



universität
wien

MASTERARBEIT / MASTER'S THESIS

Titel der Masterarbeit / Title of the Master's Thesis

„Inwieweit nehmen Systemaufstellungen Einfluss auf die subjektive Wahrnehmung von TeilnehmerInnen in ihrem Seelen(er)leben und im allgemeinen Wohlbefinden?“

verfasst von / submitted by

Lea Stegmaier, BSc

angestrebter akademischer Grad / in partial fulfilment of the requirements for the degree of
Master of Science (MSc)

Wien, 2017 / Vienna, 2017

Studienkennzahl lt. Studienblatt /
degree programme code as it appears on
the student record sheet:

A 066 840

Studienrichtung lt. Studienblatt /
degree programme as it appears on
the student record sheet:

Masterstudium Psychologie

Betreut von / Supervisor:

Ass.- Prof. Mag. Dr. Harald Werneck

VORWORT UND DANKSAGUNG

Zunächst geht mein Dankeswort an Herrn Ass.- Prof. Mag. Harald Werneck, mein Betreuer für diese empirische Masterarbeit. Er stand mir über die Zeit hinweg zur Seite und hat mir bei jeder organisatorischen oder inhaltlichen Angelegenheit weitergeholfen. Das begleitende Masterseminar hat mir hilfreiche Einblicke geboten, um Verbesserungsvorschläge für diese wissenschaftliche Arbeit anzunehmen, meine eigene Struktur zurecht zu legen und nach eigenen Vorstellungen umzusetzen.

Die größte Verbundenheit bringe ich für meine ausgewählte systemische Psychotherapeutin auf, Frau Franziska Tillmanns, die mir meinen Weg zur Erstellung dieser Masterarbeit überhaupt ermöglichte. Ich habe große Hochachtung vor ihrem Wesen, ihrer therapeutischen Arbeitsweise, ihrer Professionalität, ihrer langjährigen Erfahrung, ihrer Weisheit, ihrer wärmenden Kraft und vor allem ihrer Liebe, die sie umgibt. Mit ihr in den Kontakt zu treten, mit ihr zu sprechen, gemeinsam zu arbeiten, zu reflektieren und in ihrem Arbeitsfeld mit teilhaben zu dürfen, waren eine der schönsten Bereicherung in meiner ganzen Studienlaufbahn. Allein durch ihre Unterstützung, ihr Dasein und durch ihre Offenheit war es mir möglich, eine prozessorientierte Untersuchung und eine eigene qualitativ erstellte Studie nach eigenen Wünschen durchzuführen. Mir war es auch ein großes Anliegen, dass sie selbst, als Psychotherapeutin, ihren Nutzen und positive Erfahrungen aus der Untersuchung zieht, indem sie Prozesse und Geschehnisse in dokumentarischer Weise nachverfolgen und verifizieren kann. Ich hoffe, dass auch ich einen guten Beitrag für die Mitwirkung in der therapeutischen Arbeit geleistet habe.

Auch bei meinen vier freiwilligen ProbandInnen möchte ich mich vom Herzen bedanken, dass sie sich während des Seminars und zu den Untersuchungszeitpunkten außerhalb Zeit genommen haben, um mir diese Studie mit ihren persönlichen Erfahrungen überhaupt zu ermöglichen. Dazu habe ich alle vier als herzensgute Menschen wahrgenommen, die sich ihrem eigenen Seelenleben öffnen konnten und auch mir sehr offen und authentisch gegenübertraten.

Des Weiteren geht mein Dank an meine Familie, die mich während dieser doch anstrengenden, langen Aktivitäts- und Schreibphase begleitet haben; meine Stimmung ertragen mussten und Verständnis aufgebracht-, mich aufgemuntert und gekräftigt-, zum Endspurt animiert- und auch Korrektur gelesen oder hilfreiche Ideen eingebracht haben.

Und zu guter Letzt ein großes Dankeschön an diejenigen tollen Menschen in meinem Leben, sei es Freunde, Bekannte oder ArbeitskollegInnen, die mich all die Zeit unterstützt haben, mir Mut zugesprochen-, mich in meiner Arbeit geschätzt- und an mich und meinen Ehrgeiz und die Willenskraft geglaubt haben. Ich schätze mich sehr glücklich, behaupten zu können, auch in solch einer Lebensphase immer wieder Anker und einen sicheren Hafen aufsuchen zu können. Es ist mein Herzenswunsch, dieses Gute auch stetig zurückgeben zu können.

ZUSAMMENFASSUNG

Diese empirische Masterarbeit gibt einen Überblick über die Kernelemente, Auswirkungen und semantische Wirkungsmechanismen, die der systemischen Aufstellungsarbeit als therapeutisches Interventionsverfahren zugrunde liegen. Mithilfe einer empirischen Feldstudie, bei der das problem- und lösungsorientierte Vorgehen eines systemischen Aufstellungsseminars im Fokus lag und einer teilnehmenden Feldbeobachtung, sowie eines im weiteren Verlauf halbstandardisierten Interviews, das eine qualitative Methodenkombination vervollständigte, wurde die Funktionsweise der Prozess- und Stellungsarbeit anhand von subjektiven Aussageinhalten untersucht.

Das Ziel der Studie lag darin, den Ursprung der Leidensproblematik, wie auch die bedeutsamen Veränderungen und nachhaltigen Maßnahmen, die sich auf kognitiver und emotionaler Wahrnehmungsebene für die betreffende Person zeigen, zu ergründen. Im fortlaufenden Entwicklungsprozess konnten diese veränderten Erlebens- und Verhaltensmuster für wissenschaftliche Zwecke erfasst werden, um die Methodik der Aufstellungsarbeit in ihrer Effizienz und Nützlichkeit zu erforschen. Diese Veränderungen zeigen sich nach den vorliegenden Ergebnissen in neuen Lebens-, Identitäts- und Beziehungsperspektiven der vier ProbandInnen, die aufgrund der Teilnahme am systemischen Aufstellungsseminar ihre grundlegende Verslossenheit überwinden konnten, um den individuellen Lösungspfad und zukünftige Handlungsmöglichkeiten sichtbar zu machen, Neues zu entdecken und die objektive Wirklichkeit in anderer Weise zu deuten und auszusprechen. Alle ProbandInnen berichteten von einer hohen emotionalen Eingebundenheit und positiven, nachwirkenden Erkenntnissen, welche eine wirksame Auseinandersetzung und Umsetzung der individuellen Aufstellungsbilder- und Prozesse im Alltag ermöglichen. Die Verbindung zwischen therapeutischen Hinweisen, den Rückkopplungsprozessen, bis hin zur Neuorientierung, ermöglichen den Zugang zur Wahrheitsfindung, zur Realitätswahrnehmung und wirken sich direkt auf das Seelenerleben und allgemeine Wohlbefinden der ProbandInnen aus.

ABSTRACT

This master thesis gives an overview of the core elements, effects and significant mechanisms of action, underlying the concept of systemic constellation as an intervention procedure. The constellation processes were investigated by analyzing and using subjective statements in a combination of qualitative methods: An empirical field study, which focused on a problem- and solution-orientated approach in the constellation seminar, a participatory field observation, and an interview, which was semi- standardized in the further course of research.

The study's aim was to identify the origin of the problem of suffering, as well as to capture the significant modifications and sustainable measures, which are discerned on the cognitive and emotional perception level of the persons concerned.

Within this framework, the changes should be apparent as modified patterns of experience and behavior in the individual and developmental process. These transformations can promote the scientific goals by exploring the systemic constellations and mirroring the efficiency and utility of this intervention.

According to the empirical results, the test persons experience changes in new perspectives on life and identity, and a varied relational perspective. Due to the participation in the constellation seminar, the four test persons clearly visualize potential solutions and prospective possibilities for actions to make new discoveries, and to interpret and communicate about their objective reality in another way. All test persons report to a great degree of emotional integration and positive and long-lasting effects, which facilitate the confrontation and implementation of the constellation insights and results in daily life.

The linking of therapeutic measures and actions, feedback processes and the ability of reorientation, enable for an easier access to truth and a better perception of reality. At last, this linkage has a direct effect on the inner life and the term 'quality of life' as a synonym of well-being, which is verified by the qualitative statements.

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT UND DANKSAGUNG	
ZUSAMMENFASSUNG	
ABSTRACT	
INHALTSVERZEICHNIS	
EINLEITUNG	1
METHODE DER AUFSTELLUNG	3
THEORETISCHER HINTERGRUND	4
SYSTEMDEFINITION	4
ERKLÄRUNGSANSÄTZE FÜR DIE AUFSTELLUNGSARBEIT	6
<i>Phänomenologische Wirklichkeitskonstruktion</i>	6
<i>Konstruktivistische Wirklichkeitskonstruktion</i>	7
WURZELN DER AUFSTELLUNGSARBEIT	9
<i>Philosophischer Ursprung</i>	9
<i>Sozialwissenschaftlicher Ursprung in der Entwicklungspsychologie</i>	10
<i>Naturwissenschaftlicher Ursprung</i>	11
<i>Psychologischer Ursprung</i>	13
<i>Kommunikationstheoretischer Ansatz</i>	14
<i>Konstruktivistische Wende</i>	16
<i>Biologischer und soziologischer Ursprung</i>	17
ERKLÄRUNGSANSÄTZE: WELCHE WIRKFAKTOREN KÖNNEN GELTEND GEMACHT WERDEN?	22
<i>Wahrnehmungs- und Übertragungsphänomene</i>	23
<i>Bilder und Stellungssprache</i>	25
EMPIRISCHER TEIL	28
WISSENSCHAFTLICHE UND PRAKTISCHE RELEVANZ	29
FORSCHUNGSFRAGE UND KONKRETISIERUNG DER UNTERSUCHUNGSVARIABLEN	30
HYPOTHESEN	34
METHODIK	36
UNTERSUCHUNGSDESIGN	36
STICHPROBE	37
<i>Einschlusskriterien</i>	38
<i>Ausschlusskriterien</i>	39

DATENAUFBEREITUNG	40
UNTERSUCHUNGSTRUMENT UND PHASEN DER DATENERHEBUNG	41
<i>Prä- Zeitpunkt: Das Vorgespräch</i>	42
<i>Eine nicht-teilnehmende offene Feldbeobachtung</i>	43
<i>Post-Zeitpunkt: Die mündliche Befragung</i>	44
ORGANISATORISCHE RAHMENBEDINGUNGEN UND DURCHFÜHRUNG	46
AUSWERTUNGSVERFAHREN	47
KATEGORIENBILDUNG	48
KATEGORIENBEZEICHNUNG	49
ERGEBNISDARSTELLUNG	53
BESCHREIBUNG DER KERNERGEBNISSE PRO KATEGORIE	53
<i>Kernaussagen der Kategorie 1: Motive für die Teilnahme am Aufstellungsseminar</i>	53
<i>Kernaussagen der Kategorie 2: Prozessarbeit</i>	54
<i>Kernaussagen der Kategorie 3: Konfliktbewältigung</i>	58
<i>Kernaussagen der Kategorie 4: Allgemeines Wohlbefinden</i>	59
<i>Kernaussagen der Kategorie 5: Konstruktivistisches Denken und Handeln</i>	61
<i>Kernaussagen der Kategorie 6: Ziel- und Lösungsorientierung</i>	63
<i>Kernaussagen der Kategorie 7: Einfluss der Umwelt und Interaktionsprozesse</i>	64
<i>Kernaussagen der Kategorie 8: Therapeutische, methodische, systemische Balance</i>	66
<i>Kernaussagen der Kategorie 9: Selbsterkundung und Selbstmanagement</i>	74
DISKUSSION UND AUSBLICK	77
GRENZEN UND LIMITATIONEN DER EIGENEN STUDIE	84
IMPLIKATIONEN FÜR ZUKÜNFTIGE FORSCHUNGSMÖGLICHKEITEN	86
LITERATURVERZEICHNIS	90
TABELLENVERZEICHNIS	102
ANHANG	103
EINWILLIGUNGSERKLÄRUNGEN DER VIER PROBANDINNEN	103
<i>ProbandIn 1</i>	103
<i>ProbandIn 2</i>	104
<i>ProbandIn 3</i>	105
<i>ProbandIn 4</i>	106
KATEGORIENBESCHREIBUNG UND ANKERBEISPIELE	107
<i>Kategorie 1: Motive für die Teilnahme am Aufstellungsseminar</i>	107
<i>Kategorie 2: Prozessarbeit</i>	107

<i>Kategorie 3: Konfliktbewältigung</i>	108
<i>Kategorie 4: Allgemeines Wohlbefinden</i>	109
<i>Kategorie 5: Konstruktivistisches Denken und Handeln</i>	109
<i>Kategorie 6: Ziel- und Lösungsorientierung</i>	110
<i>Kategorie 7: Einfluss der Umwelt und Interaktionsprozesse</i>	111
<i>Kategorie 8: Therapeutische, methodische und systemische Balance</i>	112
<i>Kategorie 9: Selbsterkundung und Selbstmanagement</i>	113
FRAGENKATALOG DES VORGESPRÄCHS	114
FELDBEOBACHTUNGSPROTOKOLLE	118
<i>ProbandIn 1</i>	118
<i>ProbandIn 2</i>	121
<i>ProbandIn 3</i>	126
<i>ProbandIn 4</i>	130
TRANSKRIPTE DER VIER PROBANDINNEN	135

EINLEITUNG

Einführend in das umfassende Themenspektrum von Systemaufstellungen, offeriert sich folgender aussagekräftige Anmerkung:

„Es kommt von woanders, als du denkst.“ (Wehner, Brinek & Herdlitzka, 2010, S. 159)

Theodor Reik (2013) beschäftigte sich mit dem menschlichen Sinnes- und Wahrnehmungszugang in seinem Werk „Hören mit dem dritten Ohr“, mit welchem er die Sinnhaftigkeit verfolgte, das hören zu können, was nicht leicht zu hören ist, und das sehen zu können, was nicht auf den ersten Blick ersichtlich ist. Theodor Reik sah es als Fügung des Schicksals an, dass der Mensch ein größeres Bewusstsein entwickeln kann, um zu wissen, wer er ist und zu wem er sich entwickeln kann. Nach seiner Auffassung geht es auch darum, tiefsitzende Verstrickungen und Unausgesprochenes aufleben zu lassen und als einen Teil des eigenen Selbst im transgenerationalen Lebensprozess anzuerkennen.

Nach Insa Sparrer (2009) sind Aufstellungen ein therapeutisches Interventionssystem, welches sich im Laufe der Zeit aus dem familientherapeutischen Ansatz heraus entwickelt hat. Bei dieser Interventionsform lassen sich Lebenserfahrungen in intensive Gefühls- und Körperempfindungen übertragen und über den Zugang aller Sinnesebenen reaktivieren. Aus der Position und Sichtweise des/der KlientIn wird mithilfe von RepräsentantInnen eine räumlich-geometrische Anordnung in Bezug auf das konkrete Problemanliegen präsentiert (Sparrer, 2001). Anerkannte, systemische Psychotherapeuten pointieren die Bedeutsamkeit der Aufstellungsarbeit wie folgt:

„[Es] ist eine tolle Methode, um an relevante Punkte der Wirklichkeitskonstruktionen des Einzelnen heranzukommen und um Ideen für Veränderungen zu gewinnen, weil man die Fähigkeit und Bereitschaft der Stellvertreter nutzt, die Emotionen, die sich mit einem Platz aller Wahrscheinlichkeit nach verbinden oder entwickeln, als durchschnittlicher, nicht emotionsphobischer Mensch auch auszusprechen. Es ist eine experimentelle Situation, die einen Weg eröffnet, an das

Seelenleben des Einzelnen heranzukommen, d. h. sein (wahrscheinliches) Erleben in die Kommunikation zu bringen“ (Weber, Schmidt & Simon, 2005, S. 83)

Innere Bilder werden externalisiert, verbalisiert und das individuelle Problemanliegen auf einer Metaebene zum Ausdruck gebracht. Mithilfe der therapeutischen Unterstützung werden diese repräsentierten Schemata im Detail analysiert und bearbeitet (Daimler, 2013). Für die aufstellende Person entsteht hierbei ein neuer Zugang, die Konfliktpotenziale zu reflektieren und neue Blickwinkel entstehen zu lassen (Knorr, 2010).

Sinn einer Aufstellungsarbeit ist einerseits eine wertfreie Beobachtung, bei der Phänomene in unterschiedlichen Sichtweisen wahrgenommen und beschrieben werden. Andererseits dient sie zur Ursachenfindung und zur Aufdeckung von Kausalitätsprozessen (Weber et al., 2005). Lasten, symptombedingte Leiderfahrung und individuelle oder auch familiäre Lebensverläufe sollen in den Vordergrund treten, sichtbar und verständlich gemacht werden. Infolge der Verarbeitung und der Verkörperung von Emotionen, Gedanken und Erfahrungen, so wie der dynamischen, gruppentherapeutischen Zusammenarbeit, kann es zum Ursprung der Leidensproblematik führen.

