschaft**

Eine Symptomaufstellung trägt dazu bei, Botschaften, die hinter einer Erkrankung stehen, zu entschlüsseln. Das gewonnene Verständnis über die inneren Zusammenhänge einer Krankheit wie z.B. Krebs kann sowohl Heilung als auch Prophylaxe aus der Innenperspektive des Patienten und seiner Familie aktiv unterstützen. Dies ist eine wichtige Ergänzung zur Schulmedizin, die ihren

Schwerpunkt mehr auf die äußere Behandlung (Diagnose, Operation, Medikament) legt. Bekannterweise definiert auch die Weltgesundheitsorganisation (WHO) einen Menschen als gesund, wenn er körperlich, emotional, mental, sozial und spirituell/geistig in der Balance ist und an die Zukunft glauben kann. Das Gleichgewicht dieser verschiedenen Bereiche macht die Gesundheit eines Menschen aus. So können sich aus der Berücksichtigung von inneren und äußeren Ansatzpunkten aus der konstruktiven Zusammenarbeit der entsprechenden Spezialisten effektive und völlig neue Behandlungsmethoden ergeben. Ein neues Feld ist die Medizinische Systemik, die den Zusammenhang zwischen Krankheitssymptomen und Familiendynamiken untersucht. Es gibt z.B. bei Kindern im Kleinkindalter ein „magisches“ Denken: „Wenn ich den Eltern eine Last abnehme, geht es ihnen besser.“ Dies führt im Erwachsenenalter oft zu unbewussten Krankheitsdynamiken: Welche Botschaften hat mein Symptom für mich? Trage ich eine Last für eine Person aus der Familie? Welchen Gewinn habe ich durch die Krankheit (Anerkennung, Streit in der Familie hört auf etc.)? Wenn ich gesund bin – wofür darf ich jetzt Verantwortung übernehmen?

### **Die sieben häufigsten Irrtümer über Aufstellungen**

Das Thema Aufstellungen kursiert in aller Munde und trennt viele Menschen in begeisterte Befürworter und entschiedene Gegner. Wenn wir nach den Gründen für die Ablehnung fragen, bekommen wir immer wieder zahlreiche Paradigmen zu hören, die in Theorie und Praxis längst widerlegt sind. Unser Anliegen als Aufstellungsleiter und Ausbilder ist es, immer wieder die eigenen Grundannahmen bewusst zu hinterfragen und somit an blinden Flecken zu arbeiten.

#### **1. Irrtum:**

*Bert Hellinger ist der „Vater des Familienstellens“ und Begründer der Methode.*

Vielfach assoziieren Menschen, wenn sie das Wort Aufstellung hören, die Person Bert Hellinger. Sie ziehen daraus den Schluss, dass diese Methode von Bert Hellinger begründet wurde, und setzen das Aufstellen mit dem Familienstellen gleich.

Die Wurzeln der Aufstellungsarbeit reichen weiter zurück. Bert Hellinger selbst klärt auf, dass er die ersten Aufstellungen bei Schülern der amerikanischen Familientherapeutin Virginia Satir erlebt hat. Verfolgt man diese Wurzeln noch weiter zurück, gelangt man im Ursprung zu Jakob Moreno, der 1921 das Psychodrama in Wien entwickelte. [1]

Durch seine Ausreise von Wien nach Amerika kamen seine Methoden in die USA und inspirierten die Bereiche Therapie und Kunst. Seine wissenschaftlichen Experimente in der Soziometrie gaben vielseitige Anregungen für spätere Organisations- und Teamaufstellungen.

Wenn wir Morenos Arbeit als Ursprung annehmen, hat die Herkunft der Aufstellungsarbeit jüdische Wurzeln und stammt aus Wien. So wie die Verbreitung der Psychologie in Europa untrennbar mit dem Namen Sigmund Freud verbunden ist.

