

Peter Klein
Sigrid Limberg-Strohmaier

Das Aufstellungsbuch

Familienaufstellung,
Organisationsaufstellung und
neueste Entwicklungen

Unter Mitarbeit von Sonja Stepanek
und Monika Hahn



1. Auflage 2012

© 2012 by Braumüller GmbH
Servitengasse 5, A-1090 Wien
www.braumueeller.at

Cover: Yasmin Sowa

Druck: Druckerei Theiss GmbH, A-9431 St. Stefan im Lavanttal
ISBN 978-3-99100-076-1

Inhalt

Vorwort von Florian Henckel von Donnersmarck	9
Vorwort von Sigrid Limberg-Strohmaier und Peter Klein.....	11
1. Das Erlebnis einer Aufstellung	
Ein Dialog.....	13
2. Die Grundlagen der Aufstellung	25
2.1. Die verschiedenen Perspektiven einer Aufstellung	26
2.2. Die Aufstellung erweitert und vertieft Perspektiven	30
2.3. Hokusfokus oder wie funktionieren Aufstellungen? Wissenschaftliche Erklärungsversuche.....	31
2.3.1. Wissenschaftliche Forschung.....	32
2.3.2. Erklärungsansätze aus verschiedenen Perspektiven.....	34
2.3.3. „Es wirkt!“ – Wirksamkeitsstudien zu Aufstellungen.....	35
2.3.3.1. <i>Das Selbstbild verändert sich</i>	35
2.3.3.2. <i>Wie reagieren Gehirne in Aufstellungen?</i> <i>Gehirnstrombilder</i>	36
2.3.3.3. <i>Die Wahrnehmung des Stellvertreters</i> <i>ist nicht willkürlich</i>	37
2.3.3.4. <i>Die Organisationsaufstellung als wirksame</i> <i>Unterstützung</i> <i>für das strategische Management</i>	40
2.4. Neue wissenschaftliche Erklärungsmodelle liefern Denkansätze für das Verständnis von Aufstellungen	41
2.4.1. Der Erklärungsansatz über morphogenetische / morphische Felder.....	42
2.4.1.1. <i>Morphogenetische Felder</i>	42
2.4.1.2. <i>Morphische Felder</i>	43
2.4.1.3. <i>Morphische Resonanz</i>	45
2.4.2. Erklärungsansätze aus der Neurobiologie	51
2.4.3. Die Denkansätze aus der Quantenphysik.....	55
2.5. Die buddhistischen Vorstellungen	59
2.6. Das Orakel von Delphi – Themen für eine Aufstellung	64
3. Die Pioniere der Aufstellungsarbeit	68
3.1. Am Anfang war die Familienaufstellung.....	68
3.2. Jakob Levy Moreno (1889–1974) – Psychodrama und Soziometrie.....	69
3.3. Virginia Satir (1916–1988) – Begründerin der Systemischen Familientherapie.....	78
3.4. Bert Hellinger – Der Vater des Familienstellens	94
3.5. C. G. Jung (1875–1961).....	110
4. Integral-Systemische Aufstellungen der Inneren Form	124
4.1. Das Lehrsystem der Inneren Form.....	124
4.2. Der Methodenkreislauf der Inneren Form in einer Aufstellung	127
4.3. Kinesiologie – der Körper gibt Feedback.....	137
5. Fallbeispiele aus der Praxis	146
5.1. Mit Geld spielt man nicht – vor allem nicht in Beziehungen!.....	146

