

## Systemische Aufstellungen

Systemaufstellung bezeichnet ein Verfahren, in dem aus einer vorhandenen Gruppe Personen stellvertretend für Mitglieder oder Entitäten (Teile, Aspekte) eines (üblicherweise sozialen) Systems gewählt und in einem realen Raum sodann repräsentativ zueinander in Beziehung (auf-)gestellt werden.



Bei Systemaufstellungen handelt es sich nicht um Rollenspiele. Primär geht es bei Systemaufstellungen um die Abbildung bzw. das Erkennen von (eventuell dysfunktionalen) Beziehungsstrukturen. (Definition Wikipedia)

Sie haben die Möglichkeit in einer Aufstellung die Herkunftsfamilie, die eigene Familie, die Partnerschaft, den Beruf, ein Krankheitsbild oder auch andere Beziehungen anzuschauen.

Ziel einer Aufstellung ist, Klarheit und die eigene Wahrheit finden, sich wieder spüren, Illusionen und Überlebensstrategien erkennen, fühlen lernen. Bewusstes Entscheiden die Überlebensstrategien zu verlassen um ein gesundes geselliges angstfreies Leben zu leben.

Werden diese Glaubenssätze gelöst, befreien wir den darunter liegenden Schmerz und „entlassen“ ihn auf neurobiologischer Ebene (Gehirn) dorthin wo er gehört: In eine Bildergalerie sogenannter Vergangenheit, ohne weitere Einwirkung auf unser jetziges Tun. Geschieht dies, wird es von der betroffenen Person oft als „Wunder“ bezeichnet; wo zuvor eine unbewusste Wunde schwelte, ist jetzt Friede.

Was wir als Wirklichkeit wahrnehmen, ist in Wahrheit unsere Wahrnehmung. Ist diese von inneren unbewussten Zerrbildern gereinigt, kommen wir automatisch in den universellen Urfrieden zurück, denn dies ist die einzige Wahrheit.

In Verbindung zu unserem tiefsten Inneren zu sein, zu empfinden, gefühlt zu werden, uns wirklich und lebendig zu fühlen und in Beziehungen Intimität zu erleben sind essenzielle und existentielle Bedürfnisse eines jeden Menschen. Oft ist diese Verbindung unterbrochen, sei es durch familiensystemische Muster, Schicksale, traumatische Erlebnisse, Beziehungsprobleme, körperliche Themen oder spirituelle Krisen.

Als Begleitende schaffen wir dadurch einen heilsamen Raum von Zartheit, Langsamkeit und Verbundenheit.

In ihrer Aufstellung, egal nach welcher Art und Methode Sie aufstellen, kommt exakt das heraus, was Sie in sich tragen und es bereit sind zuzulassen. Wichtig zu wissen ist auch, dass es keine Wunderergebnisse gibt.

Insgesamt brauchen wir für die Vorbereitung, die Aufstellung und ev. Nachbereitung 2-3 Sitzungen:

1. Sitzung: Interview (60 Minuten)
2. Sitzung: Aufstellung (90-120 Minuten)
3. Sitzung: nach Wunsch kann eine Nachbesprechung hinzugefügt werden, ist aber nicht zwingend

Diese Methode ist systemisch, wertschätzend und neutral. Dem Klienten werden keine neuen Inhalte aufgedrängt

Familienaufstellung heißt nichts anderes als die Möglichkeit zu schaffen, ein persönliches Problem aus der Vogelperspektive zu betrachten. Zu sehen, wie es anderen in dieser Situation geht, welche (einem selbst nicht bekannten) Gründe sie zu einem Verhalten bringen oder zwingen und wie man sich selbst (nach dem Prinzip: verändere ich mich (Aktion) verändern sich auch der andere (Reaktion)) in eine andere Position begeben kann, um eine Besserung der Situation herbeizuführen.

Die räumliche Anordnung als äussere Struktur des Systems sagt etwas über die innere Struktur des Systems und damit auch über die innere Struktur der aufstellenden Person aus. Die aufstellende Person ist die Person, die eine Fragestellung klären will und zu diesem Zweck eine Aufstellung machen lässt. Dazu bedarf es meist einer anderen Person, die die Aufstellung anleitet.

Wichtig dabei ist, dass die Einzelteile eines Systems voneinander abhängen. Dies hat zur Folge, dass sich mehr oder weniger alle Teile im System ändern, wenn auch nur ein kleiner Teil im System sich ändert.

Die StellvertreterInnen haben einzig die Aufgabe, in diesem System, in dem sie stehen, im Hier und Jetzt wahrzunehmen, was ist, was sie fühlen, was ihnen auf- oder einfällt, welche Impulse sie erhalten. Also die unmittelbare Wahrnehmung ist unser Zugang zum System.

Alle Teilnehmenden stehen unter absoluter Schweigepflicht.

Zum Kennenlernen eignet es sich, als StellvertreterIn oder als ZuschauerIn teilzunehmen.

Seit ungefähr drei Jahren arbeite ich nur noch mit verdeckter Aufstellung. D.h. in einer ersten Phase sind die Teile nur als Nummern bezeichnet. Sie wissen nicht wer oder was sie sind und auch gar nichts vom Kontext. Ich empfinde den Vorteil darin, dass Interpretationen ausgeschlossen werden und noch viel mehr das Unmittelbare zum Zuge kommt. In einer späteren Phase werden die Rollen aufgedeckt und ev. Zusammenhänge erklärt.

### **Über meine Person**

Ich, Claudia Morell Batt, bin ursprünglich Lehrerin. In verschiedenen Aus- und Weiterbildungen habe ich die systemische Familientherapie erlernt und vor kurzem die Ausbildung zur Kinesiologin abgeschlossen. Ich bin verheiratet und habe zwei erwachsene Töchter.

Die therapeutische Arbeit empfinde ich als meinen Seelenauftrag. Ich erlebe hier grosse Freude, Kreativität und Erfüllung. Auf dem Weg zu diesen Tools bin ich mir meiner Selbst und der damit verbundenen Verantwortung bewusst geworden, im Hier und Jetzt präsent und weiss, dass ich mich immer aus freien Stücken entscheiden kann. Ich empfinde heute grosse Lebensfreude und Schöpfungskraft. Dies weitergeben zu können, ist ein grosser Wunsch von mir.

Sie finden weitere Informationen auf: [kinesiologie-jetzt.ch](http://kinesiologie-jetzt.ch)