## **2. Irrtum:**

*Eine Aufstellung benötigt einen Klienten (Fokus) und ein Anliegen.*

Mehrere Hundert von uns durchgeführte und dokumentierte Kollektivaufstellungen beweisen das Gegenteil. Auch ohne Klient fühlen sich die Stellvertreter ebenso in einer Rolle, wie bei Aufstellungen mit Klient. Unsere Basis ist die Theorie von C. G. Jung über kollektives Bewusstsein, eine tiefere Schicht, die unter dem individuellen Unbewussten liegt. Wir nutzen diese Form der Aufstellung, um Forschung zu kollektiven gesellschaftlichen Themen zu betreiben und für die Gestaltung der Zukunft zu lernen. In diesem Zusammenhang beschäftigten wir uns mit Fragestellungen wie: Wohin geht die Heldenreise für den Mann und die Frau? Was können wir aus der aktuellen Wirtschaftskrise lernen? Wie können wir den Frieden in der Welt fördern? Was können wir aus Fukushima lernen? Wie entsteht ein neues Bewusstsein?

Ein Bild sagt manchmal mehr als tausend Worte. Die überraschenden Bilder dieser kollektiven Aufstellungen haben die Sichtweise der Teilnehmer verändert und uns allen wichtige Entwicklungsimpulse gegeben.

## **3. Irrtum:**

*Für Aufstellungen gibt es keine wissenschaftlichen Erklärungen, denn die Aufstellung ist „das Ding an sich“ (im Sinne von Kant).*

„Ist das nicht alles Hokuspokus?“ Diese Frage stellen Teilnehmer von Aufstellungen manchmal irritiert von der neuen Erfahrung, die sie gemacht haben und die so gar nicht mit ihrer Alltagserfahrung übereinstimmt. Viele Aufstellungsleiter verweisen dann auf die Wirksamkeit der Aufstellungsmethode. Wir tun das auch, doch bleiben wir nicht dabei stehen. Unser Anliegen ist es, die verschiedenen Erklärungsansätze aus der wissenschaftlichen Forschung zusammenzutragen und damit zur Entmystifizierung der Methode beizutragen. Mittlerweile gibt es zahlreiche wissenschaftliche Theorien sowie philosophische Denkansätze, wie z.B. das Kollektive Unbewusste (C. G. Jung), Morphogenetische Felder (Rupert Sheldrake), die Theorie der Leerheit aus dem Buddhismus, Theorien zur Bewusstseinsentwicklung (Ken Wilber), Nachweis- und Wirksamkeitsstudien (z.B. Uni St. Gallen, Witten Herdecke) usw., die viel zum Verständnis beitragen [2]. Viele auf den ersten Blick gegensätzlich erscheinende Positionen können gleichberechtigt nebeneinander bestehen, wenn man sie als unterschiedliche Perspektiven begreift. Diese Neubetrachtungen machen es vielleicht auch möglich, Streitpunkte wie z.B. zwischen Konstruktivisten und Phänomenologen zu verstehen und neue Zugänge zu bisher gegensätzlichen Sichtweisen zu finden, indem man sie in einen größeren Zusammenhang integriert.

Wir halten es für notwendig, selbstverständliche Annahmen zu überprüfen und andere wichtige Fragen zu stellen, die bisher eher vermieden wurden, wie z.B.: Inwiefern beeinflusst das Bewusstsein von Stellvertretern und vor allem des Aufstellungsleiters den Aufstellungsprozess?

#### **4. Irrtum:**

*Die Aufstellung ist im Schwerpunkt eine therapeutische Methode.*

Diese Sichtweise erklärt sich aus der Gleichsetzung der Methode mit der Familienaufstellung. Aufstellungen können genauso gut Strukturen in einer Firmen- oder Kundenbeziehung aufzeigen bzw. Hinweise geben, wie das Marketing verbessert werden kann. Aufstellungen bieten neue Perspektiven in der Medizin, Organisationsberatung, dem erlebnispädagogischen Lernen und der Bewusstseinsentwicklung. Dabei spielt das Bewusstsein des Aufstellungsleiters eine Rolle, z.B. in Bezug auf seine Kontexterfahrung und die Fähigkeit, verschiedene Perspektiven, Ebenen und Stufen (des Bewusstseins) zu unterscheiden und zu nutzen. Hier ist das Bewusstsein für einen Entwicklungsbedarf erst am Anfang. Wenn wir unter dem Aspekt des Aufstellungsphänomens so manche wissenschaftliche Sichtweise betrachten, die heute noch an Universitäten gelehrt wird, so tragen neueste Erkenntnisse aus und über die Aufstellungsarbeit auch dazu bei, theoretisch und praktisch neues Bewusstsein zu schaffen, z.B. im Hinterfragen von alten Paradigmen und in der Entwicklung von Wahrnehmung und Reflexion, als Dimensionen des Bewusstseins.