In den letzten 15 Jahren hat sich diese auf Erfahrungswerten beruhende Methode im westlichen Kulturkreis verbreitet (Mayer & Hausner, 2015). Die Methode der Systemaufstellung etablierte ihren Stellenwert in der therapeutischen Versorgung, hat in den unterschiedlichsten Themen- und Arbeitsbereichen Anklang gefunden und sich durch einen schnellen Aufschwung ihre Bedeutung gestärkt. Verschiedene Konzeptualisierungen, Vorgehensweisen und Grundhaltungen haben sich in der Entwicklung der Aufstellungsarbeit herausgebildet. Jedoch verwickelte sich der systemische Behandlungsansatz in kontroverse und immer noch anhaltende Diskussionen. Als praktische Therapiemethode und hinsichtlich des Therapieerfolgs wird immer wieder Kritik geübt, die eine starke Polarisierung zwischen Befürwortern und Gegnern herbeiführte (Weber et al., 2005). Auf der einen Seite präsentiert sich eine affirmative Opposition, welche die Meinung vertritt, dass das aufgestellte System auch die objektive Wirklichkeit des realen Lebens widerspiegelt. Der/die Einzelne steht in der postmodernen Gesellschaft unter dem hohen Einfluss von maximalen Ansprüchen (Schüle, 2014). Auf dem Weg der Selbstfindung verhilft die Aufstellungsarbeit, sich zu

orientieren und individuelle Probleme zu behandeln. Das Aufstellungsgeschehen basiert auf einer Beziehungsarbeit, einer persönlichen und kollektiven Identität, sowie auf einem Zugehörigkeitsempfinden (Weber, 2000). Die Gegenseite vertritt den Standpunkt, dass interne Aufstellungsprozesse und das methodische Vorgehen als sehr frag- und unglaubwürdig anzusehen sind. Es würde eine mangelnde Normativität und Objektivität der Methodik bestehen, was sich durch nicht ausreichend zufriedenstellende Theoriebelege bestätigen lasse (Weber et al., 2005). Für Laien oder nicht geschulte Personen ist es schwer nachvollziehbar, dass das aufgestellte Spannungs- und Kräftefeld die Empfindungsübertragungen der eigentlichen Realität des/der KlientIn ebenbildlich repräsentieren. Kritiker sind demnach zur Überzeugung gelangt, dass Aufstellungsphänomene nicht verwertbare Phantasien oder Scharlatanerie der mitwirkenden Personen sind.

Methode der Aufstellung

Ein systemisches Aufstellungssystem besteht aus einem/einer KlientIn, einem/einer TherapeutIn -zugleich LeiterIn des Seminars, so wie den StellvertreterInnen- sogenannte RepräsentantInnen (Sparrer, 2009) - und ZuschauerInnen aus der Seminargruppe. Zunächst sind sich die Personen innerhalb der Gruppe noch fremd, was sich im Laufe des Aufstellungsgeschehens durch das Kennenlernen ändert.

Bei systemischen Aufstellungen ist es möglich, das eigene Ich, welches in Wechselwirkung mit Persönlichkeitsfaktoren und externen Einflussfaktoren steht, oder auch soziale Systeme einzeln aufzustellen. Darunter fallen das private Gegenwartssystem (z. B Partnerschaften, Freundschaften, Kinder etc.), das familiäre Herkunftssystem (z. B Eltern, Geschwister etc.) und das gesellschaftliche System (Arbeit, Beruf, Freizeitaktivitäten etc.), in denen der/die KlientIn eingebettet ist. Es dienen jedoch nicht immer nur Personen als Aufstellungsobjekt. Es können auch abstrakte Begriffe von Empfindungen, Gedankengänge oder Sachverhalte, sowie diverse (unbewusste) Strukturen, die emotional beladen sind, als Aufstellungselemente bearbeitet werden (Mayer & Hausner, 2015). Die aufzustellende Person kann selbst auswählen, welche RepräsentantInnen für die betroffenen Systemmitglieder als passend

erscheinen. Mithilfe einer Positionierung der StellvertreterInnen im Raum, externalisiert die Person das eigene innere, vorherrschende Gedanken- und Gefühlsmodell.

Nach Ameln und Kramer (2016) bestehen je nach Problemanliegen und Zielvorstellung des/der KlientIn unterschiedliche Arten von Aufstellungen: Familienaufstellungen, Entscheidungsaufstellungen, klassische Organisationsaufstellungen; oder Problemlösungsaufstellungen, nach welcher Auslegung sich auch diese wissenschaftliche Masterarbeit richtet.

THEORETISCHER HINTERGRUND

Der folgende Abschnitt unterliegt den Fragenstellungen: In welcher Hinsicht definieren sich Systemaufstellungen als Forschungsgegenstand und welche grundlegenden Theorien und Ansätze können miteinander verknüpft werden?

Systemdefinition

Zur Annäherung an die Begrifflichkeit *systemisch* werden systemtheoretische Grundannahmen für ein tieferes Verständnis von Aufstellungen näher betrachtet. Der Systembegriff ist jedoch sehr breitgefächert und komplex. Infolgedessen muss darauf verzichtet werden, ihn erschöpfend und in seinen ganzheitlichen Ausprägungen für diese wissenschaftliche Arbeit auszuführen.

Der allgemeine Systembegriff leitet sich aus dem Griechischen „to systema“ (Ulrich, 1975, S. 33) ab und legt nahe, dass das Vorliegen von einzelnen Elementen, Gliedern und Bestandteilen etwas Ganzheitliches ausdrücken. Bei der Erforschung von Systemen liegt die Betonung auf der Zusammenstellung und der Vernetzung von einzelnen Eigenschaftselementen, die durch ihre Strukturierung zu einer geordneten Einheit resultieren (Tröndle, 2010). Diese theoretischen Annahmen verdeutlichen, dass es sich im Kontext der systembasierten Arbeitsweise nicht nur um die reine Beobachtung und differenzierte Beschreibung von einzelnen Phänomenen handelt, sondern das Augenmerk auf die Zusammenstellung und wechselseitigen Wirkungsprinzipien und Abhängigkeiten gelegt ist.

Wittgenstein (2003) weist bei der Begrifflichkeit *systemisch* daraufhin, dass der alleinige Gebrauch des Wortes determiniert, welche Bedeutung es im Kontext erhält. *Systemisch* beschreibt im Allgemeinen die Bezugnahme auf die basierende Systemtheorie. Infolgedessen sind alle (Behandlungs-)Ansätze als systemisch anzuerkennen, die auf systemtheoretischen Erklärungsmodellen- und Überlegungen basieren. Die Systemtheorie legt den Fokus auf die Untersuchung von Systemen, in denen Strukturen, (Wechsel-)Beziehungen und Verhalten analysierbar sind. Als „formale Wissenschaft“ (Ulrich, 1975, S. 33) bezieht sich die allgemeine Systemtheorie auf Muster und Dynamiken, beschreibt Zustände und veranschaulicht Veränderungsprozesse auf unterschiedlichen Ebenen, die zusammenhängen und sich gegenseitig beeinflussen (Luhmann, 2002). Die organisatorische Konnektivität ist ein spezifisches Merkmal des *Systems* (Ulrich, 1975). Der Kernpunkt der Systemtheorie bezieht sich auf eine „Ordnungsausbildung“ und „Ordnungserhaltung“ (Tröndle, 2010, S. 16), sodass die systemische Ganzheit durch die Einzelteile strukturiert bleibt.

Ein System kann als adäquates Ganzes definiert werden, sofern ein Unterschied zwischen inneren und äußeren Einzelfaktoren ersichtlich ist, welche entweder als für sich abgeschlossene Einheiten gelten oder miteinander interagieren (Strunk & Schiepek, 2006). Durch diese Grenzziehung - ausgehend von der Beobachtung, wie die Innenwelt und die Umgebung betrachtet werden - entsteht eine Unterscheidung in der Wirklichkeitswahrnehmung, wie ein System konstruiert wird (Brown, 1997, zit. nach Urban, 2009). Nach diesen konstruktivistischen Auffassungen der Systemtheorie bestehen soziale Systeme gemäß Helmut Willke (2000) nicht nur aus einem Geflecht von Beziehungsstrukturen, das einzelne Teile zu einem Ganzen zusammenfügt, sondern bestehen aus zusammenhängenden Operationen, die sich von nicht-zugehörigen Elementen unterscheiden und demnach abgrenzen lassen. Die systemische Sichtweise akzentuiert die zirkuläre Kreiswirkung innerhalb lebendiger Systeme. Einerseits können Systemmitglieder beliebig ausgetauscht, ersetzt und neu definiert werden (Simon, 2007). Andererseits zeigen sich Auswirkungen auf einzelne Systemelemente, wenn zuvor andere Systemkomponenten spezifische Veränderungen bewirkten. Ein Rückkopplungsprozess verbindet die Elemente, welche sich als ständig in Bewegung stehende Einheiten präsentieren (Knorr & Vieten, 2010).

Erklärungsansätze für die Aufstellungsarbeit

Aufstellungsverfahren lassen sich durch verschiedene Ansätze der systemischen Arbeitsmethodik, durch das gegenwärtige Menschenbild, die therapeutische Grundhaltung, der Gestaltung des Therapieprozesses und -kontextes differenzieren und integrieren. Zunächst wird diese Masterarbeit ihren Fokus auf die geschichtliche und theoretische Entwicklung für systemische Aufstellungen legen. In weiterer Folge werden theoriebasierende, wirksame Konzepte und Mechanismen, die für diese empirische Untersuchung beachtenswert sind, dargelegt.

Systemtheoretische Überlegungen präsentieren sich infolge von erneuerten und aufeinander bauenden Theoriegerüsten in zwei besonderen Auslegungen:

(a) system-phänomenologisch

(b) system-konstruktivistisch

Um sich diesen zwei Explikationen anzunähern, gehen systemtheoretische Konzepte von einem Ausgangspunkt aus, der Bezug auf die menschliche Wahrnehmung und Betrachtung der Wirklichkeit nimmt. Dabei geht es darum, welchen Wert der/die KlientIn den eigenen Erfahrungen zuschreibt, welche Wirklichkeit sich ihm/ihr offenbart, welche Möglichkeiten zur Neuorientierung genutzt werden und welche Schlussfolgerungen er/sie aus dem Aufstellungsgeschehen zieht (Sparrer, 2001).

Phänomenologische Wirklichkeitskonstruktion

Ausgehend von einem phänomenologischen Standpunkt, wie der bekannte Familientherapeut Bert Hellinger seine Arbeitsweise vertritt, setzt das Aufstellen vordergründig ein abstraktes und distanziertes Denken zum räumlichen Geschehen, zum eigenen Gewahrsein der Gefühle, der Gedanken, der Einstellungen und der Verhaltensweisen voraus. Ein Phänomen ist praktisch das, was dem menschlichen Wesen klar ersichtlich erscheint und beobachtbar ist. *Phänomenologisch* bedeutet in diesem Zusammenhang ein Innehalten des/der BeobachterIn, den Blick auf das Ganze und in die Weite zu richten; zur Sache selbst zu finden, so wie die „Fülle und Vielfalt“ wahrzunehmen, sodass alleine der Wahrnehmungsprozess zu Einsichten führen kann,

ohne dass eine aktive Rolle seitens des/der KlientIn übernommen wird (Hellinger, 2010, zit. nach Weber et al., 2005, S. 174). Hellinger (2000) beschreibt die *Phänomenologie* als die Momentaufnahme von Augenblicken, sich innerlich zu sammeln, auszurichten und mit der Bewegung der Seele zu gehen. Bert Hellinger (2000) bezeichnet diese einzunehmende Haltung als „absichtsloses Schauen“ (S. 21), welche neue Potenziale und Kräfte entfalten lässt. Der/die AufstellungsleiterIn übernimmt die Oberhand im Aufstellungsprozess, indem auf grundlegende Ordnungen und Strukturen hingewiesen wird, welche zur Anwendung kommen sollen. Die aufstellende Person lässt sich dabei von den offenbarten Kräften und Energien im Aufstellungsgeschehen leiten, um sich der „Wahrheit“ anzunähern (Mohe, 2015).

Drei wichtige Zugänge, die *Beschreibung*, *Erklärung* und *Bewertung*, sind für das Grundverständnis und für die Wirklichkeitskonstruktion zu involvieren. Ausgehend von einer Beschreibung des Phänomens, bei der die Aufmerksamkeit des/der Beobachterin auf bestimmte Vorgänge gelegt wird, führt diese zu einem individuellen Erklärungsversuch der wahrgenommenen Situation in Bezug auf die zu erkennenden Ursache- und Wirkungsprinzipien, sodass beide Zugangsebenen zu einer anschließend schlüssigen Endbewertung des Geschehens führen. Jedes Erlebnis unterliegt somit einer Beurteilung der eigenen Wirklichkeitswahrnehmung und erstellt neu entwickelte, erfahrungsbereichernde Konstruktionen. Alle drei Prozessebenen beeinflussen sich zirkulär. Diese Zirkularität wird durch die aufkommenden Veränderungen und Rückkopplungen untereinander aufrechterhalten. So kann eine veränderte Situationsbewertung in umgekehrter Richtung zu einem neuen Erklärungsansatz führen, welcher eine neu beschreibbare Ausgangslage in den Mittelpunkt rückt (Weber et al., 2005). Somit übernimmt die Person nicht nur eine klare Beobachtungsrolle, sondern kann sich den kontextualen Prozessen öffnen und auf diese Einfluss nehmen.

Konstruktivistische Wirklichkeitskonstruktion

Die system- konstruktivistische Sichtweise legt den Fokus auf Informationsprozesse, bei denen sich der/die KlientIn ein Bild über sich selbst und der Umgebung macht. Die Wirklichkeit wird durch die persönlichen Vorstellungen greifbar gemacht. Die entstehenden Konstrukte sind demnach Produkte der inneren und äußeren

Perzeptionsprozesse (Kreszmeier & Hufenus, 2000). Die konstruktivistische Wirklichkeitskonstruktion baut ebenfalls auf den drei genannten Prozessebenen auf, die sich innerhalb des therapeutischen Aufstellungssettings abspielen: Beschreiben, Erklären und Bewerten. Auch in einer systemisch- konstruktivistisch orientierten Therapie sind diese drei Komponenten nicht unabhängig voneinander zu betrachten und äußern sich in der beschriebenen Zirkularität. Aufstellungsarbeit lässt einen großen Handlungsspielraum erkennen. Nur durch ein reflektiertes Wirkungsmuster, das auf Wechselwirkungen beruht, kann letztendlich ein Gesamtpaket des erwünschten Aufstellungsbildes erzielt werden (Weber et al., 2005).

Jedes Phänomen, das erlebbar zu sein scheint, kann von einer Person beschrieben werden. Die Beobachtung ist zwar alleine von der Person abhängig, kann jedoch im interaktiven Kommunikationsprozess ausgedrückt werden. Demnach wird für das system- konstruktivistische Denken und Handeln wird ein aktiver Sprachgebrauch im Praxisfeld angewendet. Der/die BeobachterIn nimmt eine subjektive Außenposition an und spricht ausgehend davon über vorliegende Ereignisse, Objekte, Personen oder Empfindungen und Gedanken (Weber et al., 2005). In dieser individuellen Wahrnehmungsoffenbarung wird so wenig wie möglich seitens des/der Aufstellungsleiterin eingegriffen, um die subjektive Deutungsauffassung nicht zu beeinflussen (Mohe, 2015). Dieser kommunikative Interaktionsprozess, auf Basis der Metaebene, stellt die Voraussetzung für die Wirklichkeitsabbildung dar. Das Darstellen der eigenen Wirklichkeitsvorstellung ist jedoch nicht immer konkret realisierbar, da vergangene Erfahrungen, Erinnerungen, nicht- wahrnehmbare gegenwärtige Verstrickungen Einfluss auf den realen Kontext einnehmen können. Ist eine wahrgenommene Situation zudem sehr komplex und durch mehrere Konflikte behaftet, erschwert dies eine einfache und sinnvolle Konstruktion und das Einleiten eines adäquaten Lösungsweges. Mithilfe der Metakommunikation, so wie der Einbeziehung verschiedener Systemmitglieder und deren Beziehungsmuster, kann die Problembewältigung des Aufstellungsgegenstands und die damit verbundene Selbstreflexion in der systemischen Therapie und im gruppentherapeutischen Verfahren erleichtert werden. Hierbei werden soziale Strukturen, Prozesse, Regelmäßigkeiten, Problemstellungen und ihre Auswirkungen auf das eigene Erleben offensichtlich (Weber et al., 2005).

Beide Erklärungsansätze können sich in der praktischen Tätigkeit ergänzen und verdeckte, unbewusste Wahrheiten ans Licht kommen lassen. Diese empirische Masterarbeit orientiert sich an der systemischen Arbeitsweise und Grundhaltung der ausgewählten Therapeutin, welche die Aufstellungsarbeit mit einem systemkonstruktivistischen Grundverständnis, das auch phänomenologische Aspekte integriert, in Anwendung bringt.

Wurzeln der Aufstellungsarbeit

Die historische Entwicklung des systemischen Denkens basiert auf drei grundlegenden theoretischen Pfeilern: der Selbstorganisationstheorie, der Kommunikationstheorie und dem daraus entstandenen Konstruktivismus. Die Ursprünge systemtheoretischer Überlegungen wurzeln in Wissenschafts- und Praxisgebieten, auf die im Folgenden detailliert eingegangen wird. Der Zugang zur systemischen Aufstellungsarbeit orientiert sich demnach an mehreren Theoriemodellen und Disziplinen, die große Beiträge für die Systemtheorie geleistet haben.

Philosophischer Ursprung

Die Idee des *Systems* verwirklichte sich schon in älteren philosophischen Denkansätzen. Aristoteles (384-322 v. Chr.) bekanntes Prinzip „Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile“ diente zur damaligen Zeit als eine ganzheitliche Systemauffassung und Gesetzmäßigkeit (Ropohl, 2012). Auch zur heutigen Zeit kann diese historische Auffassungsgabe eines Systems für das therapeutische Setting herangezogen werden, da ein System als ganzheitlich zu betrachten ist und nicht nur ausschließlich auf die Analyse seiner einzelnen Elemente zu reduzieren ist. Im system-therapeutischen Kontext geht es um den Wissenserwerb und tiefergehendes Verständnis, warum sich ein System in seiner Art und Weise gestaltet, wie die einzelnen Elemente in Beziehung zueinanderstehen, welche Reaktionen und Verhaltensweisen sie hervorbringen und welche Wechselwirkungen untereinander aufscheinen (Holitzka & Remmert, 2000). In der systemischen Familientherapie wird auf den Umkehrschluss verwiesen: „Jeder Teil enthält schon für sich das Ganze“ (Stumm, Deimann, Jandl-Jäger & Weber, 1995). Diese

erkenntnistheoretische Erweiterung deutet darauf hin, dass durch einzelne Systemglieder, z. B. die Person selbst oder einzelne Systemangehörige, ein ganzheitliches Bild und Lösungswege erarbeitet werden, ohne die direkte Beanspruchung und Anwesenheit anderer Mitglieder, die das ganze System vervollständigen.

