



Auszug aus dem Kursskript >Zum systemischen Aufstellen <

Systemische Aufstellungsformen

Das systemisch Aufstellen wird nicht erst durch Bert Hellinger therapeutisch genutzt, vielmehr greift Hellinger auf systemische Prinzipien und systemische Formen der Aufstellungen zurück, wie sie schon vor ihm entwickelt und praktiziert wurden.

Früh hatte schon **Virginia Satir** grundlegend das Prinzip der Aufstellung entworfen, um aus humanistischer Perspektive die Situation des Kindes im Familienverband zu beleuchten und seine Versorgung mit Ressourcen fördern. **Jacob L. Moreno** hat später darauf zurückgegriffen und die Methode der Aufstellung genutzt, um innerseelische Vorgänge darzustellen und psychodramatisch zu verändern. Beide Formen der Aufstellung werden bis heute eigenständig genutzt und angewandt.

Gregory Bateson hat den systemischen Gedanken wissenschaftlich verfolgt und für die Familientherapie fruchtbar gemacht, vor allem im Rahmen seiner Schizophrenieforschung und des „double-bind“- Phänomens; Bateson konnte zeigen, dass widersprüchliches kommunikative Verhalten der Eltern für das Kind wie eine Beziehungsfalle wirken, wobei Orientierungslosigkeit und seelische Hilflosigkeit entstehen; familientherapeutisch betonte Bateson die Notwendigkeit, das Kind aus den Verstrickungen der Eltern zu lösen.

Paul Watzlawik hat die Arbeiten Batesons aufgegriffen und den systemisch-kommunikativen Aspekt von psychischen Störungen unterstrichen; insgesamt hat Watzlawik seinerzeit die humanistischen Gedanken, wie sie in stark in Amerika diskutiert wurden, in Deutschland bekannt gemacht - so auch die Aufstellungsprinzipien nach Satir und Moreno.

Bert Hellinger hat wesentlich das Vorgehen Satirs studiert und schließlich eigenständig fortentwickelt bzw. vor dem Hintergrund seiner theologisch-philosophischen Anschauungen verändert. Die Methode des „Familienaufstellens“ nach Hellinger ist heute weit verbreitet: primärer Gedanke dieser Arbeit ist, dass viele persönliche Schwierigkeiten als Verstrickungen mit dem „System Familie“ zu begreifen sind und der Lösungen bedürfen.



Familienaufstellen nach B. Hellinger

In der Schicksalsgemeinschaft einer Familie wirken tiefe, seelische Bindungen, die **mehrere Generationen** zurückreichen können und die unser persönliches Schicksal, meist unbewusst, stärken oder schwächen.

Wenn Menschen negative Erfahrungen nicht oder kaum bewältigen können, entstehen psychische Probleme und seelische Konflikte. Solche Überforderungen und “**Traumatisierungen**” werden insbesondere durch dramatische Ereignisse (z.B. plötzliche Todesfälle) oder lang andauernde soziale Stresssituationen hervorgerufen (z.B. sexueller Missbrauch, Alkoholismus der Eltern).

Traumatisierende Erfahrungen werden häufig unbewusst an innerhalb des eigenen Familiensystems weitergegeben. Manche Ereignisse in einem Familiensystem, wie z.B. früher Tod eines Elternteils oder eines Geschwisters, wirken lange nach. Belastende Erfahrungen der Eltern (z.B. Trennung von früheren Partnern) **wirken auf die Kinder fort**.

Denn in der Tiefe hat jedes Kind primär eine liebevolle Verbindung mit seiner Familie. Durch diese Bindung ist es auch vor familiären Belastungen kaum geschützt, so dass es die ungelösten Schwierigkeiten seiner Familie mit trägt. So entstehen über mehrere Generationen hinweg unbewusst Wiederholungen von Ereignissen, die Leid und Unglück erzeugen. Die Beteiligten geraten dadurch in tiefe seelische Verstrickungen und können sich nur schwer aus solchen belastenden und zuweilen sogar verwirrenden **Schicksalsverbindungen** lösen. Schwere seelische Konflikte sind die Folgen und münden in Verhaltensweisen, Gefühlen und Wertvorstellungen, die dem Familiensystem verdankt und durch herkömmliche Therapien, Körperarbeit und Meditation kaum aufzulösen sind.

Das Familienstellen **veranschaulicht** solche Verstrickungen unmittelbar.

Anschaulich werden dabei die Grundmuster und Beziehungen aller relevanten Familienmitglieder, deren Dynamik untereinander geklärt und deren Verstrickung gelöst werden soll. Eine gute Lösung ist gegeben, wenn jedes Familienmitglied den ihm gebührenden Platz im System einnimmt und angemessene **Würdigung** erfahren kann.

Im Gegensatz zum verbreiteten Missverständnis geht es dabei keinesfalls darum, eine mechanistische Technik anzuwenden, die sich unterschiedslos vermeintlich festgelegter, von Hellinger vorgegebener Formeln bedient. Vielmehr soll eine Haltung vermittelt werden, die befähigt, jenseits von Moral und Vorurteil **Einvernehmen zu finden mit der Welt** so, wie sie ist.

Durch Schauen und Horchen in dem **>wissenden Feld<**, wie es in der Aufstellung entsteht, sollen bindende Verstrickung erkannt und Sätze gefunden werden, die von Verstrickung lösen.