5.2. „Sich wegbeamen oder im ‚Hier und Jetzt‘ neu durchstarten“.....	158
5.3. Geld weist den Weg in das neue Bewusstsein.....	173
5.4. Aus Wut entsteht Mut, dem eigenen Herzen zu folgen.....	192
5.5. Aus Frust wird Lebenslust und selbstbewusstes Handeln.....	204
5.6 Ich bin im falschen Film, nichts klappt in meinem Leben.....	219
5.7. Identität statt Selbstverleugnung!.....	229
5.8. Mutter- und Tochterkonzern – die Macht der Entscheidung	242
5.9. Ein Unternehmer übergibt sein Unternehmen – an sich selbst	253
6. Neue Formen der Aufstellungsarbeit.....	269
6.1. Kunst- und erlebnispädagogisches Lernen – Von der Drehbuchaufstellung zur Szenischen Aufstellung.....	269
6.2. Kollektive Bewusstseinsaufstellung – Finanzkrise	320
6.3. „Es braucht noch viel Heilung ...“ Kollektive Bewusstseinsaufstellung: Finanzkrise – Symptom einer Systemkrise?	328
7. Möglichkeiten und Grenzen der Aufstellung	351
8. Ausblick.....	379
Danksagung.....	382
Glossar.....	385
Literatur.....	399
Abbildungsverzeichnis.....	406

Vorwort von Florian Henckel von Donnermarck

„Jede gute Geschichte hat eine gewisse
Unausweichlichkeit“

Im Rahmen meines Filmstudiums an der Hochschule für Film und Fernsehen München hatte ich schon einmal eine Drehbuchaufstellung mitgemacht. Sie hat mich nicht überzeugt. Dort wurde ich zum Beispiel selbst als Hauptfigur aufgestellt, wodurch das Ganze eine sehr kontrollierte Komponente bekam. Ich konnte die Person so bewegen, wie es mir richtig schien – und wurde somit lediglich in meiner eigenen Sicht der Dinge bestärkt. Ich ging also mit viel Skepsis in meine zweite Aufstellung.

Doch schon bald merkte ich, dass hier anders gearbeitet wurde. In einem sehr interessanten Einleitungsgespräch befragten mich die Aufsteller zu meinem Buch und meinen Ideen. Als ich erklärte, dass für mich das zentrale Thema „die Menschlichkeit“ sei – also die Frage, wie weit sich meine Figuren ihre Menschlichkeit auch unter starkem Druck erhalten –, beschlossen sie, dass ich neben den DRAMATIS PERSONAE auch die MENSCHLICHKEIT als Figur aufstellen sollte.

Ich durfte aus einem Kreis von ungefähr 25 sehr unterschiedlichen Teilnehmern selbst aussuchen, wer wen darstellen sollte. Es war eine Art „Blitzcasting“, ein Jahr vor dem Dreh. Schon das war ungemein nützlich: Plötzlich standen Menschen aus Fleisch und Blut vor mir, die die Namen meiner Charaktere trugen (ab da spricht man sie nur noch mit dem Rollennamen an) und sogar ein bisschen so aussahen und waren, wie ich sie mir vorgestellt hatte. Mit ihnen spielte ich dann – unter der einfühlsamen „Regie“ der Aufsteller – den seelischen Verlauf des Filmes durch.

Wenn Personen gleichberechtigt im Raum stehen, zusammen mit ihrer „Menschlichkeit“, ihrer „Angst“ und anderen Abstrakta, dann erinnert man sich sehr deutlich daran, dass jede einzelne Person für sich selbst der Mittelpunkt des Universums ist. Plötzlich gibt es keine Nebenrollen mehr, genauso wenig wie es Nebenpersonen im Leben gibt. Es gibt nur noch Menschen, die man zwar weniger oft sieht als andere, die aber genau die gleiche Komplexität haben wie die besten Freunde. Ein anderes fast magisches Element der Aufstellung ist, dass ich mit meinen Figuren reden und sie Dinge fragen kann, die mir schon lange auf dem Herzen liegen. Ich kann meiner Heldin ins Auge sehen, ihr eine echte, indiskrete Herzensfrage stellen und sie wird mir darauf antworten müssen, in aller Ehrlichkeit aus der Dynamik der Konstellation heraus.

Aber woher weiß sie es, wenn sie die Geschichte nicht kennt?

Dazu Folgendes: Jede gute Geschichte, egal ob Märchen, Theaterstück oder Drehbuch, hat eine gewisse Unausweichlichkeit in sich:

Ab zehn Minuten von „Romeo und Julia“ wüsste man, auch wenn es einem nicht schon bekannt wäre, dass die beiden über die Klinge springen müssen, um die Geschichte glaubhaft zu machen. Und irgendwie ahnt man auch schon in „Episode IV“, dass Darth Vader der Vater von Luke ist. Als James Earl Jones es am Ende von „Das Imperium schlägt zurück“ tatsächlich sagt, war man zwar schockiert, aber nicht erstaunt.