Sozialwissenschaftlicher Ursprung in der Entwicklungspsychologie

Das Hauptaugenmerk dieser empirischen Studie richtet sich auf die Subjektivität des/der Einzelnen, welche durch individuelle Entwicklungsverläufe und eingebundenen Umweltfaktoren bedingt ist. Entwicklung ist kein Prozess, der zu Ende geht, sondern zeichnet sich durch Veränderungs- und Wandlungsprozesse von der Empfängnis bis hin zum Tod aus (Oerter & Montada, 1987). Demzufolge sollte der Forschungsgegenstand für diesen wissenschaftlichen Zweck in Bezug auf die persönliche Entwicklung unter dem Aspekt der gesamten Lebensspanne betrachtet werden (Baltes, Reese & Lipsitt, 1980). Seit vielen Jahrzehnten legt die entwicklungspsychologische und sozialpsychologische Forschung den Fokus auf die Lebensformen, die Lebensgestaltung und Lebensumstände. Aufgrund dieses Zusammenspiels zwischen dem Individuum und der Umwelt wird davon ausgegangen, dass spezifische Lebensereignisse- oder Phasen, sogenannte „kritische Lebensereignisse“ (Oerter & Montada, 1987, S. 67), die Verknüpfung zwischen vergangenen Erfahrungen und dem Erleben von gegenwärtigen Geschehnissen, als auch die zukünftigen Entwicklungen einer Person beeinflussen. Subjektive Erfahrungen sind stetig mit ineinander verflochtenen Systemen gekoppelt, woraus sich situationsspezifisch eine allgemeine Veränderung der Lebenssituation ergeben kann. Bestehen diese Systeme aus Beziehungsgeflechten, weisen sie eine eigene innere Dynamik auf, die aus einem Wechselverhältnis resultiert (Ulrich & Probst, 1988). Nach dem Prinzip des US-amerikanischen Psychologen Urie Bronfenbrenner postuliert die ökologische Systemtheorie einen sich im „komplexen System“ (Berk, 2011, S. 28) entwickelnden Menschen, welcher an einem „reichhaltigen Setting“ (Oerter & Montada, 1987, S. 103) teilhat und darin seine Lebenserfahrungen sammelt.

Um das Augenmerk auf die moderne systemtheoretische Aufstellungsarbeit zu legen, ist es von großer Relevanz, die Idee der vielschichtigen Strukturen in einem „Mesosystem“, auf den sich entwickelnden Mensch im gesamten Lebenslauf und die

sich wandelnde Umwelt zu fokussieren, um die Auswirkungen von Veränderungen in einem Teil des Systems auf andere Systemteile zu erforschen und eine Problemanalyse durchzuführen (Berk, 2011). Ist sich die Person selbst bewusst, welche Erfahrungen die Lebensprozesse und gegenwärtige Lebenssituation determiniert haben und wie damit umzugehen ist (Saur & Ellebracht, 2014, S. 48)? Vorerfahrungen, alltägliche Einflüsse und das Reflexionsvermögen stellen eine wichtige Voraussetzung dar, um aktuelle Schwerpunkte mit differenzierten Bewältigungsansätzen in einem therapeutischen Aufstellungssetting aufzuarbeiten.

Dynamische Entwicklungstheorien haben einen großen Teil dazu beigetragen, wie sich heutzutage das Verständnis in Bezug auf den Systembegriff entwickelt hat. Ein „dynamisches System“ (Berk, 2011, S. 30), offenbart sich in fortlaufenden, selbstständig evozierten Veränderungsprozessen der einzelnen Strukturen und Ordnungen, die in Beziehung zueinanderstehen. Auf die *Selbstorganisation*, als Prozesskomponente eines Systems wird im Folgenden noch eingegangen. Die dynamische Entwicklungstheorie widerspricht hiermit den „von – Geburt - an“- Debatten der allgemeinen Entwicklungspsychologie und hebt deutlich hervor, dass es sich um einen multifaktoriellen Entwicklungsverlauf von Ordnungsmustern handelt, der einerseits innerhalb des Systems und andererseits durch externe Wirkfaktoren ausreift (Berk, 2011).

Naturwissenschaftlicher Ursprung

Das frühe Verständnis des *Systems* geht zurück auf Gruppen von WissenschaftlerInnen und deren disziplinübergreifende Diskurse in den 1940er Jahren. Zu dieser Zeit entwickelte sich die Auffassung von selbstorganisierenden Systemen. Die Konzeption der *Selbstorganisation*, wurde zunächst noch in zwei unterschiedliche Auslegungen unterteilt. Einerseits verwies Luhmann (1987) darauf hin, dass das System vordergründig auf einem selbstkonstituierenden Entwicklungsverlauf basiert. Somit ist ein System an sich umweltunabhängig, eine geschlossene Einheit und auf die eigene „Rückbezüglichkeit (Selbstreferenz)“ (Haken & Schiepek, 2005, S. 275) bedacht. Umwelteinflüsse dienen nur als Anreiz, die systemimmanente Steuerung fließen zu lassen. Andererseits wurde das Wissen durch die umweltbedingten Einflüsse erweitert,

die die organisatorische Struktur, die innere Beschaffenheit und Prozessabläufe in selbstorganisatorischen Systeme verändern (Schlippe & Schweitzer, 2003).

Der Biologe Ludwig von Bertalanffy (1901-1972) ist einer der wichtigsten Vertreter der Systemtheorie. Nach dem 2. Weltkrieg basierten systemtheoretische Überlegungen auf den Konzeptionen der *Synergetik* und *Kybernetik*. Diese sind zwei besondere Wissenschaftsbereiche, die die Logik der dynamischen Selbstorganisation in sozialen Systemen für heutige Therapieverfahren angeführt haben (Diesner, 2015).

Die *Synergetik*, als Lehre vom Zusammenwirken und als „die Wissenschaft der Selbstorganisation“ (Haken & Schiepek, 2005), erforscht generalisierende, sozialwissenschaftliche Gesetzmäßigkeiten und wurde in den 1980er Jahren als naturwissenschaftliches, klinisches Therapiekonzept für eine aktive Selbstheilung inszeniert (Tschacher, Schiepek & Brunner, 2012). Dieses Forschungsfeld befasst sich vordergründig mit Handlungen und dessen Veränderungsprozessen in komplexen, dynamischen Systemen, welche durch die Wechselwirkung und Organisation vieler Einzelelemente geprägt sind (Haken, 1996). Nach dem synergetischen Konzept besteht eine Interdependenz zwischen Systemen, sodass von keinem in sich operationalen, geschlossenen System ausgegangen wird. Durch Grenzziehungen ist ein System von der Umwelt abgrenz- und unterscheidbar (Schlippe & Schweitzer, 2003).

Der Mathematiker Norbert Wiener präsentierte 1948 den Weg „zum lernenden und sich selbst organisierenden Netz“ (Mainzer, 1997). Die moderne *Kybernetik* (griech. „Steuermannskunst“ (Tröndle, 2010) wird als die Wissenschaftslehre von Systemen bezeichnet, die die speziellen Ausformungen und Ordnungsschemata innerhalb von Systemen untersucht (Mainzer, 1997). In den Anfängen der Kybernetik ging es um die Erhaltung von Gleichgewichts- und Stabilitätszuständen in technischen und mechanischen Systemen, welche durch selbstregulierende, zirkuläre Prozesse in Gang gesetzt werden konnten, um den Ist- und Sollzustand fortwährend auszugleichen (Tröndle, 2010). Im Laufe der Zeit wurden auch gesellschaftliche Systeme in ihrer Ausrichtung, Ausgestaltung und Anpassung greifbar und konnten durch Planung und direkte Steuerung kontrolliert werden.

Die Einführung dieser zwei Disziplinen war ein wissenschaftlicher Durchbruch, die allgemeine Systemtheorie zur Metatheorie auszureifen. Mithilfe dieser

naturwissenschaftlichen Grundannahmen entwickelte sich der Systembegriff vor allem auch im Therapiekontext weiter, sodass verschiedene systemische Ansätze in Anwendung kamen (Schlippe & Schweitzer, 2003).

Psychologischer Ursprung

Die Komplexität der Umweltbedingungen und der soziale Einfluss auf individuelles Erleben und Verhalten stehen vor allem auch im psychologischen und psychotherapeutischen Anwendungskontext im Fokus.

In den 1930/-40er Jahren wurde in der USA ein Therapieverfahren zur Behandlung von psychischen Problemen populär. Das Psychodrama, eine psychoanalytische Inszenierungsmethode von Jakob Moreno, zeigte sich als historischer Vorläufer der Aufstellungsarbeit, da es ein dynamisches Gruppenverfahren darstellt (Leutz & Moreno, 2007). Das methodische Vorgehen, die damit verknüpfte Ziel- und Lösungsvorstellung eines Konflikts und die Bedeutung der Gruppendynamik weisen grundlegende Gemeinsamkeiten mit systemischer Aufstellungsarbeit auf: „Das Psychodrama will zwischenmenschliche und intrapsychische Konflikte sichtbar, wiedererlebbar und veränderbar machen“ (Stumm et al., 1995, S. 258). Beide Interventionsmethoden bedienen sich der Vergegenständlichung, sodass sich das subjektive Erleben durch eine Rollenübernahme in der objektiven Gegebenheit widerspiegelt. Der Fokus liegt auf der Person selbst, als agierendes Individuum, das durch Interaktionsprozesse bedingt wird und an der Gestaltung und Erweiterung des eigenen Frei- und Lebensraumes nach eigenen Bedürfnissen arbeitet (Stumm, et al., 1995).

Aus dem Verfahren des Psychodramas entwickelte sich im Laufe der Zeit die Methodik der Familienrekonstruktion von Virginia Satir (1916-1988). Sie gilt als Mutter der systemischen Therapie und Vorbotin der systemischen Aufstellungsarbeit. Ihr humanistisch geprägtes Therapieverfahren führte den Ansatz zur „wachstumsorientierten“ Familientherapie an (1985), auf den noch näher eingegangen wird. Infolge ihres Vorgehens wurde erstmals die Geltung von stellvertretenden Personen, biographische Einbezüge und transgenerationale (Beziehungs-) Übertragungen in das wissenschaftliche Fachgebiet eingeführt. Ihre wichtigen Beiträge beruhen vor allem auf der Erkenntnis, dass der eigene Körper das Medium ist, das seelische

Vorgänge, alltägliche Erfahrungen, Empfindungen und Einflüsse verinnerlicht. Diese bleiben im Unterbewusstsein verborgen und sind je nach Ausmaß der Reaktivierung nachempfind- und wieder erlebbar, sodass das Ziel in dem ressourcenorientierten Wachstum und in persönlichkeitsbasierenden Lernprozessen liegt (Satir, 1985). Satir übernahm in ihrem Ansatz Elemente des Kommunikationswissenschaftlichen Gregory Batesons, auf dessen Annahmen und theoretischer Weiterentwicklung nun eingegangen wird.

Kommunikationstheoretischer Ansatz

In den Anfängen der 1950er Jahre führte einer der Pioniere des systemischen Denkens, namens Gregory Bateson (1904-1980), die Bedeutung des sozialen Beziehungssystems und sozialer Interaktionen an (Simon, 2007).

Um in diesem Zusammenhang das Prinzip der Selbstregulierung und der Erhaltung der eigenen Funktionalität noch einmal nach diesen theoretischen Erweiterungen aufzugreifen, versucht ein selbstorganisierendes System einen Ausgleich von Störungsfaktoren zu schaffen, da diese die systemimmanente Ordnung und das Gleichgewicht ins Wanken bringen. Dieser Ansatz ist einerseits gut vergleichbar mit Heilungsverläufen im menschlichen Organismus. Sobald der Mensch erkrankt, führen unzählige interne physiologische Prozesse dazu, dieses Ungleichgewicht auszugleichen und wieder in den ursprünglichen Stabilitätszustand zurückzuführen (Knorr & Vieten, 2010). Andererseits ist der selbstorganisierende Ansatz im Kontext von Beziehungsgeflechten innerhalb eines sozialen Systems erkennbar. Bateson, der von den Ideen und Erkenntnissen der *Kybernetik* überzeugt war, ging vor allem näher auf das funktionelle Familiensystem ein, das aufgrund ineffektiver Kommunikationsstrukturen und „Kommunikationsabweichungen“ (Simon, 2012, S. 137) enorme negative Auswirkungen auf das Individuum und dessen Wirklichkeitsanschauung haben kann. Soziale Systeme werden mithilfe individueller und kollektiver Anschauungen konstruiert, um dem eigenen systemspezifischen Sinn gewahr zu bleiben. Individuelles Verhalten ist demnach auch ein sozialer Sachverhalt, welches vom ersten Lebensmoment im familiären Umfeld ausgereift wird. Dieses familiäre System zeichnet sich im Weiteren noch dadurch aus, dass es sich schon über Jahrhunderte hinweg durch

generationsübergreifende Schicksale untermauert und intra- und interpersonelle Verstrickungen aufrechterhält (Hellinger, 2000). Aus diesen Vorstellungen lässt sich zum Beispiel auch erklären, dass sich eine psychiatrische Störung aus der mehrgenerationalen Familiengeschichte heraus entwickelt und ihr Ursprung in einem tiefgreifenden, langjährigen Übertragungsprozess wurzelt (Simon, 2012). Um somit beeinträchtigtes oder gestörtes individuelles Verhalten zu erforschen, gilt es bis heute, auf den sozialen Kontext Rückbezug zu nehmen und innerhalb dessen bestimmte Kommunikationsabweichungen, fehlerhafte Interaktionsprozesse und Konflikte zu analysieren. Bei dieser Art von ganzheitlicher Systembetrachtung spielt die Generierung von Lösungsansätzen beim Zugang zu positiven Kommunikationsmustern eine bedeutsame Rolle in der praktischen Therapie (Sydow, Beher, Retzlaff & Schweitzer, 2007). Nicht mehr nur die einzelnen Persönlichkeitseigenschaften und Zustandsbeschreibungen des/der KlientIn sind vordergründig, sondern die adäquate Kommunikation mit anderen kristallisiert sich als Schlüssel zum Erlebens-, Gedanken- und Verhaltensrepertoire und als bedeutsame Quelle zum Wohlbefinden heraus.

In den frühen 1950er Jahren entwickelte sich das familientherapeutische Denken. Die familientherapeutische Sichtweise wendete sich von einem individuumsfokussierten Behandlungsansatz ab und überführte die Arbeitsmethodik in die Begutachtung von familiären, bindungsbasierenden, kommunikationsbasierenden und umweltbedingten Interaktionseinflüssen. Infolgedessen wurde psychisches Leiden, individuelle Erlebens- und Verhaltensweisen auf das ganze Familiensystem hin untersucht (Scheib & Wirsching, 2004). Der Begriff „Familientherapie“ wurde im Laufe der Zeit in die „systemische Therapie und Beratung“ übergeleitet. Dieses psychotherapeutische Verfahren ist grundlegend gesprächsorientiert und richtet sich an die realen, interaktiven Gegebenheiten des/der KlientIn im sogenannten „Heimatssystem“, das durch die anliegenbetreffenden Systemmitglieder im (Erzähl)-Raum repräsentiert wird. Familienmitglieder sind im Aufstellungsprozess befugt, ihre Sichtweisen zu reflektieren und Rückmeldungen zu geben, sodass mit der `ganzen Familie` am Problemanliegen und an zukünftigen Lösungs- und Handlungsmöglichkeiten gearbeitet wird (Scheib & Wirsching, 2004)

Die systemische Familientherapie wurde durch ihre damaligen Vertreter, darunter nennenswert Ivan Boszormenyi-Nagy, auf einer mehrgenerationalen Betrachtungsweise

konzipiert. Ivan Boszormenyi-Nagy spricht in seinem bekanntesten Buch über „unsichtbare Bindungen“ (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1981, zit. nach Scheib & Wirsching, 2004, S. 10), wonach sich die Familie als System mit „Schuld- und Verdienstkonto“ (Scheib & Wirsching, 2004, S. 10) beschreiben lässt und ein Therapieerfolg in der Auflösung und im Ausgleich dieser generationsübertragenden Verpflichtungen und systemischer Wiederholung der Vorahren liegt. Mithilfe der systemischen Perspektive gelang es, die Bindungsrelationen innerhalb eines größeren Systems und Konflikte auf ganzheitlicher Metaebene zu untersuchen.

Im Gegensatz zur klassischen systemischen Familientherapie zielt eine Einzelfallanalyse im Kontext der systemischen Aufstellungsarbeit auf die Einzelperson ab, welche das Anliegen entweder im Einzelsetting oder im gruppentherapeutischen Verfahren (dabei in Zusammenarbeit mit fremden Personen) und unter der Leitung einer/eines TherapeutIn, im „Beratungssystem“ behandelt (Weber et al., 2005). Ein wichtiger Unterschied zeigt sich darin, dass hierbei nur diese/r einzelne/r KlientIn das alleinige Wissen über privilegierte Informationen und Erfahrungen verfügt, die die Problemlage und Verstrickungen in der eigenen Aufstellung repräsentierbar machen. Im Gruppenverfahren verdeutlichen die anderen fremden Seminarmitglieder die soziale, mitschwingende Größe innerhalb des Interventionsprozesses.

