

**Horst Brömer, Dipl.Psych., approb. Psychotherapeut, anerkannter
Lehrtherapeut für Systemaufstellungen (DGfS)
25.10.2018**

Zum Ablauf einer Familien- bzw. Systemaufstellung

1.

Die Einzelarbeit im Gruppenkontext beginnt mit dem Interview und der Klärung der individuellen Frage, des Anliegens. Das Anliegen bestimmt den Rahmen der Aufstellung.

Der hier allgemein beschriebene Ablauf gilt weitgehend auch für die Aufstellungsarbeit im sog. Einzelsetting bzw. in der Aufstellungsarbeit mit Paaren oder (Teil-) Familien.

Die Aufstellungsarbeit mit Teams und für Supervisionsfragen wird in Abhängigkeit vom Kontext um einige Aspekte ergänzt.

Zur Vorbereitung bietet es sich an, ein Genogramm zur eigenen Familie bzw. ein Organigramm (zu Fragen aus Arbeit und Beruf) anzufertigen.

2.

Das Anliegen stellt den Auftrag an den Familienaufsteller dar und bildet den Rahmen der Aufstellung. Im Interview, welches ca. 10 Minuten dauern kann, werden verschiedenen Aspekte und Zusammenhänge angesprochen. Mit der Formulierung des Anliegens verbindet sich die Frage, wer aus der Herkunfts- oder Gegenwartsfamilie Teil der Aufstellung werden soll. (Entsprechendes gilt für Themen aus der Berufswelt.)

Bei Anliegen in Bezug auf aktuelle körperliche Erkrankungen oder seelische Belastungen werden weitere Möglichkeiten, sog. „Qualitäten“, einbezogen.

3.

Für die benannten Familienmitglieder und Qualitäten werden Stellvertreter/innen aus der Gruppe gesucht.

Im Einzelsetting werden dafür sog. Bodenanker genutzt bzw. (wie oft in der Familientherapie) Figuren genutzt.

4.

Der / die Aufstellende gibt den Ausgewählten eine Position im Raum - er / sie stellt sie auf.

5.

Es entsteht das „1. Bild“ der Aufstellung. Wir schauen es uns gut an und spüren die ersten Wirkungen und hören die ersten Mitteilungen der Repräsentanten.

6.

Im weiteren Verlauf der Aufstellung zeigen sich Verbindungen zwischen den

Repräsentanten. Dies wird oft von den Aufstellenden mit einem Hinweis kommentiert, das hier sei „so wie Zuhause“. Oder, die Stellvertreter verhalten sich „so wie ich bzw. wie wir das früher Zuhause auch erlebt haben“.

7.

Im Verlauf der Aufstellung werden familiäre Belastungen und Verstrickungen unterschiedlicher Art erfahrbar und fühlbar. Es zeigt sich in den meisten Aufstellungen, dass solche Belastungen auflösbar sind und neue Lösungen erlebbar sind.

8.

Die „gute Lösung“ finden heißt schließlich, eine oder mehrere Antworten auf die individuelle Frage finden.

Zu jedem Zeitpunkt der Aufstellung ist es möglich, dass Fragen beantwortet werden. Der / die Aufstellende bestimmt, wie weit wir gehen, wann wir innehalten, wann wir beenden.

9.

Die Aufstellung wird auf Wunsch protokolliert und der / die Aufstellende erhält die Notizen. Die verschiedenen Schritte Abschnitte und Erkenntnisse, die „gute Lösung“ und die gefundenen Antworten können so dokumentiert werden.

10.

Notizen sind meist hilfreich in der wichtigen Nachbereitung.

Die Nachbereitung kann ein oder mehrere Nachgespräche sein; oder es kann eine Kommunikation mit dem / der Therapeut/in des / der Aufstellenden sein; oder es kann sich ein Gespräch unter Einbeziehung weitere Familienmitglieder / Partner, Partnerin ergeben.

www.broemer-berlin.de