Mit diesem unbewussten Wissen arbeitet auch die Drehbuchaufstellung.

Wir sind viel klüger, als wir in unseren trüben Momenten denken, wenn wir allein in unserer Schreibstube sitzen. Die Art, wie jemand im Raum steht, enthält fast unbegrenzt viele Informationen.

Bei der Drehbuchaufstellung zapfen wir diese Ressourcen an, aktivieren wir diese feinen Sensoren und kommen so in einer Dreiviertelstunde weiter als manchmal in einem Dreivierteljahr.

Vorwort von Sigrid Limberg-Strohmaier und Peter Klein

Viele Künstler lassen sich – wie Florian Henckel von Donnersmarck, der für seinen Film „Das Leben der Anderen“ nicht nur europäische Filmpreise, sondern auch den Oscar für den besten fremdsprachigen Film erhielt – durch Aufstellungen inspirieren, um ihre Charaktere möglichst authentisch miteinander agieren zu lassen. Folgt die Handlung einer unbewussten seelischen Dynamik, so erscheint sie den Zuschauern spannend und glaubwürdig zugleich, denn sie finden sich selbst darin wieder.

So wie jede überzeugende Filmhandlung eine Logik und somit auch eine gewisse „Unausweichlichkeit“ in sich birgt, so zieht sich auch durch das Leben jedes einzelnen Menschen ein unsichtbarer roter Faden. Dieser sogenannte „rote Faden“ reicht weit in das Familiensystem jedes Einzelnen zurück. Auf magische Weise verknüpft er die einzelnen Menschen eines Systems miteinander – selbst dann, wenn sie sich nicht kennen oder nichts von der Existenz des jeweils anderen wissen. Diese Verbindung beeinflusst, bindet oder unterstützt die Gefühle und Handlungen des Einzelnen in der Gegenwart, egal ob er sich dessen bewusst ist oder nicht.

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 zeigen sich verdeckte Einflüsse, die in ihrer Wirkung erfahrbar und erkennbar werden. Sind Verknotungen entwirrt und alte Verstrickungen gelöst, kann über den Faden die Kraft aus dem System wieder frei fließen. Dies erweitert Entscheidungsspielräume und setzt Energie für praktisches Handeln im Alltag frei.

Aus der ursprünglichen Familienaufstellung haben sich die Aufstellungen in verschiedenen Kontexten weiterentwickelt. So suchen Unternehmer in Organisationsaufstellungen genauso nach Antworten wie Partner in Paaraufstellungen nach Klärung ihrer Beziehung. Eine Symptomaufstellung trägt dazu bei, Botschaften, die hinter einer Erkrankung stehen, zu entschlüsseln. Neben Ressourcen und Potenzialen kann man Anteile des Selbst genauso aufstellen wie die einzelnen Bestandteile eines Traumes. Kollektivaufstellungen befassen sich mit politischen, historischen und wirtschaftlichen Themen. Es wird für viele Menschen zunehmend schwieriger, sich innerhalb dieser Vielfalt zu orientieren.

In unserem Institut trugen die Ausbildungsteilnehmer häufig die Frage an uns heran: Gibt es ein Buch über Aufstellungen, das ich meinem Freund, meiner Nachbarin geben kann? Gibt es ein Buch, das für Laien verständlich geschrieben ist und zugleich einen fundierten Einblick in die Thematik der Aufstellung und deren Entstehungs- und Entwicklungsgeschichte vermittelt?

Bisher haben wir dieses Buch noch nicht gefunden und uns deshalb selbst ans Werk gemacht.

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 Lösungen wirklich Raum zu geben, braucht es Achtsamkeit, Erfahrung und Präsenz in der Begleitung. Deshalb betonen wir besonders die innere Haltung der Aufstellungsleitung – die Innere Form.