>Phänomenologie<

Das Familienstellen nach Hellinger ist einer phänomenologischen Sicht verschrieben, also einer Sicht, die jenseits von subjektiven Absichten und Bestrebungen die **grundlegenden Phänomene unseres Daseins** berücksichtigt: werden diese grundlegenden Prinzipien missachtet, entstehen Leid und leidvolle Schicksale.

Die Phänomenologie hat eine **philosophische Tradition**, besonders die Namen Husserl und Heidegger sind mit ihr verbunden. Diskutiert wird dabei die Frage, wie es gelingen kann, subjektive Ansichten hinter sich zu lassen und Einsicht in die Phänomene oder Ordnungen unseres Daseins zu gewinnen: wissenschaftlich oder intuitiv, deduzierend oder beschreibend usw. In der philosophischen Debatte hat sich deutlich die Anschauung durchgesetzt, dass eine unmittelbare Einsicht in die Prinzipien unseres Daseins nicht möglich ist.

Hellinger dagegen betont das Phänomen des primären liebevollen und abhängigen Bezuges des Kindes zu seiner Familie: dieser **Bezug ist jedem Menschen bekannt** und jeder hat **intuitiven** Zugang zu ihm. Dieser Bezug ist von einem notwendigen **Geben und Nehmen** bestimmt - des Kindes zu den Eltern und der Geschwister untereinander. Dieses Geben und Nehmen kann aus der **Ordnung** geraten, wenn etwa das Kind versorgende Aufgaben für die Eltern übernehmen muss usw. Das Familienstellen macht die grundlegenden Bezüge eines Systems deutlich und seine Ordnung, der es heilsam bedarf.

>Wissendes Feld<

Weil jedem Menschen der primäre Familienbezug bekannt ist, können in der Familienaufstellung **Stellvertreter** für die grundlegenden Bezüge auch einer anderen, ihnen unbekanntem Familie intuitiv erfassen. Gegenstand der Intuition ist nicht die gedankliche Welt oder die subjektiven Mutmaßungen der Stellvertreter, sondern deren unmittelbares Empfinden zueinander. Das Erkennen geschieht nicht am Einzelnen, sondern entsteht mit den Bezügen in der Gruppe: das **Feld weiß mehr** als der Einzelne. Der Leiter der Aufstellung greift dieses Feldwissen auf und macht es für alle sichtbar, überwindet also die vereinzelte Perspektive. Systems deutlich und seine Ordnung, der es heilsam bedarf.

>Schwere Schicksale<

In den Familienaufstellungen kommt es nicht auf die subjektiven Lebensgeschichten, sondern aber auf die grundlegenden Lebensvollzüge an. Diese sind existential bestimmt durch die allgemeine familiäre Struktur, Kind von Eltern und später Geliebter oder Geliebte zu sein oder auch Eltern von Kindern oder Geschwister unter Geschwistern; jenseits dieser allgemeinen Strukturen können auch **besondere Mustern** gelten, die durch schwere Schicksale im familiären System geformt werden, etwa früher Eltern- oder Kindestod, Ausgrünzungen oder Trennungen, schwere Krankheiten oder Kriegsschicksale.



>Hinwendung<

Das Erkennen der Ordnungen bringt uns in einen tiefen, bewegenden **Kontakt mit dem Menschlichen** und ermöglicht uns schicksalhafte Ereignisse, Begrenzungen, Ordnungen und Bindungen anzunehmen.

Mit Familienaufstellungen kommen **Verstrickungen** ans Licht. Aus der Einsicht in die unbewusst vorhandenen seelischen Bindungen ergeben sich Lösungsmöglichkeiten aus solchen Verstrickungen, zum Beispiel durch die vollzogene **Hinwendung** zu einer ausgegrenzten Person mit Liebe und Achtung. Die Würdigung vorangegangener Schicksale wird als spürbare Entlastung erlebt. Eine **neue Ordnung** entsteht, die stärkend wirkt, und der Mensch wird frei für seinen Weg.

Durch das Miterleben und die Stellvertretung in fremden Familienbildern findet ein ständiger Erfahrungs- und **Lernprozess** statt, bei dem sich zusätzlich neue Perspektiven für die eigenen Beziehungszusammenhänge eröffnen.

In welchen persönlichen Lebenssituationen machen Aufstellung Sinn?

- Für Erwachsene, die noch mit den Eltern oder Geschwistern grollen, kämpfen oder mit ihnen im Zwist leben.
- Einzelne und Paare, die Verständnis und Lösungen für Beziehungskrisen suchen.
- Einzelne und Paare, die Lösungsmöglichkeiten in schwierigen Lebenssituationen erkennen möchten.
- Einzelne und Paare, die Entscheidungsfragen klären wollen, wie Familiengründung, Trennungs- oder Scheidungssituationen.
- Einzelne, die eine unterstützende Begleitung im psychotherapeutischen Einzelprozess benötigen.
- Als langjähriger Single mit dem Wunsch auf Partnerschaft
- Bei besonderem oder schwerem Schicksal, wie z.B. Adoption, Krankheit, Suchtverhalten, „Patchwork“- und Stieffamilien
- Bei auffälligem Verhalten der Kinder
- Im Abschied nach dem Tod eines Nahestehenden
- Zur Zielfindung bei Unsicherheit und zur Neuausrichtung im Leben
- Zur Werte- und Sinnfindung