Konstruktivistische Wende

In den 1970er Jahren intensivierte sich die kommunikationsbasierte Bedeutsamkeit im systemischen Forschungskontext durch das Aufkommen von Kommunikationssystemen. Paul Watzlawick ist hierfür ein bedeutender Pionier. Seine erkenntnistheoretischen Annahmen gründen vor allem auf Illustrationen des Konstruktivismus, der Kommunikationstheorie und dem narrativ-strategischen Ansatz, welche das Verständnis der Systemtheorie und des systemischen Denkens grundlegend erweitert haben.

Beim Versuch, die Wirklichkeit `zu definieren` und der Frage nachzugehen `Was ist die Wirklichkeit?` stößt der Mensch an seine Grenzen. Die Wirklichkeit ist sehr komplex und nicht eindeutig lösbar, um sie realitätsgetreu in ihrer Absolutheit abzubilden (Watzlawick, 1992, zit. nach Balz & Plöger, 2015, S. 109). Diese Sichtweise hat sich durch den radikalen Konstruktivismus und seinen VertreterInnen in den

1980/90er Jahren verbreitet, die die Wirklichkeit als „Produkt unserer Sinne, Gefühle, Gedanken, und Kommunikationen [...]“ (Kleve, 2008, S. 11) betrachten und den Ursprung der „Selbstbezüglichkeit“ des/der BeobachterIn (Kleve, 2008, S. 17) und in den eigenen Lebenserfahrungen definieren.

Durch den Vorgang der Beobachtung wird eine spezifische Wirklichkeit hervorgebracht, die sich demnach als ein „subjektives Konstrukt“ (Watzlawick, 1985, zit. nach Zimmermann, 2013, S. 64) auszeichnet. Auch eine Systemstruktur wird von der beobachtenden Person wahrgenommen, indem von einer äußeren, vom Selbst unabhängigen, getrennten und objektiv anzutreffenden Realität unterschieden wird (Watzlawick, 1976). Diese individuell ausgelegte Wirklichkeit kann sich kontextbedingt verändern und führt zur Konzeptualisierung von sogenannten 'Landkarten über die Welt', in denen persönliche Deutungsansätze und Wertvorstellungen integriert sind, die im Laufe der Zeit erlernt und verinnerlicht werden (Zimmermann, 2013). Der/die Einzelne ist aber auch Teil eines Konstruktionsprozesses und Erkenntnisvorganges, der durch unzählige Wirklichkeitswahrnehmungen unterschiedlicher Menschen realisiert wird (Schweitzer & Schlippe, 2003). Verschiedene Lebensanschauungen und „Wirklichkeitsbeschreibungen“ (Kleve, 2008, S. 11) treffen hierbei kollektiv aufeinander, sodass nicht von 'einer einzigen absoluten Wahrheitsabbildung' auszugehen ist. Jedes Individuum konstruiert seine eigene Ordnung, die abgeglichen und im Kommunikationsprozess verifiziert wird. Die im Folgenden dargestellten soziologisch fundierten, systemtheoretischen Ausführungen ergänzen diese Veranschaulichung des sozialen Konstruktivismus.

Biologischer und soziologischer Ursprung

Seit den 1980er Jahren ist Niklas Luhmann (1927-1998) einer der modernen Schrittmacher der soziologischen Systemtheorie. Die Soziologie, von zwei Wissenssoziologen als die Wissenschaft „der gesellschaftlichen Konstruktion der Wirklichkeit“ (Berger & Luckmann, 2009) beschrieben, kann aufgrund ihres inhaltlichen Gegenstands als grundlegende systemische Wissenschaftsdisziplin angesehen werden. Mithilfe seiner Systemdifferenzierung kann die Aufstellungsarbeit als Interaktion und

Kommunikationsstruktur zwischen den relevanten Systemmitgliedern bezeichnet werden (Mohe, 2015).

Niklas Luhmann ließ sich von Humberto Maturana und Francisco Varela inspirieren, zwei bekannt gewordene Systemtheoretiker, die mit ihrem einflussreichen Modell der *Autopoiesis* die damalige Vorstellung von Systemen neu aufgefrischt und das menschliche Vorstellungsvermögen hinsichtlich der subjektiven und objektiven Wirklichkeit reformiert haben. Humberto Maturanas biologische und philosophische Denkweise bezieht sich auf die Beschaffenheit von Lebewesen und eine daraus folgende kennzeichnende Eigenheit lebender Systeme, die fähig sind, sich selbst zu organisieren (Maturana & Varela, 1987). *Autopoiesis*, ein aus dem Griechischen abgeleiteter Begriff der „Selbsterzeugung“, geht von einer kraftvollen „Selbstschöpfung“ von Systemen aus (Schäfers, 2016), sodass diese ohne systemfremde Einflusskomponenten in Bewegung sind. Diese Fähigkeit der inneren, autonomen *Selbstorganisation* veranlasst den Organismus dazu, anhand einzelner Bestandteile interne Operationen durchzuführen und sich selbst zu produzieren, so wie zu reproduzieren (Egner, 2006). Dies ermöglicht im weiteren Sinne auch den Austausch und die Regulation mit komplexen Umweltfaktoren, in welcher sich der Organismus im Umgang mit Konfliktpotenzialen zu orientieren versucht. Jedes Individuum verfügt über die Kraft, nach „rückbezüglichen Eigenschaften“ (Hauser, 2004, S. 75), die zur Homöostase führen und nach der eigenen Identität und Reifung zu streben, worin der Schlüssel zur Einzigartigkeit liegt (Maturana & Varela, 1987).

Die beschriebene Prägnanz von subjektiver Wirklichkeitskonstruktion und selbstreferentieller, autonomer Beschaffenheit wurde in der systemischen Aufstellungsarbeit übernommen und mit fortführenden Techniken ergänzt. Der/die Einzelne trifft die Entscheidung, was und wie etwas im eigenen Systemkontext und in förderlichen Bedingungen betrachtet wird (Schweitzer & Schlippe, 2003). Die Sprache als Medium beeinflusst dabei das Denken und Handeln von Personen, prägt die realen Bedingungen und ermöglicht Konversationen, durch die die soziale Wirklichkeit illustriert wird und welche das Kernkonzept der systemischen Theorie und psychologischen Praxistätigkeit darstellt (Sydow, Beher, Retzlaff & Schweitzer, 2007). Der Ansatz der Kommunikationstherapie legte einen Grundbaustein für die „systemische Therapie“. Die Aufstellungsarbeit wurde zunächst für familientherapeutische Settings in

Anwendung gebracht. Nach weiteren methodischen Konzeptualisierungen ließen sich Systemaufstellungen auf weitere soziale Systeme übertragen und zeigten ihre praktische Wirkung (Baumgartner, 2016). Drei systemisch anzuerkennende Ausformungen werden in Kurzform nun vorgestellt, da sie wesentliche Aufstellungselemente für die wissenschaftliche und praktische Relevanz dieser Masterarbeit anbringen.

Die bekannte Therapiemethode Bert Hellingers, *das Familienaufstellen*, basiert vor allem auf den Vorarbeiten des genannten Arztes und Psychotherapeuten Ivan Boszormenyi-Nagy, der die Wichtigkeit der mehrgenerationale Perspektive in systemischer Denkweise und praxisnahen Handeln vorantrieb. Bert Hellinger postuliert seinen Ansatz des Familienstellens nicht primär mit dem spezifischen Zusatz *systemisch* (Simon & Retzer, 2003). Er führt einige unterscheidbare Kriterien an, die das Familienstellen in seiner Besonderheit hervorheben. Sein Standpunkt wurzelt in der phänomenologischen Auslegung, die - wie zuvor schon angeführt - der „klassischen“ system-konstruktivistischen Therapie nicht ganz gleichzusetzen ist (Weber et al., 2005). Diese empirische Masterarbeit zentriert sich nicht konkret auf die Hellinger'sche Position. Jedoch soll seine Arbeitsweise in Anbetracht des systemischen Verständnisses einen kurzen Einblick in die Mitbegründungsphasen der Aufstellungsarbeit gewähren.

Im Zentrum seiner Methodik steht - wie bei einer Systemaufstellung - die Externalisierung des inneren Bildes, der Einsatz von StellvertreterInnen und der Weg zu neuen Erfahrungen, in dem ein Lösungsweg für die jeweilige Familie durch Rituale und Umstellungshandlungen offenbart wird (Sparrer, 2001). Die Methodik richtet sich primär nach der nonverbalen Ausdrucksweise und dem Deuten von Körperempfindungen. Jedoch stehen das (Aus)-Sprechen der/des KlientIn oder die metabasierende Kommunikation in Bezug auf das aufgestellte System nicht im Vordergrund. Hellinger vertritt die Meinung, dass der reine Sprachgebrauch und verbale Äußerungen des/der KlientIn, die Rolle und die Wahrnehmungen der StellvertreterInnen und die des/der Therapeutin mit beeinflussen (Sparrer, 2001). Bert Hellinger selbst nimmt als Leiter des Seminars aktiv am Interaktionsprozess des/der KlientIn teil, indem er ihn/sie führt, zu erwartende Prophezeiungen aufzeigt, Verordnungen erteilt und Antworten auf mögliche Veränderungsmöglichkeiten zur Heilung und Neuorientierung gibt (Weber et al., 2005). Er verhilft der Person, gegen das Ohnmachtsgefühl anzukämpfen. „Phänomenologisch“ bedeutet in diesem Kontext, dass sich dem Leiter die Wahrheit über gegenwärtige, als

auch vergangene Geschehnisse und Problemkomplexe, so wie zukünftige Lösungswege automatisch zu erkennen geben (Weber et al., S. 68). Bert Hellinger setzt die grundlegende Bedingung voraus, dass eine „Ursprungsordnung“ in der Familie als „Heilversprechen“ für die Problembewältigung gilt und diese vom Seminarleiter selbst als zu analysieren und offenzulegen ist, um eingreifen und die Konfliktlösung vorantreiben zu können (Schneewind, 2010, S. 274).

Diese wissenschaftliche Masterarbeit orientiert sich des Weiteren an Einsichten und theoretischen Darlegungen von Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer, die auf Grundlage von Bert Hellingers Vorstellungen von Ordnungen und Strukturen, unabdingbare Grundprinzipien für ihren systemisch- konstruktivistischen Ansatz entwickelt haben (Sparrer, 2001). Auch bei Strukturaufstellungen werden zur Aufbereitung des inneren Anliegens und zum Hinführen an die Lösung „geometrischen Positionierungen“, so wie mit sprachlichen Mitteln nützlich gemacht (Sparrer, 2009). Dabei wird großen Wert daraufgelegt, keine voreiligen Deutungen zu fassen, sondern sich die Prozessarbeit in ihrer Wirkung entfalten zu lassen. Konstruktivistisch ausgelegte Systemaufstellungen basieren hingegen eher auf einem Such- und Findungsprozess von vielzähligen Lösungen, Mehrdeutigkeiten und Möglichkeiten zur Problembewältigung im ganzheitlichen Kontext, nicht nur innerhalb des Familiensystems. Nicht nur Personen dienen als Aufstellungsobjekte, sondern abstrakte Aufstellungselemente, „Orte oder freie Elemente“ (Sparrer, 2001, S. 21), stehen oftmals im Vordergrund und ermöglichen den offenen Umgang mit dem zeitlich-räumlichen Aufstellungsaspekt. In diesem ko-kreativen Prozess, angeleitet durch den/die KlientIn und den/die Therapeutin, werden Systemebenen mithilfe der Metakommunikation erforscht und nach vergleichbaren Unterschieden gesucht. Die `einzige richtige Lösung` gibt es hierbei nicht. Das klientInnenzentrierte systemische Grundverständnis unterstützt viel eher die Selbstverantwortung der Person und dessen/deren freien Entscheidungsfindung. Der Fokus wird auf die „Selbstwirksamkeit“ und „Selbsterzeugung“ gelegt, mit denen ein/e KlientIn zur Lösung und Befreiung des Konflikts finden kann (Essen, 2003). Wertehaltungen werden sichtbar, neue Glaubensansätze können verwirklicht werden und unbewusste, innere Anteile kommen zum Vorschein. Sobald das Erleben, Spüren und Nachempfinden im Aufstellungsgeschehen ganzheitlich für den/die KlientIn möglich ist, wird das Aufstellungssystem der eigenen (Nach-)Wirkung überlassen und beendet

(Lieben & Renoldner, 2011). An einer Problemfragestellung wird angesetzt und die vorliegenden Schwierigkeiten werden als Chance gesehen, um die Person auf einem zukunfts- und lösungsorientierten Weg zu begleiten (Sparrer, 2009). Die Grundannahmen der systemischen Therapie und Beratung sind im lösungs-, problembewältigungs- und ressourcenorientierten Ansatz inkludiert. Dieser offeriert sich als weitgehend bedeutsam, für das Verständnis der untersuchten Aufstellungsergebnisse.

Steve de Shazer wurde mit seiner lösungsorientierten, zielgerichteten Kurztherapie in Zusammenarbeit mit Insoo Kim Berg im Jahre 1982 bekannt. Mit der 'Wunderfrage' werden lösungsfokussierte Zielkonzepte erarbeitet, die das Individuum im Ganzen reifen lassen, sowie zur eigenen Wertschätzung und Selbstaktualisierung führen (Sparrer, 2001). Eingeführt wird diese bewusstseinsschaffende Frage wie folgt: "Stellen Sie sich vor, in der Nacht geschieht ein Wunder, und das Problem, dessentwegen Sie heute mit mir sprechen, ist gelöst!" (De Shazer & Dolan, 2016). Es geht darum, Unterschiede erkennbar werden zu lassen, was eine Besserung oder Verschlechterung herbeiführt und bietet infolge eine hilfreiche Therapieperspektive an, um den Schlüssel zur Problemlösung zu entdecken. Die system- strategische Vorgehensweise setzt dahingegen nicht an der Problemquelle an, sondern zielt auf die Anfertigung von verschiedenen Lösungsversuchen ab, die das 'wahre Problem' für den/die KlientIn darstellen. Diese systemische Annahme setzt aber voraus, dass die aufzustellende Person im vorgestellten System über Ressourcen verfügt, die eine adäquate Problembewältigung ermöglichen. Das Ziel dieses systemischen Therapieansatzes liegt im Ausgleich von festgefahrenen, ritualisierten Gewohnheiten und unerreichten Zielvorstellungen. Dieser Ausgleich ist möglich, indem verfügbare Ressourcen antizipiert werden und auf realistisch, selbstgesetzte Ziele fokussiert wird (Sydow et al., 2007).

Diese systemischen Wertauffassungen und Grundhaltungen werden in folgenden Textabschnitten unter dem Aspekt der methodischen und therapeutischen Wirksamkeit näher beleuchtet.

Erklärungsansätze: Welche Wirkfaktoren können geltend gemacht werden?

Aufstellungsphänomene zu erklären lässt unzählige Theorieannahmen offen und diskutierbar im Raum stehen. Hierzu gehören esoterische Ansätze, übersinnliche Wahrnehmungsüberzeugungen, die These von morphogenetischen und wissenden Felder, so wie auch kommunikationsbasierten Erklärungsansätze (Weber et al., 2005).

Um gemeinsam mit einer Person im system-therapeutischen Aufstellungssetting zu arbeiten, bedarf es bestimmter Grundvoraussetzungen, um den Zugang zur psychischen und körperlichen Auseinandersetzung zuzulassen. Primär suchen Personen systemische Aufstellungsmethoden auf, wenn ein gewisses Maß an Leidensdruck spürbar ist und sich das Problemanliegen in seiner Schwere aufzeigt; wenn die Sehnsucht nach Klarheit treibt und eine innere Sammlung erlangt werden möchte; wenn der Zugang zu sich selbst möglich erscheint und der Wille zur Zielerreichung im ausreichenden Maß vorhanden ist. Es sind Phänomene des Beobachtens, der(Gegen)-Übertragung, als auch der Zugang zu anderem Wissen und Empfindungen. Ohne diese wechselseitigen Dynamiken wäre eine Aufstellung wohl unmöglich (Ulsamer, 2001). Der Spürsinn und die entsprechenden Reaktionen der StellvertreterInnen stellen somit den zentralen Gegenstand im Aufstellungsprozess dar. Schon in den Grundannahmen der Psychoanalyse lassen sich Wahrnehmungsprozesse dieser Art mit dem Konzept der Übertragung und Gegenübertragung erklären, die für den therapeutischen Prozess und die therapeutische Beziehung unabdingbar sind (Bettighofer, 2016). Eine Person drückt sich durch eine vielschichtige innere, sensitive und feinfühlig Seelenstruktur aus, welche sich durch Bindungs- und Relationsmuster auszeichnet und diese fortlaufend anpasst. Nach Freud'scher Überzeugung kann diese als „konfliktuell beschaffene[r] Seelenstruktur“ beschrieben werden, die sich aufgrund von Umwelt- und Kulturbedingungen kollektiv ausformt (Zuckermann, 2016). Infolgedessen scheint eine duale Betrachtung von Körper und Geist plausibel, um Wirkungsweisen im Aufstellungsfeld zu untersuchen. Der menschliche Körper bewegt sich in einem Wahrnehmungsfeld, in welchem das Individuum fähig ist zur Perspektivenübernahme, zur Empathie und zum Einfühlungsvermögen und kann die eigene körperliche Befindlichkeit in unterschiedliche Qualität bewusst wahrnehmen (Rogers, 1971). Franke (2006) bezeichnet den menschlichen Körper als „Resonanzobjekt“, der sich dem

Informationsstrom anpasst und in Resonanz mit anderen objektiven Gegebenheiten mitschwingt. Das Konstrukt der *Intuition* erfüllt nach theoretischen Grundannahmen eine wichtige Voraussetzung für die Wahrnehmung systemischer Resonanzen im Aufstellungsfeld (Mayer & Hausner, 2015). Informationen und Erfahrungen, vor allem mit emotionalem Gehalt, werden in Resonanz vermittelt, sofern sie im System strukturell, dynamisch und in Wechselwirkung stimmig erscheinen und führen zu neuen Lösungswegen (Varga von Kibed & Sparrer, 2016).

