

## Aufstellungsarbeit in der Gruppe

Der Klient/die Klientin macht seine/ihre Aufstellung am fruchtbarsten in einer Gruppe. Für die Aufstellung benötigt er ein klares Anliegen. Er sucht z.B. nach den Ursachen für bestehende Depressionen oder Schuldgefühle. Zunächst nennt er die wesentlichen Fakten seiner Familie in den letzten zwei bis drei Generationen. Dann sucht er sich Gruppenmitglieder als Stellvertreter aus für Eltern, Geschwister und sich selbst, eventuell auch noch für andere wichtige Mitglieder der Familie.



Der Klient gibt den Stellvertretern auf einer freien Fläche spontan und konzentriert einen Platz und eine Blickrichtung und stellt sie so in Beziehung zueinander auf. Danach wird er zum Zuschauer. Der Aufstellungsbegleiter befragt die Stellvertreter nach ihren Gefühlen und Wahrnehmungen.

Anschließend schlägt er ihnen häufig entweder Sätze vor, die sie nachsprechen, oder Plätze, die sie einnehmen. Die Stellvertreter haben ein feines Gespür dafür, ob die Sätze stimmig sind und wie sich ein Gefühl durch einen neuen Platz verändert.

Oft werden weitere Personen aus der Familie (Onkel, Großmutter, usw.) hinzugenommen und es wird auf die Wirkung auf die anderen geachtet.

Eine Aufstellung dauert im Regelfall zwischen 15 Minuten und einer Stunde, aber auch kürzere oder längere Aufstellungen kommen vor. Der Aufstellungsleiter beendet die Aufstellung entweder wenn sich jeder wohl an seinem Platz fühlt oder wenn eine emotional brisante Situation in der Familie aufgedeckt worden ist.

So kommt es oft zu Einsichten und Wahrnehmungen, die ein Lösungsbild ermöglichen und die weiterhelfen.

*„Blicke in dein Inneres! Da drinnen ist die Quelle allen Guten, die niemals aufhört zu sprudeln, solange du nicht aufhörst nachzugraben“.*

*Marc Aurel*