#### **5. Irrtum:**

*Über Aufstellungen darf man nicht reden. Das zerstört oder schmälert die Wirkung.*

Unsere Erfahrung zeigt, dass die Bedürfnisse des Klienten und der Stellvertreter in einer Aufstellung sehr unterschiedlich sind. Manchmal ist es wichtig, den Beteiligten Unterstützung bei der Integration der Erfahrungen anzubieten, und manchmal ist es angebracht, das Bild für sich erst einmal wirken zu lassen. Uns erscheint es wesentlich, in Bezug auf den Umgang mit Aufstellungen keine allgemeingültigen Regeln aufzustellen (wie z.B. „nach der Aufstellung muss man schweigen“ oder „man darf nur einmal im Jahr eine Aufstellung machen“ usw.). Vielmehr halten wir es für angebracht, die Aufstellungsleiter mit Methoden wie Meditation (Zen), Dialog, Reflektion wissenschaftlicher Ansätze sowohl in der Wahrnehmungstiefe (Achtsamkeit) als auch in der Fähigkeit zum Perspektiven- und Methodenwechsel zu schulen (Lehrsystem der Inneren Form). Dies erleichtert es dem Leiter, aus der konkreten Situation heraus zu entscheiden, welche weitere Begleitung er dem Klienten bzw. der Gruppe anbietet.

#### **6. Irrtum:**

*Krankheitssymptome sind in der Verbindung Medizin-Psychologie (das Unbewusste nach Sigmund Freud) ausreichend nach psychosomatischen Kriterien definiert.*

Systemische Erkenntnisse über Krankheitssymptome, in Verbindung mit Systemischen Familiendynamiken, dem Sippengewissen und auch kollektiven Aspekten (Wir-Perspektive), ergeben für Psychologie und Medizin neue Perspektiven und Hinweise auf Wechselwirkungen von Seele, Geist und Körper des Individuums im Familiensystem und in sozialen Systemen. Sie ergänzen

sozusagen die Außenperspektive, z.B. der Schulmedizin, durch die Innenperspektive und weisen auf bisher unbewusste Zusammenhänge hin. Werden diese Gebiete integriert, entsteht ein größeres ganzheitliches Bild, das verschiedene Perspektiven beinhaltet. Daraus ergeben sich auch neue, effektivere Heilungsmöglichkeiten und es wird deutlich, wie sinnvoll es ist, wenn Medizin, Komplementärmedizin und Medizinische Systemik integral (ganzheitlich) verbunden werden. Vielen Klienten konnte so bereits geholfen werden, die in der klassischen Schulmedizin an ihre Grenzen gestoßen sind, weil die inneren Aspekte noch gefehlt haben.

## **7. Irrtum:**

*Tools in der Businessberatung zu Beginn des 21. Jahrhunderts basieren auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen.*

Leider baut ein Großteil der momentan aktuellen Beratungstools auf veralteten wissenschaftlichen Interpretationen auf, z.B. der Fehlinterpretation von Darwins bzw. Spencers Aussage „Survival of the Fittest“. Statt „Der Flexibelste überlebt“ wurde die Aussage interpretiert mit „Der Stärkste überlebt“. Diese Deutung war auch eine Grundlage der Nationalsozialisten, die jüdische Gene vernichten wollten, um „starke arische“ Gene rein zu erhalten. Analysiert man die Sprache der Wirtschaft des 21. Jahrhunderts, meint man noch immer, wir befänden uns im Krieg: „Strategie“, „feindliche Übernahme“, „die Schnellen fressen die Langsamen“, „vom Markt verdrängen“ usw. Vielleicht befinden wir uns tatsächlich in einem Wirtschaftskrieg?