Wahrnehmungs- und Übertragungsphänomene

Albrecht Mahr (2003) postulierte infolge seiner langjährigen Arbeitserfahrung, unter anderem als Systemaufsteller, den Begriff des *wissenden Feldes*, das er einerseits als „geistig- energetisches Heilungsfeld“ und andererseits als „universelles Wissensfeld“ beschreibt. Das *wissende Feld* ist seinen Vorstellungen nach ein „Feld der Seele“, das eine tiefe unwillkürliche Verbundenheit mit allen Angehörigen und potenziellen Systemkörperschaften innehält. Er vertritt den Standpunkt, dass sich ein Aufstellungsraum als ein ganzheitliches ineinander wirkendes Kräftefeld präsentiert, das Energien freisetzt, die RepräsentantInnen untereinander verbindet und entfalten lässt. Es ist die „geistige Kraft [..], mithilfe deren Konflikte ans Licht kommen und Lösungen gefunden werden“ in der Aufstellung (Mahr, 1999). Die Person vertraut sich dem Kräftefeld an, fügt sich der *Verkörperung*, um Blockaden zu spüren und zur heilsamen Lösungseinsicht zu gelangen. Nach Albrecht Mahr (1999) ist es eine grundlegende Voraussetzung, dass die betreffende Person sich den neuen Einsichten vertrauensvoll hingeben kann, diese mit uneingeschränktem Urteil annimmt und sich an den Wirkungen erfreuen kann. Das „Geheimnisvolle“ des Aufstellungsgeschehens und der Wirkungsabläufe bleibt das *wissende Feld* an sich, das dem menschlichen Bewusstsein wohl niemals in seiner klaren Selbstverständlichkeit begegnen wird. Nach Mahrs Auffassungen lässt sich dieses wissende (Kräfte)-Feld mit der zusätzlichen Komponente „dynamisch“ (Mahr, 2001, S. 169) auf eine zeitliche und räumliche Unbegrenztheit erweitern. Somit verschwimmt die Vergangenheit mit der Gegenwart und der Zukunft zu einem einzigen Zeitpunkt im Aufstellungsraum.

Diese wahrnehmungsbasierenden Erklärungsversuche lassen sich durch die *morphische Resonanz* von Rupert Sheldrake in ihrer Aussagekraft bestärken (Schlötter, 2016). Sheldrake geht dabei von einem Raumplan aus, in dem sich die verschiedenen (An-) Ordnungen und Veränderungen von Beziehungsstrukturen zeigen, die auf Interaktionen basieren. Sheldrake (2006, zit. nach Limberg-Strohmaier & Klein, 2012) nimmt in seinen theoretischen Annahmen Bezug auf das Konzept der Selbstorganisation. Er beschreibt ein *morphisches Feld* als selbstorganisierendes, lebendes System, in welchem das Auftreten von Formen, Strukturen und Mustern natürlich verläuft. Demnach ist jede Spezies dazu fähig, Gestalt anzunehmen und neue Systemeigenschaften zu entwickeln (Sheldrake, 1999). Darüber hinaus bestehen diese Felder aus einem „immanenten Gedächtnis“, welches Informationen über die Zeit speichert. Dies wird nach psychoanalytischen Anschauungen als „kollektives Unbewusstsein“ (Jung, 1988, S. 308 zit. nach Mayer & Hausner, 2015, S. 77) definiert. Das Seelenleben des/der Einzelnen ist von Vorerfahrungen und interpersonalen Prozessen der Generationen beeinflusst, was auch durch den transgenerationalen Ansatz von Ivan Boszormenyi-Nagys betont wird. Die intrapsychischen Erfahrungen vermischen sich auf kollektiver Ebene, werden geteilt, synchronisiert, finden Anklang im Unterbewusstsein und wachsen als fortlaufende Erinnerungspuren heran. Die Wirkung der Felder ist unabhängig von Raum- und Zeitfaktoren. Sie existieren in Abwesenheit von relevanten, betroffenen Systemmitglieder. SystemtheoretikerInnen sprechen in diesem Kontext von einer „zirkuläre[n] Kausalität“ (Schlippe & Schweitzer, 2003, S.90), welche schon zuvor von Norbert Wiener und seinem kybernetischen Erkenntniszugang angeführt wurde.

Diese Wahrnehmungs- und Übertragungsphänomene, zu einer späteren Zeit postuliert als die „repräsentierende Wahrnehmung“, stellt für Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd (2010) ein bedeutsames Wirkungsprinzip des Aufstellungsprozesses dar. Es bietet eine plausible Erklärung dafür, wie es möglich erscheint, gleichgesinnte Gedanken, Gefühle und Körperempfindungen bei RepräsentantInnen hervorzubringen, die in Exaktheit zum realen Erleben des/der KlientIn übereinstimmen. Der/die StellvertreterIn fügt sich dieser Art von Wahrnehmung, sobald er/sie die zugeschriebene Rolle oder inneren Aspekt des/der KlientIn übernimmt, im Raum von der aufstellenden Person positioniert wird und nachspürt, wie es sich anfühlt, ein repräsentierender Teil des Systems zu sein. Außenstehenden ist diese Art der „fremden Gefühle“ (Varga von

Kibed, 2002) nicht zugänglich, so lange sie kein charakteristisch eigenes Systemelement repräsentieren.

Wie kann diese Art von Verbundenheit und Identität über Zeit und Raum bestehen? Schneider (2006) untersuchte im Kontext des Familienstellens die Frage, wie sich die menschliche Seele in einem sozialen System bewegt und wie sie Einfluss nimmt. Die Seelenebene kann aufgrund der „repräsentierenden Wahrnehmung“ bewusst inspiriert werden. Im Aufstellungsprozess wird eine „gemeinsame Seele“ (Hellinger, 2001, S.23) mobilisiert, die sich im Fluss des (familiären) Systems und anhand der kollektiven Kräfte in Bewegung setzt. Nach Insa Sparrer und Varga von Kibéd (1998) stellt sich der biologische Körper als Medium dar, das Strukturen eines fremden Systems wahrnehmen kann, um neue Empfindungen aufzunehmen und Reaktionen zuzulassen. Frühere Forschungen gehen von einer „kinästhetischen Wahrnehmung“ aus, welche in der Literatur auch als „Tiefenwahrnehmung/- Sensibilität“ beschrieben wird (Zimmer, 1995). Nach der deutschen Erziehungswissenschaftlerin, Renate Zimmer, kommt ein Interaktionssystem nicht ausschließlich durch den eigenen visuellen Wahrnehmungsmodus und der Umweltreize zustande, sondern wird anhand von eigenen Bewegungs-, Zustands- und Lageempfindungen durch körpereigene Rezeptoren vermittelt. Geteilte Erfahrungen über den gesamten Lebensverlauf werden durch die Körperübertragung verstehbar und erlebbar gemacht. Aus diesen Annahmen lässt sich logisch schlussfolgern, dass das Erleben von Beziehungsverhältnissen, so wie die Wahrnehmung der eigenen Stellung im sozialen Gefüge, von unterschiedlichen Personen in ähnlicher Art und Weise durch das „Körperschema“ erlebt werden können (Weber et al., 2005, S.60).

Bilder und Stellungssprache

Das räumliche Systembild ist eine Konkretisierung der inneren Vorstellungen, die von dem /der involvierten KlientIn leicht abgespeichert und wieder in Erinnerung gerufen werden kann. Matthias Varga von Kibéd beschrieb diesen förderlichen Mechanismus wie folgt: „Die räumlichen Bilder kann man nach einer Aufstellung leichter zusammenfalten und zu Hause immer wieder ausfalten“ (Weber et al., 2005, S. 33). Die ausgedrückten Empfindungen, körperliche Veränderungen und Gedankengänge der

RepräsentantInnen stellen sich als wichtige Auskünfte über die Realität der zu vertretenden Person heraus. Letzten Endes bleibt es der betroffenen Person selbst überlassen, wieviel Kraft dem aufgestellten Bild geschenkt wird und in das Interventions- und Aufstellungsgeschehen hineinfließt (Weber et al., 2005). Das Lösungsbild am Ende einer Aufstellung wird nicht als radikaler Abschluss einer erlangten Einsicht des/der KlientIn angesehen, sondern viel eher als der Beginn eines Entwicklungs- und Reifungsprozesses, einem neuen Weg zu folgen und hilfreiche Aufstellungserkenntnisse als Vorschläge anzunehmen und im realen Leben Gebrauch von zu machen (Varga von Kibéd & Sparrer, 2016).

Das räumliche Systembild offenbart sich selbst als eine Kommunikationskomponente im narrativ-dialogischen Kontext. Es wird in Bezug auf die zuvor dargelegte systemische Erkenntnistheorie davon ausgegangen, dass die menschliche Seele nicht nur ein fließendes Medium im Geist und Körper ist, sondern sich ihr Erleben vor allem in Interaktionsprozessen ausdrückt. Die Verwendung der Sprache ermöglicht diese Mechanismen (Schlippe & Schweitzer, 2003). Aus systemtheoretischer Perspektive bleibt es von großer Bedeutung die Aufstellungsprozesse und sichtbaren Nachwirkungen als Ergebnis von zirkulären Kommunikationsprozessen darzustellen. Die „Heilung [kann] durch Begegnung“ (Napier & Whitaker, 1978, zit. nach Stierlin, 2001) vorangetrieben werden, indem die Aufmerksamkeit auf die Beziehungs- und Interaktionsgestaltung gelegt und infolge eine „aktive Umstrukturierung“ (Stierlin, 2001, S. 59) angestrebt wird.

Von Grund auf inszenieren sich Systemaufstellungen als eine nonverbale Sprachkommunikation, die sich durch die beschriebene Positionierung von stellvertretenden Personen im Raum und deren Umdisponierungen ausdrückt (Weber et al., 2005). Diese räumlich-geometrische Stellungssprache kann mithilfe der therapeutischen Aufstellungsleitung, so wie metaphorisch- und symbolischer Methodik in eine verbale Sprachebene (rück-) übersetzt werden, um infolge differenziertere Bedeutungen in Bezug auf das spezifische Problemanliegen auszusprechen (Weber et al., 2005). Demzufolge ist die Aufstellungssprache „transverbal“, da die verbale und nonverbale Ebene inkludiert wird und sich gegenseitig ergänzen lässt. Gunther Schmidt (2005) konkretisierte die Wichtigkeit des Zusammenhangs zwischen der Sprache und der Aufstellungsprozedur. Es kommt darauf an, wie sich der- oder diejenige zur Aufstellung

in Beziehung setzt. Die Beziehung zur eigenen Aufstellungsprozedur stellt sich als wichtiger Wirkungsmechanismus dar. Das Verbalisieren von Gefühls- und Gedankenzuständen kann dabei eine hilfreiche Unterstützung sein.

Einerseits verhilft die Gesprächsführung während des Aufstellungsprozesses, dass unbewusste Anteile hervorgebracht werden. Andererseits pointiert wiederum der systemische Psychotherapeut Steve de Shazer (1988), dass auch die Möglichkeit und Offenheit zum Schweigen seitens der/die KlientIn eine wichtige Aufstellungstechnik darstellt. Nicht-Sprechen, ob im therapeutischen Aufstellungskontext oder im nachfolgenden Zeitraum, kann den Fokus dementsprechend auf das eigene Selbst richten, zum Nachdenken anregen, um infolge in Selbstverantwortung und mit Selbstüberzeugung weitere Lösungsschritte zu antizipieren (Sparrer, 2001).

Das Beziehungsangebot zwischen TherapeutIn und KlientIn bietet die Grundlage, um zu einer hilfreichen gemeinsamen Lösungsfindung zu gelangen. Der systemtherapeutische Dialog sollte die Autonomie des/ der KlientIn weitestgehend aufrechterhalten und ihn/ihr „Optionen schaffen, den Möglichkeitsspielraum [...] zu erweitern“ (Weber et al., 2005, S. 49). Werden in der system-konstruktivistischen Arbeitsweise normative Anleitungen eingesetzt, bedient sich der/die TherapeutIn dem zirkulären Fragestil, der sich auf die relevanten, vorliegenden Symptome, so wie auf Kontextfragestellungen, Beziehungsrelationen, so wie problem- und lösungsorientierte Fragen richtet, um das Unbewusste erfassbar zu machen (Simon & Rech-Simon, 1999). Das zirkuläre Denken modifizierte sich aus den erkenntnistheoretischen Annahmen des Konstruktivismus. Eine im Wahrnehmungsfeld stehende Person ordnet die Impressionen der eigenen Wirklichkeit zu. Der zugrundeliegende Sinn dieser Apperzeptionen ist jedoch nicht immer leicht aufspürbar. Es benötigt oftmals eine zusätzliche Prozesskomponente, um das Wahrgenommene erklären zu können (Weber et al., 2005). Der systemisch- konstruktiv orientierte Therapiezweig setzt hierbei mit allen möglichen Arbeitstechniken an, um `dahinter zu kommen`, was wirklich vorherrscht. Zirkuläre Fragen initiieren neue Perspektiven und Reflexionen, gewinnen dadurch einen höheren Informationsgehalt und generieren neue Informationsgewinne.

EMPIRISCHER TEIL

Forschungsziel

Diese Masterarbeit dient als Explorationsstudie, die das Ziel verfolgt, differentielle Wirkfaktoren und nachhaltigkeitsfördernde Effekte aus einem konkret ausgewählten system- dialogischen Aufstellungsseminar zu untersuchen, und folglich deren Nutzen, sowie wissenschaftliche und praktische Erkenntnisse darzulegen. Für eine derartige Wirksamkeitsprüfung von Systemaufstellungen in der Sozialforschung zielt die Untersuchung auf subjektiv repräsentierbare Antworten ab, um den Blick auf einen bestimmten Ausschnitt der sozialen Realität zu legen. Die Zielsetzung orientiert sich an der Forschungsfrage und den darin zugrundeliegenden Konstrukten.

Diese qualitative Fallstudie erzielt einen umfangreichen Einblick und ein tieferes Verständnis der zu beschreibenden Phänomene, Verläufe und Zusammenhänge. Infolgedessen geht es bei dieser qualitativen Vorgehensweise nicht vordergründig um die Quantität der subjektiven Äußerungen, sondern um die Qualität des Aussagegehalts der einzelnen Untersuchungspersonen. Diese zeichnen sich in dieser Felduntersuchung als ExpertInnen aus, die ihre eigenen Wahrnehmungs-, Erklärungs-, Beurteilungs- und Deutungsauffassungen in ihren Erfahrungsberichten zum Ausdruck bringen.

Das ausgewählte Aufstellungsseminar der systemischen Therapeutin, das für diesen wissenschaftlichen Zweck genutzt wurde, fokussierte auf innere Prozesse, Persönlichkeitsanteile, Familien-Generationsverhältnisse, Symptome und Auffälligkeiten, zukünftige Angelegenheiten und Entscheidungssituationen, die im Aufstellungsgeschehen bearbeitet wurden. In Bezugnahme auf die anerkannten lösungs- und ressourcenbasierten Theorieansätze werden für diese Masterarbeit vier konkret ausgewählte Problemaufstellungen unter dem Aspekt des problemzentrierten und lösungsorientierten Vorgehens im therapeutisch- dialogischen Setting beobachtet und analysiert. Die Verlaufsdagnostik ist ein weiteres Kriterium, an dem sich die empirische Studie orientiert. Es geht um die Gegenüberstellung von vergangenen und gegenwärtigen Geschehnissen und um das Verstehen und Erklären von komplexen Vorgängen, die im Einzelfall konkretisiert werden (Mayring, 2016). Über einen definierten Zeitraum hinweg werden mithilfe des zu untersuchenden Datenmaterials, Unterschiede gestellt,

um die Nachwirkungen der Aufstellungsphänomene in Bezug auf das jeweilige KlientInnensystem wissenschaftlich darzulegen. Dies wird in einem transverbalen Ansatz mithilfe der qualitativen Methodenkombination ermöglicht.

Wissenschaftliche und praktische Relevanz

Infolge der eingeleiteten Pro- und Contra-Debatte, Systemaufstellungen als therapeutische Interventionsmethode zu legitimieren, bleibt es von großer Bedeutung, der Frage nachzugehen, weshalb die systemische Aufstellungsarbeit wissenschaftliche Forschung benötigt und wie der Gewinn von praktisch fundierten Erkenntnissen sichergestellt werden kann: Durch welche intermediären Variablen, die den Effekt partiell oder vollständig vermitteln, kommen wirksame Ergebnisse der Interventionsmethode zustande?

Das systemische Denken und Handeln hat eine wichtige Rolle im Versorgungs- und Gesundheitssystem eingenommen, da es mit der eigenen Methodik versucht, die immer komplexer werdende Realität und Lebensweisen der Menschheit zu erfassen, zu analysieren und zur Sinnfindung beizutragen (Mayer & Boness, 2013, zit. nach Mayer & Hausner, 2015). Ausgehend von der Annahme des „Sensemaking“ (Klein, Moon & Hoffmann, 2006, zit. nach Mayer & Hausner, 2015), stellt sich in systemischer Betrachtungsweise die Frage, wie die Welt von einer Person wahrgenommen und verstanden wird. Wie sieht der Mensch sich selbst, und wie ist der Mensch in seine soziale Umwelt eingebettet? Welche Sinnhaftigkeit liegt der Aufstellungsarbeit zugrunde und wie kann diese in der Stellungs- und Prozessarbeit greifbar gemacht werden?