Wir hoffen, es ist uns gelungen, Sie, werte Leserin, werter Leser, neugierig zu machen und Ihr Interesse zu wecken für diese wertvolle Methode.

1. Das Erlebnis einer Aufstellung

Ein Dialog

Die fordernde Berührung am Arm reißt Sandra aus ihren Gedanken und holt sie zurück an diesen Küchentisch, in diesen Morgen, zu ihrem Mann.

Mit forschendem Blick bringt er sich in Erinnerung: „Hallo, guten Morgen. Träumst du noch? Übrigens ... dein Kaffee wird kalt“, stellt er sachlich fest.

Etwas irritiert von dem Gefühl, ertappt worden zu sein, wendet sich Sandra ihm zu: „Sorry, ich war in Gedanken bei meiner Aufstellung am Wochenende. Du weißt schon – dieses Seminar, zu dem du nicht mitgehen wolltest.“

„Scheint dich ja intensiv zu beschäftigen, wenn du so wegdriftest.

Das kenn ich gar nicht an dir. ‚Immer schön auf dem Boden bleiben und den Realitäten ins Auge sehen‘, so lautet doch dein Lieblingsspruch. Gestern wolltest du mir nicht einmal erzählen, was du dort erlebt hast. Erst bist du das ganze Wochenende weg und dann machst du noch ein Geheimnis daraus. Vielleicht war es ja ein Fehler, nicht mitzugehen. Im Moment nimmst du mich nicht mal wahr“, betont er mit beleidigter Miene.

Seufzend lehnt sich Sandra auf dem Stuhl zurück: „Jetzt krieg dich wieder ein, Stefan. Ich wollte die Bilder erst einmal auf mich wirken lassen.“

„Heißt das, ihr habt dort Bilder gemalt? Dann war es eine gute Entscheidung, nicht mitzugehen, denn Malkurse sind nicht mein Ding. Malen habe ich schon in der Schule gehasst“, neckt sie Stefan. Nicht aufgelegt zum Scherzen, antwortet Sandra verstimmt: „Tu nicht so, du weißt genau, dass ich nicht auf einem Malkurs war. Im Seminar ging es um eine andere Art von Bildern, um Menschen, die in einem Raum stehen und dadurch in Beziehung zueinander treten: Schauen sie sich an oder nicht? Wie viel Distanz, wie viel Nähe ist da? Und so weiter. Es ging mehr um innere Bilder, die einem nicht bewusst sind. Bilder zu einem Thema, das einen innerlich umtreibt. Du weißt genau, warum ich dort war – wegen dem Stress mit meiner Mutter.“

Seufzend stimmt Stefan ihr zu. Ihm geht die Aufdringlichkeit seiner Schwiegermutter schon lange auf die Nerven: „Die müsste wirklich mal auf so ein Seminar gehen. Warum hast du SIE nicht da hingeschickt? So wie die uns immer in Beschlag nimmt.“

Auch Sandra belastet der Konflikt schon lange. Immer wieder gibt es Streit mit Stefan, weil sich die Mutter in ihre Angelegenheiten einmischt. Sie kann es einfach nicht lassen, gute Ratschläge zu geben und zu den unpassendsten Zeiten aufzutauchen. „Meine Mutter würde nie ein Seminar besuchen, wenn sie nicht genau wüsste, was auf sie zukommt. Da zum Streiten immer zwei gehören, habe ich beschlossen zu schauen, ob es für mich möglich ist, besser verstehen zu können, was dahintersteckt und ich dementsprechend bei mir etwas verändern kann. Und es war spannend, was sich da gezeigt hat. Das hätte ich nicht erwartet.“

„Was sind das überhaupt für Leute, die in so ein Seminar mit Aufstellungen – so heißt das doch – gehen? Lauter Softies, die sich andauernd ihre Wunden lecken und in ihren Gefühlen schwelgen?“

„Du mit deinen Vorurteilen! Das waren ganz normale Leute. Ein junges Pärchen, Eltern, einige Singles waren dabei und sogar eine Oma, die ihr Enkelkind unterstützen wollte. Die fand ich ganz reizend.“

