



Wie geht Aufstellung? Die Grundform.

Wir sitzen im Kreis – und eine Frau hat sich gemeldet, ihr Thema zu bearbeiten, in diesem Fall ein schmerzhafter Kontaktabbruch in ihrer Familie. Sie erzählt von ihrem Bruder, der mit der Familie nichts mehr zu tun haben will. Sie erzählt von ihren Eltern und der Großmutter, die früher mit im Hause gewohnt hatte. Sie waren also Fünf.

Für diese Familienmitglieder bittet die Fallgeberin fünf Gruppenteilnehmer, als Stellvertreter zu fungieren, auch jemanden für sich selbst. Sie stellt die Stellvertreter so im Raum auf, dass Nähe und Distanz, Blickwinkel und Körperhaltung das Familiensystem, das sie im Kopf hat, deutlich abbilden. Danach geht sie in den Kreis der Zuschauer zurück und beobachtet.

Die Stellvertreter nehmen ihren Ort im Raum wahr. Sie spüren, wie sie stehen. Und sie nehmen wahr, wen sie sehen und wie sie die anderen spüren. Diese Wahrnehmungen teilen sie in einem knappen Interview mit, das die Aufstellungsleiterin führt. Diese Äußerungen sind sehr erhellend für die Fallgeberin, weil dabei auch Empfindungen der einzelnen Familienmitglieder verbalisiert werden, die bisher unterhalb ihrer Bewusstseinschwelle lagen. Manchmal kann man an dieser Stelle schon aufhören. Die Fallgeberin hat verstanden, was in ihrer Familie abgegangen ist.

Will man aber weiterarbeiten in Richtung einer Lösung, werden die Stellvertreter in zweites Mal interviewt und gefragt, wie sie ihre Position verändern möchten, damit sie sich besser fühlen.

Nun kommt Bewegung ins Bild: Menschen, die krampfhaft aneinander vorbeigekuckt haben, schauen sich in die Augen, wagen ein Lächeln. Einklemmte schaffen sich Platz und holen Luft, Außenstehende rücken näher, Hände finden zueinander...



Diese Lösungen sind oft sehr bewegend. Das Ziel ist immer Verstehen, Versöhnung und Heilung. Auch die Fallgeberin ist sehr bewegt. Krönender Abschluss der Aufstellungsarbeit ist das „Einwechseln“ der Fallgeberin in das Lösungsbild: Sie bekommt einen tiefen Eindruck davon, wie es sich anfühlt, wenn „alles gut“ ist. - Damit kann man im richtigen Leben gestärkt weiterarbeiten.