Die praktische Relevanz der empirischen Studie verdeutlicht sich in der Darstellung von wirksamen Aufstellungsmechanismen, welche sich durch eine positive Beeinflussung, Ressource- und Zielorientierung und in einem veränderten mentalen und emotionalen Zustand des/der KlientIn bemerkbar machen. *Kognition*, *Emotion* und *Intuition* präsentieren sich als Schlüsselbegriffe, die ihre Wirkung in der Aufstellungsarbeit entfalten und verhaltensrelevante Veränderungen hervorbringen. Jedoch liegen hierfür im systemischen Arbeitskontext noch wenig empirisch fundierte Erklärungsansätze vor (Mayer & Hausner, 2015). Durch die direkte, persönliche Anwesenheit und Teilhabe am Aufstellungsgeschehen und aufgrund der professionellen

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

Kooperation mit der systemischen Psychotherapeutin, werden der Zugang für ein tieferes Verständnis systemischer Aufstellungen ermöglicht und wertvolle Erkenntnisvorgänge analysiert, die weitere Hypothesengenerierung, sowie neue und zukünftige Forschungsideen in Gang setzen.

Forschungsfrage und Konkretisierung der Untersuchungsvariablen

Nach intensiver Vertiefung des aktuellen Forschungsstands und einer ausführlichen Literaturrecherche wurde folgendes Forschungsthema zur Revision spezifiziert: „Explorative Wirksamkeitsprüfung von Systemaufstellungen: Worauf beruhen erzielte förderliche Effekte und wie äußern sich diese in ihrer Nachhaltigkeit?“

Aus dieser Forschungsidee wurde folgende Forschungsfrage in Bezugnahme auf die zu untersuchende Zielgruppe abgeleitet:

Inwieweit nehmen Systemaufstellungen Einfluss auf die subjektive Wahrnehmung von TeilnehmerInnen in ihrem Seelen(er)leben und im allgemeinen Wohlbefinden?

Durch welche wirksamen Aufstellungsfaktoren, sowie personenbezogenen Anteile ist dieser Einfluss bedingt?

Die Forschungsfrage erwägt in ihrer Gesamtheit ein vielfältiges Beantwortungsspektrum. Die einzelnen Schlüsselkomponenten sind dennoch ausschlaggebend, um die Forschungsrelevanz zu bekräftigen und in differenzierter Weise zu betrachten. Zunächst wurde darauf Rücksicht genommen, wie die Forschungsfrage zu formulieren ist, um sie mithilfe der Forschungsergebnisse auch adäquat beantworten zu können. Das Adverb *inwieweit* ist das einleitende Wort der Fragenkonstruktion, um aufzuzeigen, bis zu welchem Grad (Quantität) eine Einflussnahme auf das subjektive Befinden bestätigt werden kann und in welchen Qualitäten sich diese Wirksamkeit letztendlich zeigt. Auf die zugrundeliegenden Konstrukte der Forschungsfrage wird nun detaillierter eingegangen, um ein tieferes Verständnis für das qualitative Messvorgehen zu erhalten.

Die *subjektive Wahrnehmung* spiegelt die Wirklichkeitskonstruktion der ProbandInnen wider. Durch den möglichen Zugang auf allen Sinnesebenen lassen sich die persönlichen Erfahrungen reproduzieren, vor allem auch, wie sich das Individuum durch die Teilnahme am Aufstellungsseminar verändert, (weiter-)entwickelt oder auch Rückschläge erfahren hat. Dieses Wahrnehmungsspektrum zeigt sich als konstantes Konstrukt über die Zeit, die die Bedingungen für die Verlaufsdagnostik voraussetzen. Das individuelle *Seelen(er)leben* beschreibt den Analysegegenstand für die tieferen Verständnisprozesse. Die Psychoanalyse entwickelte Theorien über das seelische Geschehen. Das *Seelen(er)erleben* beschreibt sich nach diesen theoretischen Auffassungen als ein innerer „transpersonaler Bewusstseinsraum“ (vgl. Lemke, 2004); oder als eine „Seelenstruktur“, die aus multidimensionalen Wandlungs-Wahrnehmungsebenen, Erfahrungen und Empfindungen besteht und sich aufgrund der Wechselwirkung mit dem Umfeld ausreift (Zuckermann, 2016).

Die Struktur des Bewusstseins lässt sich durch verschiedene Anschauungsebenen darstellen. Das innere *Seelen(er)leben* ist geprägt durch 'psychische Wirklichkeiten', die durch Emotionen, Empfinden dieser Gefühle; Denken und Handeln, als auch der menschlichen Willenskraft und Selbsterhaltung bestimmt sind. Des Weiteren lässt sich die subjektive Erlebniswelt durch eine 'biologische Wirklichkeitskonstruktion' erklären, da sich der „lebende Organismus“ als autopoietischen Einheit präsentiert, die die eigene Konstitution darstellt und Verhaltens- und Handlungsweisen realisiert. Diese Arten von Wirklichkeiten setzen die Grenze zwischen einem inneren Bewusstseinsraum und der äußeren Welt (Kleve, 2009, zit. nach Westhofen, 2012). Nach wissenschaftlichen Erkenntnissen von Roth und Strüber (2016) kann die menschliche Persönlichkeit und das *Seelen(er)leben* in „psychoneuronale Grundsysteme“ des Gehirns eingebettet werden. Die für diesen wissenschaftlichen Kontext nennenswerten Struktureinheiten in der Ebene darunter sind das Stressverarbeitungssystem, das Selbstberuhigungssystem und das Bindungssystem. Die Bedeutsamkeit dieser psychoneuronalen Systeme zeigt sich in diesem wissenschaftlichen Kontext vor allem für soziale Interaktionsprozesse. Defizite und Einschränkungen dieser neuronalen Aktivitäten können zu (unbewussten) Spannungen und Konflikten führen, die individuelle, dysfunktionale Reaktionen herbeiführen können: Verleugnung, Verdrängung, Umdeutung oder Abspaltung (Roth & Strüber, 2016). Aus diesen Annahmen lässt sich schlussfolgern, dass sich das

Seelen(er)leben auch durch die 'äußere Wirklichkeit', die ökologische, kulturelle und soziale Umwelt manifestiert, welche das seelische Geschehen mitbeeinflusst. Als Seele zu leben heißt, das eigene Seelen(er)leben und das Zusammenleben mit anderen zu verstehen und zu erklären, wofür vor allem der Ursprung von (unbewussten) Entwicklungsvorgängen identifiziert werden muss.

Diese wissenschaftliche Masterarbeit legt den zentralen Fokus auf den 'Mensch als Subjekt'. Die Suche nach Kontinuität im eigenen Entwicklungsverlauf steht im Zusammenhang mit dem *allgemeinen Wohlbefinden* und einem daraus resultierenden Selbstbild (Oerter & Montada, 1987). Alle Erfahrungen die gesammelt werden, bestimmen auch die weiteren Entwicklungen. Oerter und Montada (1987) gehen davon aus, dass Umwelteinflüsse und individuelle Erfahrungen durch die Persönlichkeitsstruktur- und Merkmale einer Person moderiert werden. Gerade deshalb nimmt die Rolle des Selbstbildes einen hohen Wert für diese qualitative Untersuchung an. Hierfür ist es wichtig, das Selbstkonzept der TeilnehmerInnen adäquat zu erfassen, um individuelle Entwicklungen festzuhalten. Infolge kann ein ganzheitliches Ursache-Wirkungsprinzip für die Beantwortung der Fragestellung dargelegt werden.

Die *Selbsterkundung*, die in der klientInnenzentrierten Gesprächspsychotherapie ein wichtiger Bestandteil ist und als die Fähigkeit, in sich selbst hineinsehen zu können, betrachtet wird (Rogers, 1994 zit. nach Lang, Koch & Schmeling- Kludas, 2007, S. 82), steht im Zusammenhang mit der *subjektiven Wahrnehmung* eines/einer TeilnehmerIn, die in der Forschungsfrage als Untersuchungsvariable vorgestellt wird. Nach Rogers (1999, zit. nach Hutterer, 2013) ermöglicht die subjektiv wahrnehmbare Wirklichkeit dem/der PatientIn die Möglichkeit, (eigene) Verhaltensweisen zu hinterfragen und tiefergehende Verständnisprozesse zu erfahren. Das Selbstbild, so wie die begleitende Selbstwahrnehmung- und Beschreibung, die mit Deutungsansätzen und eigenen Sichtweisen einhergehen, sind ein zentrales Merkmal, um den Zugang zu sich selbst und der „kontingenten Subjektivität“ zu finden (Ricken, 1999). Aufstellungsarbeit setzt genau hier an und setzt dabei das individuelle Tätigsein und das Bewusstsein zur Selbstbestimmung voraus. Der zirkuläre Prozess hat dabei einen hohen Stellenwert: sich selbst Fragen zu stellen, in sich zu gehen, frei zu sein von blockierenden und umweltbedingten Prozessen und zu versuchen, die eigenen Aufstellungsprozesse unvoreingenommen wahrzunehmen. Diese empirische Studie verfolgt dabei das Ziel,

herauszufinden, wie die Selbstbestimmung durch das Aufstellungsseminar gefördert wird, wie der Blick auf das Eigene verschärft werden kann, sodass das Erlebte nicht verschleiert wird, sondern offenkundig damit umgegangen und daran gewachsen werden kann.

Der Selbstfindungsprozess steht auch im Zusammenhang mit der subjektiven Lebenszufriedenheit und dem Glücksempfinden. In der Sozialforschung werden spezielle Befragungstechniken mithilfe der Selbsteinschätzung hinsichtlich des *subjektiven Wohlbefindens* und einer Beurteilung bezüglich der eigenen Lebenszufriedenheit angewendet, um diese personenspezifisch zu erforschen (Frey, 2011). Die sozialen Gegebenheiten einer Person sind hierbei ausschlaggebend für das aufkommende Glücksempfinden und die Zufriedenheit (Schüle, 2014). Die *gesundheitsbezogene Lebensqualität* kann für das Erforschen des Wohlbefindens in Betracht gezogen werden (Schumacher, Klaiberg & Brähler, 2003). Sie wird als multidimensionales Konstrukt definiert, welches die unterschiedlichen Komponenten des Wohlbefindens und der menschlichen Funktionalität beinhaltet: die körperliche, geistige, emotionale, spirituelle, soziale als auch verhaltensbezogene Ebene (Schumacher et al., 2003).

Für das Forschungsthema ließen sich hypothetische Annahmen entwickeln, die die Defizite an bislang akkumulierten Wissen für die Aufstellungsmethodik und ihrer Wirksamkeit im Vergleich zu anerkannten psychotherapeutischen Interventionen aufzeigen. Um die kausalen Wirkungsmechanismen im Ausschnitt des ausgewählten Forschungsfeldes zu erfassen, werden mithilfe dieser Studie potenzielle Mediatorfaktoren der systemischen Aufstellungsarbeit ermittelt.

Hypothesen

Das Zusammenstellen der theoretischen Grundlagen, die Präzisierung der Konstrukte und Zusammenhänge bilden das Grundgerüst der Masterarbeit und führten im fortlaufenden Prozess zu folgenden Hypothesen, die mithilfe des qualitativen Verfahrens zu überprüfen sind:

- *Welche Motive sind mit der Teilnahme eines Aufstellungsseminars verknüpft?*
- *Welche Vorteile und Stärken lassen sich aus der Teilnahme an einer Aufstellung im Gegensatz zu kommerziellen Therapieverfahren ziehen?*

H1: Systemische Aufstellungsseminare werden von Personen aufgesucht, die ein spürbares, konfliktbehaftetes Anliegen beleuchten und besser verstehen wollen, um Lösungsansätze für ihre Problematik zu suchen.

- *Ist es nur der Schein einer Verbesserung oder liegt der Aufstellungsarbeit eine reale und effektive Wirksamkeit in Bezug auf individuelle Konfliktlösungen zugrunde? (subjektive Wirksamkeit)*

H2: Systemische Aufstellungsarbeit führt zu einer verändernden Haltung, sowie Verhaltens- und Einstellungsveränderungen, die Heilungsprozesse fördern und zu (neuer) Lebenskraft bekräftigen.

H3: Zeigen sich nach einem systemischen Aufstellungsseminar nachhaltige Veränderungen, so wurden Problemlösungsstrategien erarbeitet, um belastende Konfliktsituationen zu entschärfen und Lösungsansätze im Alltagsleben umzusetzen.

H4: Systemische Aufstellungen erleichtern den individuellen Umgang mit Reflexionen und Emotionen, indem diese in wirksamer Weise beeinflusst und harmonisiert werden und eine Steigerung im Wohlbefinden zuzufolge haben.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

- *Führt die Teilnahme an einer Aufstellung zu einer neuen Art von Sinn- und Identitätsfindung? Fördert die Teilnahme die Selbstentfaltung und persönliche Reifung einer Person?*

H5: Gelingt es der teilnehmenden Person, den Zugang zum inneren Bewusstseinsraum und Erlebenszustände zu finden und neue Wege zu verfolgen, entfaltet sich das Selbstpotenzial mit neuen Zielsetzungen und Perspektiven.

- *Inwieweit wirkt sich die Teilnahme an einer Aufstellung auf weitere Lebensabschnitte oder Umgebungskontexte aus?*
- *Verändern sich TeilnehmerInnen in ihrer sozialen Interaktion? Gibt es Veränderungen im Verhältnis zu den „aufgestellten“ relevanten Personen im KlientInnensystem? Welche Konsequenzen können daraus geschlossen werden?*

H6: Systemische Aufstellungen basieren auf multidirektionalen Wirkungsrichtungen und beeinflussen (indirekt) die Wahrnehmung und Mitwirkung an Interaktionsprozessen.

-Qualitätssicherung der Interventionsmethode: Liegt eine verfahrensspezifische Wirksamkeit vor? (systemisch-methodische Wirksamkeit)

H7: Die Aufstellungsmethodik eröffnet einen Weg, mithilfe der systemisch-therapeutischen Unterstützung das Seelenleben einer Person offenzulegen, indem unterschiedlich wirksame Dynamiken im System erkannt und im methodisch-dialogischen Vorgehen mit stellvertretenden Personen erarbeitet werden.

Diese hypothetischen Grundannahmen dienen im wissenschaftlichen Forschungsprozess als begleitende und fokuserorientierte Leitfragen.

METHODIK

Die anzuwendenden Methoden richten sich für diese empirische Arbeit auf die zu untersuchende Forschungsfrage, hypothetischen Überlegungen, so wie auf eine adäquate Nachvollziehbarkeit, um präzise Forschungsaussagen zu erhalten und diese wissenschaftliche Studie transparent zu gestalten. Die Wahl der qualitativen Methodik hat sich aus dem Forschungsthema- und Gegenstand entwickelt, wurde in Bezug auf die Anwendungsmöglichkeiten und vorhandenen Ressourcen zur Durchführung abgeglichen. Diese empirische Masterarbeit verfolgt eine qualitative Logik und Herangehensweise, die dem Versuch nachgehen, beschriebene Theorien hinreichend zu überprüfen. Diese ad-hoc Hypothesenbildung stellte sich für den wissenschaftlichen Erkenntniszweck als sehr bedeutsam dar, ist aber für diese qualitative Methodik eher als Weiterentwicklung der zustande kommenden Forschungsergebnisse anzusehen, um weitere Forschungszwecke zu modellieren.

Untersuchungsdesign

Die konzeptionelle Strukturierung der Masterarbeit und die Auswahl des Studiendesigns basiert auf logischen Überlegungen hinsichtlich des Forschungszwecks, um die aufgestellte Forschungsfrage bestmöglich zu beantworten. Dabei wird berücksichtigt, welche qualitativen Verfahren miteinander kombiniert werden können und inwieweit die ausgewählte Methodik verallgemeinerte Antworten zulässt, sich in der Anwendung als fehleranfällig erweist und welche Möglichkeiten bestehen, diese methodischen Grenzen und Limitationen auszugleichen.

Da das individuelle Erfahrungswissen, die subjektive Wahrnehmung und die individuelle Auseinandersetzung mit eigenen Problemkomplexen, sowie Mitteilungen zu Wandlungsprozessen der Seminar-TeilnehmerInnen im Vordergrund stehen, wurde die qualitative Erhebungsmethodik der quantitativen vorgezogen, um den wissenschaftlichen Umfang im Detailreichtum, in der Offenheit und in der Kontrastvielfalt zu erfassen. Die empirische Sozialforschung folgt einer einzelfallbasierten Erklärungsstrategie, welche nicht ausdrücklich das Ziel vor Augen hält, repräsentative Aussagen für eine Grundgesamtheit zu erreichen (Gläser & Laudel, 2010). Nichtsdestotrotz knüpft die

qualitative Forschung sehr nah am alltäglichen Geschehen in der Lebenswelt der befragten Personen an, um die Orientierung am Forschungsgegenstand beizubehalten. Die Untersuchung eines heterogenen, holistischen Forschungskontextes, der mithilfe von individuellen Merkmalen der untersuchten Personen analysierbar ist, verdeutlicht die Intention dieser wissenschaftlichen Arbeit. Wichtige Untersuchungsaspekte sind die Verifizierung und Rekonstruktion von persönlichen und sozialen Prozessen, Sachverhalten und Kontexten. Der Fokus liegt auf dem intra- und intersubjektiven Verstehen und Ermessen des Erlebens und Verhaltens, um innere Beweggründe, als auch kontextabhängige Strukturen und Muster mit einfließen zu lassen (Börtz & Döring, 2006).

Die vorherrschenden Gütekriterien einer empirischen Forschungsarbeit sind für diese Untersuchungsdurchführung diskutierbar. Da die Durchführung keinem statistischen Verfahren nach quantitativen Standards gleicht, unterliegen die Forschungsergebnisse keiner signifikanten Überprüfung und methodischer Kontrolle des Ursachen-Wirkungs-Zusammenhangs. Jedoch werden wichtige Kriterien wie die *Reliabilität*, die Zuverlässigkeit der Ergebnisse und Genauigkeit der Vorgehensweise; die *Validität*, die anzunehmende Gültigkeit und Relevanz der Ergebnisse, im Auswertungsverfahren berücksichtigt. Um die qualitative Methodik und ihre Bedeutsamkeit für diese Masterarbeit zu legitimieren, verhilft eine ausführliche und begründete Verfahrensdokumentation, den Forschungsprozess in seinen einzelnen Schritten nachvollziehbar zu gestalten.