„Also nicht lauter Sozialarbeiter, Therapeuten oder Coaches?“

„Nein, nein. Natürlich hat sich niemand mit seinem Beruf vorgestellt. Aber manchmal konnte man aus dem Anliegen auf den beruflichen Hintergrund schließen. So wollte zum Beispiel ein Mann – ein Banker offensichtlich – wissen, ob bzw. wann er aus der Bank aussteigen soll.“

Ganz irritiert fragt Stefan nach: „Stellen die Teilnehmer sich nicht vor? Bei meinen Firmenseminaren präsentiert sich jeder mit seinem Namen, seinen Titeln und seinem beruflichen Werdegang – und das nicht zu knapp.“

Sandra kann sich genau ausmalen, wie es bei Stefans Seminaren zugeht. Jeder schiebt seine Titel und seine beruflichen Erfolge vor sich her wie ein Schutzschild. Sie antwortet: „Wir haben eigentlich nur unseren Vornamen erwähnt und erklärt, warum wir gekommen sind. Das war alles. Jeder hat den anderen mit Du angesprochen.“

„Aber man muss doch wissen, mit wem man es zu tun hat, vor allem, wenn es um persönliche Themen geht und die anderen etwas über das eigene Privatleben erfahren. Wie soll ich etwas Privates über mich erzählen, wenn ich nicht einmal weiß, wem ich gegenüberstehe?“

Nachdenklich entgegnet Sandra: „Gerade durch die Anonymität entstand eine gewisse Intimität. Es war nicht wesentlich, zu wissen, über welchen Status die Teilnehmer verfügen, welchen beruflichen Werdegang sie haben oder wie hoch ihre Gehaltsklasse ist. Die üblichen äußeren Fassaden waren nicht relevant. Alle befanden sich auf einer Ebene, waren einander ebenbürtig – ohne die übliche Selbstdarstellung. Über das Du kommst du einem Menschen näher, gerade weil die gängigen Schubladen und sozialen Zuordnungen wegfallen.“

„Und mit den Seminarleitern wart ihr wohl auch per Du? Waren das Psychologen?“, will Stefan wissen.

„So genau kann ich das nicht beantworten. Auch die Leiter haben sich nicht mit ihrer beruflichen Qualifikation vorgestellt. Im Flyer steht ...“

„Sag bloß, du weißt nicht einmal, zu wem du gegangen bist und ob die überhaupt qualifiziert genug sind. Da gibt es doch viele Scharlatane in diesem Bereich. Man hört ja so einige Geschichten, was da passiert bei Aufstellungen“, hakt Stefan sofort nach.

„Lass mich doch mal ausreden. Ich war gerade dabei, das zu erklären. Sigrid und Peter haben eine eigene Aufstellungsmethode entwickelt und bereits Bücher darüber veröffentlicht. Sigrid ist Diplompädagogin und Peter kommt aus dem Businessbereich. Die beiden bilden auch Coaches aus, die in verschiedenen Kontexten mit dieser Methode arbeiten. Reicht dir das an Referenzen?“, fragt Sandra in gereiztem Tonfall.

Stefan merkt, dass er zu weit gegangen ist. Geschickt lenkt er Sandras

Aufmerksamkeit mit neuen Fragen in ungefährlichere Gefilde:

„Und was passiert bei einer Aufstellung. Wer stellt da wen auf?“

Versöhnlich lässt sich Sandra darauf ein: „Wenn man es nicht selbst erlebt hat, ist es vielleicht schwer nachzuvollziehen. Ich ver_{120822_}suche es mal. Also, du setzt dich vor die Gruppe zwischen die zwei Leiter und erzählst, was dein Problem ist. Davor haben sie mit dem Muskeltest ausgetestet, wer an die Reihe kommt, wenn sich keiner von selbst meldet.“

„Öffentlich seine Probleme ausbreiten und dazu noch vor einer ganzen Gruppe – das geht ja gar nicht“, denkt sich Stefan entrüstet und fragt misstrauisch nach: „Was hast du denn da vor der Gruppe erzählt? Hast du nur über deine Mutter gesprochen oder auch über mich?“ Bei dem Gedanken wird ihm ganz heiß...