Die moderne Neurobiologie (z.B. durch Prof. Joachim Bauer) zeigt, dass Kooperation ein mindestens gleichwertiges Prinzip zur Konkurrenz darstellt. Ergänzen wir weitere Erkenntnisse der modernen Wissenschaft (Quantenphysik, Systemische Psychologie, Gehirn- und Stressforschung), kommen wir zu dem Ergebnis, dass die aktuellen Businesssysteme häufig auf veralteten Paradigmen bauen, wie „Zeit ist Geld“, „höher, weiter, schneller“, „jeder ist seines Glückes Schmied“ usw. Diese überholten Anschauungen erinnern an das Mittelalter bzw. die Vorstellung, die Erde sei eine Scheibe, die bis 1492 als unumstößliche Wahrheit galt. In Aufstellungen vervollständigt sich das Bild – bisher unberücksichtigte Dimensionen werden ergänzt. Im übertragenen Sinne bedeutet das, dass durch Aufstellungen die gesamte Kugel des Wirtschaftens, mit ihren Einflussfaktoren, äußeren und inneren Wechselwirkungen, sichtbar werden kann. Kostengünstig, schnell, effizient, sozial und vor allem nachhaltig.

**„Die größte Lüge ist die Halbwahrheit.“**

*Schiller*

Es ist wieder einmal an der Zeit, sich auf einer neuen Bewusstseinsstufe schlau zu machen, die Erkenntnisse verschiedenster Disziplinen interdisziplinär zu verbinden und die Zusammenhänge integral (ganzheitlich) nicht nur halb weiterzudenken. Sondern in Bereichen, in denen es notwendig ist, sich an komplett neue Vorstellungen und Denkmodelle heranzuwagen. Je komplexer unsere Welt wird, desto deutlicher zeigt sich, dass viele globale Probleme nur noch im integralen Zusammenspiel (Ökologie, Ökonomie, Politik, Gesellschaft, individuelle Bewusstseinsentwicklung etc.) gelöst werden können.

### **Ausblick**

Egal ob ich mit einem Patienten oder Klienten kommuniziere, eine Aufstellung leite oder einen Menschen in einem Coaching begleite – durch meine Innere Form kann ich diesen Prozess vertiefen und Raum für Neues schaffen. Dazu braucht es die Qualität der Achtsamkeit. Wenn Menschen miteinander arbeiten, ist es wesentlich, dass sie einander zuhören. Dabei gleichzeitig sich selbst zu hören, setzt die Achtsamkeit sich selbst gegenüber voraus. Dieses Verbundensein mit dem eigenen Selbst bringt mich in die entsprechende Präsenz und eröffnet mir und dem Menschen, mit dem ich zu tun habe, ganz neue Möglichkeiten, die über die Grenze der Sprache hinausgehen.

Für uns ist jede Aufstellung ein einzigartiges Kunstwerk, das uns mit der Komplexität des Lebens und der Schönheit der Seele in Kontakt bringt. Um neuen Erfahrungen wirklich Raum zu geben, braucht es Achtsamkeit, Präsenz und oftmals eine professionelle Begleitung.

In Aufstellungen der Inneren Form werden Erfahrungen möglich, die intellektuell sprachlich nicht erfassbar sind und einfach keiner Worte bedürfen:

Schüler: „Sag, was ist das Geheimnis einer guten Aufstellung?“

Aufsteller: „Offene Weite, es gibt kein Geheimnis.“

Schüler: „Wer bist du eigentlich, dass du so sprichst?“

Aufsteller: „Reine Achtsamkeit.“ [4]

Allen Lesern und Leserinnen, die mit Aufstellungen frischen Wind in ihre eigenen Veränderungsprozesse bzw. die von anderen Menschen bringen möchten und nicht von der einmauernden Vorstellung „Ich weiß schon alles darüber!“ geprägt sind, legen wir unser neues Aufstellungsbuch (s.u.) ans Herz und freuen uns auf das Feedback.

*Sigrid Limberg-Strohmaier*

*Diplompädagogin, Coach und Lehrtrainerin für integralsystemische Beratung*

*Peter Klein*

*Integral-systemischer Berater und DVNLP-Lehrtrainer der Paracelsus Schule  
Nürnberg*