Stichprobe

Die Zielgruppe beschränkt sich auf freiwillige Seminar-TeilnehmerInnen. Sowohl primäre, die noch nicht mit Aufstellungsseminaren vertraut waren, als auch sekundäre TeilnehmerInnen waren willkommen, um bei der empirischen Untersuchung mitzuwirken. Die Stichprobe umfasst vier Untersuchungspersonen, um die relevanten Daten für den qualitativen Erhebungs- und Auswertungsprozess bestmöglich zu erforschen und dabei dem Umfang einer wissenschaftlichen Masterarbeit weitestgehend gerecht zu werden. Vor dem Aufstellungsseminar im März wurden die angemeldeten Personen von der Psychotherapeutin angefragt, ob sie Interesse an der Teilnahme an

dieser empirischen Studie hätten. Hierbei wurde vor allem auf die Zielsetzung der Masterarbeit und auf die Bedeutung der wissenschaftlichen Erkenntnisse und des Nutzens verwiesen.

Da dieser qualitative Ansatz eine vergleichende Untersuchungsstrategie verfolgt, ist es anhand einer minimalen Fallauswahl trotzdem möglich, variationsreiche Effektbeschreibungen aus diesen voneinander unabhängigen Quellen hervorzubringen und die Einzelfälle untereinander zu vergleichen. Im Gegensatz zur quantitativen Erhebungsmethode sieht diese qualitative Vorgehensweise keine randomisierte und systematische Einteilung in vorgegebene Experimental- und Kontrollgruppen vor. Die kleine Stichprobe zeigt sich dennoch aussagekräftig genug, da das empirische Material anhand individueller Problemanliegen, Themenkomplexen, persönlicher Auskunftsbereitschaft und großer Involviertheit, sowie Lebenserfahrungen durch verschiedene Merkmalsausprägungen präsentiert wird und in die Untersuchung miteinfließen kann. Die Stichprobe basiert auf dem Freiwilligkeitsprinzip einer Art „Gelegenheitsstichprobe“.

Um die qualitative Erhebung unter naturalistischen und zweckorientierten Bedingungen zu vollziehen, wurden nach eigenen Überlegungen notwendige Ein- und Ausschlusskriterien definiert:

Einschlusskriterien

- (a) Mindestalter: 18 Jahre
- (b) aktive TeilnehmerInnen (AT): nicht nur BeobachterInnen im Seminar
- (c) Die Akzeptanz für eine am Seminar teilnehmende und gleichzeitig intensiv beobachtende Studentin, die Feldnotizen protokolliert
- (d) Die Bereitschaft zur Durchführung eines ausführlichen Interviews nach zwei Monaten. Dies impliziert, den Kontakt über einen längeren Zeitraum aufrechtzuerhalten.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

Ausschlusskriterien

- (a) Diagnose eines kritischen Zustands zum Zeitpunkt des Seminars, z. B. akute Suizidalität, psychotische Zustände oder Intoxikation.

Die demographischen Daten sind in folgender Tabelle übersichtlich zusammengefasst:

Tabelle 1

Zusammenstellung der demographischen Befragung

Stichprobenanzahl in Personen	4
Geschlechterverteilung	
männlich	1
weiblich	3
Alter in Jahren	
ProbandIn 1	41
ProbandIn 2	59
ProbandIn 3	34
ProbandIn 4	27
Nationalität	
Österreich	3
Deutschland	1
Familienstand	
Ledig	2
Partnerschaft	1
Geschieden	1
Anzahl der Kinder	-
Bildungsniveau	
Fachschule	1
Universität/ Fachhochschule	3

Derzeitige Beschäftigung/ Beruf	
ProbandIn 1	GrafikerIn
ProbandIn 2	SozialarbeiterIn
ProbandIn 3	Keine Beschäftigung
ProbandIn 4	PädagogIn
Teilnahme am Aufstellungsseminar	
1. Teilnahme (primär)	2
Wiederholung (sekundär)	2

Datenaufbereitung

Durch diese empirische Studie ist es möglich, die prozessualen Zusammenhänge des/der einzelnen ProbandIn im Erleben der eigenen (sozialen) Wirklichkeit, so wie Einstellungen und Reflexionen durch intervenierende Variablen rekonstruierbar zu machen und das Ursache-Wirkungsprinzip der Aufstellungsarbeit in hinreichender Exaktheit zu erfassen.

Für eine adäquate Datenerhebung und Untersuchungsdurchführung verfolgt die Masterarbeit eine explorative Einzelfallanalyse im Gruppensetting, die zur Erkundung des Gegenstandsbereichs und zur Auseinandersetzung der jeweiligen persönlichen Problemthemen dient. Es zeigt sich als eine systematische, forschungsbasierte Informationssammlung, bei der der gewünschte Wissenserwerb anhand der ProbandInnen, die mithilfe ihrer eigenen Aufstellungserfahrung als ExpertInnen dienen, ermöglicht wird. Die qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring weist im Auswertungsverfahren ebenfalls einen explorativen und beschreibenden Charakter auf, um das gesamte Datenmaterial zu erfassen (Mayring, 2016). Anhand dieser ausgewählten Einzelfälle sind nicht immer zwingend verallgemeinerte, gültige Aussagen operationalisierbar, jedoch können vorliegende Theorien mit Einzelfallstudien falsifiziert, alternative Überlegungen angebracht und die individuelle, als auch soziale Realität in ihren Kommunikationsprozessen überprüft werden (Mayring, 2016).

Mithilfe des Kontaktansuchens einer systemischen Psychotherapeutin in Wien und ihrer großzügigen Zusammenarbeit konnte diese Art von Evaluation ermöglicht werden.

Das Aufstellungsseminar mit dem Thema „Verbunden sein und dennoch frei“, von 10. bis 11. März 2017, wurde für diese wissenschaftliche Feldstudie ausgewählt. Das Aufstellungsseminar basierte auf einem 2-tägigen Interventionsprogramm, das von der systemischen Psychotherapeutin geleitet wurde. Die Problemdarstellung- und Bearbeitung, die Besprechung von Zielvorstellungen, so wie die Erforschung der ursachenrelevanten Aufstellungseffekte wurden angestrebt. Des Weiteren wurde erkundet, wie intrapsychische als auch begleitende somatische Vorgänge durch das therapeutische Setting wirksam beeinflussbar sind.

Die Prozess- und Erfolgsdiagnostik der Studie wird verwirklicht durch einen explorativen Vergleich mithilfe des halbstrukturierten Interviews am Ende der Datenerhebung. Einerseits liegt die Betonung auf dem Vergangenheitsbezug, sodass Prozesse rekonstruiert und deren Wirkungsmechanismen in die gegenwärtige Situation miteinfließen können. Andererseits geht es auch um die praktische Vorgehensweise, bei der qualitative Methoden miteinander kombiniert werden, um Stärken und Schwächen der gesamten Studie auszubalancieren. Demnach gliedert sich der Untersuchungsablauf für die ausgewählte Stichprobe in drei Erhebungsphasen.

Untersuchungsinstrument und Phasen der Datenerhebung

Die direkte Auseinandersetzung mit den ProbandInnen in der Feldaufstellung und einem nachfolgenden Erhebungszeitpunkt, lassen den Forschungsgegenstand und die relevanten Untersuchungsvariablen im induktiven und deduktiven Verfahren erschließen. Hierzu zählen sowohl manifeste Variablen, die auf der direkten Beobachtung durch die Forscherin beruhen, als auch latente Merkmale, die anhand der Hypothesenprüfung auf ihre Richtigkeit verifiziert werden. Der Hauptfokus dieser wissenschaftlichen Untersuchung liegt auf der Befragungstechnik, um einerseits das Erleben und Empfinden der ProbandInnen während der systemische Aufstellung aufzuzeichnen, als auch nachwirkende Prozesse zu verfolgen und festzuhalten. Diese qualitative Herangehensweise orientiert sich an der *Grounded Theory* von Glaser und Strauss, die sich als Theoriegerüst für diesen wissenschaftlichen Erhebungsprozess anwenden lässt (Strauss, 1994).

Prä- Zeitpunkt: Das Vorgespräch

Ein Vorgespräch wurde mit zwei ProbandInnen vereinbart, welches als Anamnesegegespräch und als therapeutische Abklärung diente und von der systemischen Psychotherapeutin durchgeführt wurde. Ein Vorgespräch war nicht verpflichtend für die TeilnehmerInnen. Es diente lediglich als persönliche Stütze und zum Einfinden in den Therapieprozess. Es stellt sich als eine hilfreiche Annäherung heraus, sofern ein Aufstellungsseminar zum ersten Mal besucht wird. Da sich nur zwei ProbandInnen freiwillig zum Vorgespräch gemeldet haben, können auch nur diese Daten in den Forschungsprozess aufgenommen werden. Für die wissenschaftlichen Ergebnisse ist es seitens der Forscherin dennoch sinnvoll, diese zwei Prä- Post-Zeitpunkte für die Fallstudien näher anzubringen, um die vorliegenden Erkenntnisse in ihrem Endeffekt zu bekräftigen. Die Untersuchungsdurchführende selbst war bei den Gesprächseinheiten nicht anwesend. Jedoch wurde der Fragenkatalog, der von der Therapeutin als Leitfaden genutzt wurde, von ihr selbst erstellt und in therapeutischer Zusammenarbeit strukturiert und für ein zielorientiertes Gespräch ausformuliert. Das Protokoll befindet sich zum Nachlesen samt Fragestellungen im Anhang.

Diese vorgezogene Gesprächseinheit dient dem wissenschaftlichen Zweck, die qualitativ erfassbaren Aussagen mit den Hauptaussagen des Interviews des/der gleichen ProbandIn nach einem 2-monatigen Verlauf zu vergleichen und Ergänzungen anzubringen, um eine bestmögliche Einzelfallanalyse für die Forschungsfrage durchzuführen. Im Weiteren wird diese auch in die gesamtheitliche Interpretation miteinbezogen. Dieses Vorgespräch ermöglichte den primären Zugang zur Introspektion der ProbandInnen, die für dieses Aufstellungssetting und die ausführliche Analyse des eigenen Denkens, Fühlens und Handelns von großer Bedeutung ist. Ein erster Einblick in die Selbsterkundung, Problemorientierung, sowie in Reflexionen, wie der/die Einzelne sich im Umweltsystem eingebettet sieht, konnten gewährt werden, um Wechselwirkungen und den Umgang mit anderen Menschen zu beleuchten.

Zu Beginn der eigenen Aufstellung im Seminar wurden diese subjektiven Aussagen im kurzen therapeutisch-narrativen Dialog wieder aufgegriffen und für die anderen TeilnehmerInnen im Gruppensetting offen dargelegt.

Eine nicht-teilnehmende offene Feldbeobachtung

Da es sich um ein zeitaufwendiges Beobachtungsverfahren handelt, waren für diese Forschungsarbeit wenige Fälle plausibel und für die Beantwortung des Forschungsthemas in Absprache legitimiert. Diese Feldbeobachtung grenzt sich von einer reinen Alltagsbeobachtung ab und wurde mit detaillierten Feldnotizen vervollständigt. Die systematische Beobachtung der vier Untersuchungspersonen setzte einen klar definierten und vorüberlegten Beobachtungsplan voraus, der bestimmt, was in den Aufmerksamkeitsfokus gelangt und wie das beobachtete Material letztendlich gedeutet wird.

Der zu beobachtende Bezugsrahmen unterliegt nur einem bestimmten Auszug der realen Gegebenheit (Strauss, 1994). Für die wissenschaftliche Genauigkeit der Untersuchungsergebnisse spielte die Selektion bestimmter Beobachtungssegmente eine tragende Rolle, da sich die Aufstellungen als komplexe Einheiten herausstellten. Für die beobachtende Untersuchungsführerin war es das Ziel, den Beobachtungsgegenstand auf das Wesentliche zu reduzieren, um somit ein schlüssiges Gesamtprotokoll zusammenzustellen.

Zum Beobachtungsräum zählte der/ die ProbandIn selbst als aufstellende Person; die RepräsentantInnen, die ausgewählt wurden; die Aufstellungsleiterin und Therapeutin (je nachdem, ob sie als Leiterin wahrgenommen wird oder als Teil des Aufstellungsprozesses). Die Untersuchungsdurchführerin fokussierte sich auf drei Beobachtungsebenen, die in Abklärung mit der systemischen Therapeutin als höchst relevant für das Verständnis für die Prozess- und Stellungsarbeit anzusehen sind: die Körperebene, die Gefühlsebene und die Atmosphäre im Aufstellungssetting und- Raum mit den anderen TeilnehmerInnen.

Um diese Erkenntnisse für den späteren Vergleich des Interviewmaterials und eine facettenreiche, gesamtheitliche Interpretation der Ergebnisse heranzuziehen, war es sehr wichtig, den Zusammenhang zwischen Bedingungen, Verläufen und Wirkungen im Aufstellungsprozess im Detail zu analysieren und zu protokollieren. Hierzu zählte auch die Mitanalyse der letzten Besprechungsrunde am Ende des Aufstellungsseminars. In dieser Gruppensitzung, in der jede/r TeilnehmerIn noch einmal seine/ihre eigene Zustandsbeschreibung, Sichtweisen, Veränderungswahrnehmungen und

Zukunftswünsche aussprach, konnte ein Wirkungsverlauf und das Nachhaltigkeitsgefühl durch Nachfragen ebenfalls überprüft werden.

Post-Zeitpunkt: Die mündliche Befragung

Das Hauptanliegen dieser empirischen Studie ist die mündliche Nachforschung drei Monate nach erfolgtem Aufstellungsseminar. Um die längerfristige Auswirkung der systemischen Aufstellung auf den/die Einzelne zu überprüfen, wurden die gegenwärtige Lebenssituation und gesammelten Erfahrungen über diesen Zeitverlauf untersucht. Eine Post-Untersuchung nach einem halben- bis zu einem ganzen Jahr, sowie weitere Untersuchungszeitpunkte in der Zukunft wären für die wissenschaftliche Erkenntnis zum größeren Vorteil, jedoch war dies im Rahmen der Masterarbeit nicht praktikierbar. Diese Art vom längsschnittlichen Studiendesign wäre für weitere Studien in Betracht zu ziehen, um die Nachwirkungen von Aufstellungsseminaren in Bezug auf den zeitlichen und räumlichen Faktor noch konkreter zu erfassen.

Die qualitative Sozialforschung orientiert sich bei der Durchführung von Interviews an unterschiedlichen Struktur- und Prozesskomponenten (Bortz & Döring, 2006). Da es bei dieser Masterarbeit um die Abbildung der subjektiven, als auch sozialen Theorien geht, wurde das halbstandardisierte Leitfadeninterview zum Informationsgewinn aller relevanten Sachverhalte, die für eine Stellungnahme auf die Forschungsfrage notwendig sind ausgewählt. Mit einer beschränkten, standardisierten Befragungstechnik ist ein detailreiches Antworten-Spektrum eher auszuschließen (Gläser & Laudel, 2010). Der systematisch aufgebaute Leitfaden weist eine klare Struktur auf. Des Weiteren war die Interview-Atmosphäre an einer neutralen Gleichstellung zwischen InterviewerIn und Befragungsperson orientiert, was mithilfe des teilstrukturierten Vorgehens leichter und flexibel auszuführen war.

Zunächst wurde der universale, gegenstandsorientierte Interviewleitfaden mit einem offenen und geschlossenen Fragenmodus erstellt. Die interviewten Personen unterscheiden sich weitestgehend in ihrer Expertise von eigenen Lebensgeschichten, in ihren persönlichen Themen und in persönlichen Erfahrungen mit den Aufstellungseinheiten- und Prozessen. Der Interviewleitfaden diente als Basis des gesamten Kommunikationskontextes und demzufolge als unterstützendes

Orientierungsmittel in der Gesprächsführung. Mit Hinblick auf die zu untersuchenden Forschungshypothesen- und Konstrukte konnten die Antworten gezielt auf die a-priori festgelegten Fragen gelenkt werden (Gläser & Laudel, 2010). Des Weiteren knüpft das halbstandardisierte Interview auf die Werte von Offenheit und Klarheit an, sodass Vertrauen entwickelt wird und die Untersuchungsführerin je nach Kontext individuell und flexibel auf die ProbandInnen eingreifen und sie führen kann. Diese offene Vorgehensweise kann sich animierend auf das Verhalten und auf Reflexionsanregungen der interviewten Personen auswirken. Beim Formulieren der Leitfragen ist die Dimension der Klarheit dem Maß an Offenheit vorzuziehen, um die anschließende Vergleichbarkeit zwischen den ProbandInnen zu gewähren (Gläser & Laudel, 2010). Es ist auch von Bedeutung, frei und narrativ berichten zu lassen und falls notwendig, im Nachhinein auf bestimmte Aussageinhalte erneut einzugehen, um eine umfassendere Beschreibung von Phänomenen und Betrachtungsweisen zu erhalten. Rück- und Zusatzfragen präzisieren dabei die angelegten Hauptfragen und führen zu einem höheren Informationsgehalt der relevanten Untersuchungsmerkmale.

Die ausgewählte Befragungsmethode legt zusätzlich großen Wert auf eine Problemzentrierung (Diekmann, 2002). Mithilfe dieser Art von Interviewführung, welche den Fokus auf eine inhaltlich-ideenreiche Hinführung zur Antwortgabe legt, war es möglich, biographische Erzählungen in Bezug auf die Problembereiche anzuregen, die ProbandInnen 'in-sich-gehen' -zu lassen, erkenntnisbringende Lernprozesse und Veränderungsmuster aufzuzeigen, sich ihrer Affekte und Kognitionen bewusst zu werden, sowie den persönlichen und sozialen Kontext im Detail zu erörtern (Gläser & Laudel, 2010).

Die einzelnen Fragen wurden in Relation zur Forschungsfrage und aus den theoriegeleiteten Hypothesen erstellt. Damit wurde gewährleistet, dass das Forschungsthema hinreichend untersucht wird. Die Struktur des Leitfadens basiert auf einer inhaltlichen Passung und einer zeitlich chronologischen Reihenfolge. Infolgedessen galt der Leitfaden auch als hilfreiche Stütze für die Aufbereitung des nachfolgenden Auswertungsprozesses, da die fragenbasierten Themenschwerpunkte dem a-priori erstellten Kategoriensystem der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring zugeordnet wurden. Daraufhin konnte überprüft werden, ob jede einzelne Frage erwünschte und inhaltsrelevante Antworten liefern kann.

Diese Systematisierung ging mit wichtigen Vorüberlegungen einher. Vor allem musste berücksichtigt werden, welche Informationen überhaupt zu verbalisieren und in diesem Gesprächskontext kommunizierbar sind.

Organisatorische Rahmenbedingungen und Durchführung

Die vier ausgewählten ProbandInnen wurden im Zeitraum vom 17.05.2017-23.05.2017 interviewt. Bei zwei ProbandInnen fand das Gespräch in der eigenen Wohnung der Untersuchungsdurchführerin statt und bei den anderen beiden in den jeweiligen eigenen Wohnräumlichkeiten. Somit konnte abgesichert werden, dass der Aufwand für die Interviewsituation möglichst geringgehalten und Störungseinflüssen minimiert werden konnten. Die Interviewdauer der vier Gesprächseinheiten belief sich auf 44 Minuten bis 1 Stunde und 25 Minuten. Dieser zeitliche Variationsumfang entstand aus dem jeweiligen Gesprächsverlauf, der Wiedergabe- und Auskunftsfreude des/der Probandin, der Compliance und dem sich entwickelnden Beziehungsverhältnis, sowie dem Ausmaß des inhaltlichen Themengebietes. Zu Beginn wurde eine Einverständniserklärung zur auditiven Aufnahme des Gesprächs unterschrieben und die demographischen Variablen der ProbandInnen erfasst. Vorab wurde hierfür die Einverständniserklärung des/der InterviewpartnerIn eingeholt.

Um die gesamte Interviewsituation für die Interviewerin zu erleichtern, wurde das Gespräch mithilfe eines Tonträgergeräts aufgezeichnet, um eine realitätsgetreue, präzise und fehlerlose Rekonstruktion des Kommunikationsprozesses zu erfassen. Mithilfe dieser auditiven Begleitung wurden im weiteren Verlauf die jeweiligen Transkripte erstellt, die als Bezugsquelle für die wissenschaftliche Forschung zur Geltung kommen. Nach jedem Interview war es eine große Stütze, ein persönliches Postskriptum zu erstellen, um die eigenen Gedanken zu notieren und Anmerkungen, sowie personale, als auch inhaltlich-thematische Auffälligkeiten zu den einzelnen Fallanalysen festzuhalten. Diese wichtigen Ergänzungen können in den weiteren Codierungsprozess und in die Interpretationsanalyse eingebracht werden (Gläser & Laudel, 2010).

Auswertungsverfahren

Der Fokus liegt zunächst auf der Aufbereitung der jeweiligen Interviewinhalte, indem das gesammelte Audiomaterial transkribiert und nach qualitativen Auswertungsmethoden zur Anwendung kommt. Da es bei dieser wissenschaftlichen Arbeit nicht nur um eine generalisierende Forschungslogik geht, sondern auch die diskrete Falldarstellung im Mittelpunkt steht, wird versucht, jede der drei angeführten Erhebungsphasen miteinzubeziehen. Dabei ist es nützlich, die thematischen Auffälligkeiten zu kodieren und das gesammelte Datenmaterial miteinander zu vergleichen. Aus dem Anamnesegespräch können verbale, sowie nonverbale Informationen festgehalten werden. Diese Daten können mithilfe von Äußerungen im Aufstellungsseminar, sowie der teilnehmenden Feldbeobachtung, den aufbereiteten Feldnotizen eingeordnet und mit der Abschluss- und Zustandsbeschreibungsrunde im Seminar erweitert werden. Diese Zusammenstellung kann mit den Transkripten des Leitfadeninterviews und der darauffolgenden Inhaltsanalyse für den wissenschaftlichen Forschungsprozess abgerundet werden. Individuellen Beschreibungen und effektiven Veränderungsprozesse der ausgewählten TeilnehmerInnen stehen im Vordergrund.

Die qualitative Inhaltsanalyse strebt die systematische Interpretation von manifesten und latenten Aussageinhalten an, wobei besondere Rücksicht auf die differenzierten Sichtweisen der zu untersuchenden Personen genommen wird (Bortz & Döring, 2006). Nach Mayring (2003) ist es besonders bedeutsam, Transparenz innerhalb des Auswertungs- und Interpretationsprozesses beizubehalten. Insofern basiert die Analyse auf Regeln, welche die durchzuführenden Schritte im Forschungsprozess überprüfbar, anpassbar und zur Bearbeitung offenlassen. Aus den einzelnen Durchführungsschritten erstreckt sich ein systematischer Kreislauf durch das mehrfache Materialdurchgehen, den es immer wieder aufs Neue zu überprüfen und falls notwendig, zu korrigieren gilt (Mayring, 2000).

Für die Interpretationsanalyse des vorliegenden empirischen Materials wurden zwei Grundformen nach Mayring in Anwendung gebracht, um den Auswertungsprozess nach qualitativen Richtlinien zu gestalten (Mayring, 2016). Zunächst wurden wichtige Informationen strukturiert, indem Kategorien erstellt, geordnet und nach spezifischen Regeln bewertet wurden, ob diese auch hypothesenkonform sind und die

zugrundeliegende Forschungsfrage beantworten lassen. Mithilfe dieser Kategorienbildung wurde das Material zusammengefasst, reduziert und durch Generalisierung abstrahiert, um einen ganzheitlichen Datenüberblick zu schaffen. Die *Explikation*, eine zusätzliche Interpretationskomponente, die Mayring in seiner qualitativen Inhaltsanalyse anführt, ist für diese Masterarbeit nicht notwendig, da keine zusätzlich zu recherchierenden Informationen für das vorliegende Interviewmaterial notwendig sind, um die relevanten Textstellen in ihrem Ausmaß hinreichend zu beschreiben.

Kategorienbildung

Die a priori festgelegten Leitfadencategorien dienen im Analyseverfahren als Auswertungscategorien. Dieses „Kategoriensystem“ stellt die Basis der strukturierenden Inhaltsanalyse dar. Mayring (2010) bezeichnet dies als „Codierleitfaden“. Anhand dessen und in Abhängigkeit von der Kategorienanzahl werden die wichtigsten Textinhalte der jeweiligen Transkripte für die Beantwortung der Forschungsfrage herausgefiltert, das Material reduziert, um Gemeinsamkeiten und Unterschiede in den Aussagen der ProbandInnen zu entdecken (Gläser & Laudel, 2010). *Codierregeln* sind eine große Unterstützung, die Kategorien untereinander trennscharf zu halten. Einzelne Textabschnitte werden demnach spezifisch je nach Aussagegehalt zu einer Kategorie zugeordnet. Dies entspricht dem *Genauigkeits- und Exklusivitätskriterium*, das besagt, dass angeführte Kategorien genau definiert sein müssen, um sich bei der Zuordnung gegenseitig auszuschließen (Bortz & Döring, 2006). Beim Ablauf beruht die Inhaltsanalyse auf weiteren Regelwerken, die das empirische Material präzisieren und den Auswertungsprozess transparent und nachvollziehbar halten. Dazu zählt einerseits die *Paraphrasierung*, bei der „codiert“ wird und einzelne Aussagen auf den wichtigsten Inhalt ausformuliert werden. Diese umgeschriebenen Textstellen werden dann der passenden Kategorie zugeordnet. Im weiteren Schritt werden diese Paraphrasen generalisiert, um ein einheitliches Abstraktionsniveau zu erhalten, das den Informationsgehalt der Textstellen sinngemäß auf einer verallgemeinerten Verständnisebene wiedergibt (Mayring, 2003). Aufgrund dieser Zusammenführung kann das Material weiter reduziert werden, indem redundante Paraphrasen gestrichen oder

ähnliche zu einer einzigen gebündelt und die bedeutungsvollen Inhalte zweifelsfrei für den weiteren Auswertungsprozess selektiert werden, bis eine endgültige Zusammenstellung des anzuwendenden Kategoriensystems erreicht ist. Nach Mayring (2003) stellt sich dieser regelbasierte Ablauf das Ziel, die subjektiven, alltagsgängigen Aussagen der Interviews auf eine wissenschaftliche Sprachebene zurückzuführen, um das Forschungsgeschehen in seiner Ganzheit stimmig abzurunden.

Die kategorienbasierte Auswertung folgt nach Mayring (2010) dem deduktiven oder induktiven Schluss. Der oben beschriebene Auswertungsschritt stellt die deduktive Kategorienentwicklung dar, bei der die Kategorien aus den theoretischen Vorannahmen entstanden sind. Um die qualitativen Merkmale erschöpfend zu quantifizieren, wurden auch neue induktive Kategorien, die bei einzelnen Hauptkategorien als einzelne Unterkategorien aufscheinen, am Material selbst gebildet. Somit können relevante Informationen in ihrer Gesamtheit aus den Aussageinhalten extrahiert und am Ende des Forschungsprozesses mit den theoretischen Erkenntnissen verknüpft werden (Gläser & Laudel, 2010).

Kategorienbezeichnung

Um Einsicht in die Leitfadenstruktur zu erlangen, sind die Fragen des Interviewleitfadens mit den zugehörigen deduktiven Kategorien im Anhang einsehbar. Im Folgenden werden nun die verwendeten Kategorien tabellarisch angeführt. Die genaue Definition und Beschreibung jeder einzelnen Kategorie, so wie Ankerbeispiele für das Vorgespräch, als auch für die Interviews, sind aufgrund ihres Umfangs ebenfalls im Anhang einsehbar. Insgesamt sind neun Oberkategorien zur Anwendung gekommen, die jeweils in weitere Unterkategorien gegliedert wurden:

Tabelle 2

Selbst erstelltes Kategoriensystem

Ziffer	Oberkategorie (OK)	Unterkategorien (UK)
1	Motive für die Teilnahme am Aufstellungsseminar	1. Beweggrund 2. Erwartungshaltung
2	Prozessarbeit	1. Veränderung - Subjektiver Erlebenszustand - Umgang mit Gefühlen und Gedanken - <i>Erleichterung (i)</i> - Psychischer Verarbeitungsprozess - <i>Klarheit (i)</i> - <i>Erkenntnisvorgang (i)</i>
3	Konfliktbewältigung	1. Copingmechanismus - Erinnerung an die Aufstellung - Umsetzung von erarbeiteten Bewältigungsstrategien
4	Allgemeines Wohlbefinden	1. Körperliche Befindlichkeit 2. Psychische Befindlichkeit 3. Steigerung im Wohlbefinden
5	Konstruktivistisches Denken und Handeln	1. Lebens- und Willenskraft 2. Realitätsbewusstsein 3. Stagnation und/oder Rückgang 4. Ressourcenorientierung
6	Ziel- und Lösungsorientierung	1. Einklang mit Lösung(sweg) 2. Ziel- und Lösungsalternativen

7	Einfluss der Umwelt und Interaktionsprozesse	1. Loyalitätsverpflichtungen 2. Veränderungen in der Umwelt 3. Ressource oder Risikofaktor
8	Therapeutische, methodische, systemische Balance	1. Therapeutische Allianz - Persönlichkeitseigenschaften - Therapeutische Arbeitsweise 2. Methodisches Vorgehen - Räumliches Aufstellungsbild - Rollenübernahme - <i>Miterleben (i)</i> - Sprachliche Kommunikation - <i>Rollenauswahl (i)</i> - Gruppensetting
9	Selbsterkundung und Selbstmanagement	1. Selbstwahrnehmung - Innere Ausrichtung - Sinn- und Identitätsfindung - Persönliche Reifung - <i>Achtsamkeit (i)</i>

Anmerkung. Die Unterkategorien sind aufgrund des Detailreichtums an subjektiven Aussagen in weitere Unterpunkte gegliedert, um eine differenzierte Ergebnisdarstellung zu gewähren. Die kursiv hervorgehobenen Untergliederungen stellen die induktiv gebildeten Kategorien dar.

Das zuvor beschriebene Exklusivitätskriterium kann bei dieser Kategorienzusammenstellung aufgrund einer detaillierten Ausarbeitung nicht vollständig zum Tragen kommen. Bei den Materialdurchgängen zeigten sich Überschneidungen beim Codieren und somit ist eine vollkommene Trennschärfe zwischen den einzelnen Kategorien nicht ganz gewährleistet. Jedoch ist das subjektive Beurteilungsvermögen der Forscherin in den Mittelpunkt gerückt, um diese methodische Vorgehensweise in seiner

Gesamtheit und in der Bezugnahme auf bestehende Zusammenhänge zu rechtfertigen. Das Forschungsthema setzt das Ziel, wirksame Mechanismen zu untersuchen, die in der Summe aller kategorialen Einheiten erfasst werden. Zunächst einmal sollte die Begrifflichkeit „Veränderung“ in Bezug auf die prozessualen Aufstellungsphänomene in Betracht gezogen werden. So gut wie jede einzelne gebildete Kategorie beinhaltet eine Veränderungskomponente, die von den ProbandInnen in unterschiedlicher Art und Weise beschrieben wird. Gerade auch die prozessuale Veränderung in Hinblick auf die eigene *Selbsterkundung und Selbstmanagement, Ziel- und Lösungsorientierung, Konfliktbewältigung* sowie im *Konstruktivistischen Denken und Handeln* zeigen Überschneidungen im kategorialen Definierteitsmaß. Eine selbst wahrnehmbare Veränderung steht auch im engen Zusammenhang mit der körperlichen und geistigen Befindlichkeit. Demnach sind der Umgang und die *Konfliktbewältigung* eng verknüpft mit der körperlich-psychischen Wahrnehmung von Negativität und dem resultierenden *allgemeinen Wohlbefinden*. Des Weiteren haben der *Einfluss der Umwelt und Interaktionsprozesse* eine große Bedeutung für die *Konfliktbewältigung* von bestimmten Lebenserfahrungen und Ereignissen, die das Problemanliegen erschweren. Die *Ressourcenorientierung*, als definierte Unterkategorie im *Konstruktivistischen Denken und Handeln*, kann auch für die Wahrnehmung der *eigenen Umwelt und Interaktionsprozesse*, die protektive Faktoren für die Person präsentieren, herangezogen werden.

Um den wissenschaftlichen Forschungsprozess nach diesen Anmerkungen weitestgehend transparent und regelgeleitet fortzuführen, musste die Aufmerksamkeit auf die Gewichtung der inhaltstragenden Textstellen gelegt werden. Je nachdem, für welche Kategorie eine Aussage passender erschien, wurde diese nach logischem Schlussfolgern und unter Rücksichtnahme auf die Beantwortung der Forschungsfrage zugeordnet.

ERGEBNISDARSTELLUNG

Anhand des kategorienbasierten Vorgehens kann eine ausführliche Auswertung und argumentative Interpretation der Studienergebnisse abgesichert werden. Nach theoriegeleiteten Vorschlag von (Kuckartz, Dresing, Rädiker & Stefer, 2008) wurden die relevanten Textstellen nach der kategorienspezifischen Einordnung je nach Aussagegehalt pro Kategorie zusammengefasst, miteinander verglichen und die Häufigkeit von Aussageinhalten erfasst. Somit konnten Auffälligkeiten, Gemeinsamkeiten oder spezifische Muster herausgearbeitet werden, die nun in diversen Ergebnisabschnitten angeführt werden.

Beschreibung der Kernergebnisse pro Kategorie

In diesem Abschnitt geht es vor allem darum, die subjektiven, alltagssprachlichen Aussagen der ProbandInnen wieder in generalisierbare Aussagen umzuwandeln, um die erkennbaren Zusammenhänge in einem angemessenen Grad an Wissenschaftlichkeit auszudrücken. Es werden detaillierte Bezeichnungen wie z.B *Prb 1, 1/14*- was für dieses Beispiel „ProbandIn 1, Seite 1 und Zeile 14“ im Transkript der jeweiligen Interviewperson bedeutet und auffindbar ist- als Ankerbeispiele herangeführt, um einzelne Auffälligkeiten hervorzuheben und um die befragten Personen mithilfe dieser persönlichen Zitate „selbst [noch einmal] zu Wort kommen zu lassen“ (Kuckartz et al. 2008).

Kernaussagen der Kategorie 1: Motive für die Teilnahme am Aufstellungsseminar

Für die erstellte Unterkategorie 1 *Beweggrund*, ist eine nahezu 100%- Übereinstimmung aller vier ProbandInnen anzuführen. Alle 4 TeilnehmerInnen sagen aus, dass der „Anreizpunkt“ (Prb1, 1/14) und die „eigene Notwendigkeit“ (Prb 2,1/3) für die Teilnahme am Aufstellungsseminar ihr eigenes Problemanliegen war, das sich als schwierige Angelegenheit manifestiert hat. Es war der Wunsch da, bestimmte Themen im Aufstellungsseminar zu behandeln (Prb 4, 1/10-12), sowie einen ersten Schritt zum

Verarbeitungsprozess (Prb1, 1/9) einzuleiten, Verständnis für Vorgänge zu erhalten und diese zu analysieren. Zwei ProbandInnen sahen den Anlass in ihrem egozentrischen Bedürfnis, den Leidensdruck mit der Teilnahme zu minimieren. Die zwei anderen haben sich aufgrund ihrer Vorerfahrung mit Aufstellungen zur Teilnahme entschlossen oder wurden von Mitmenschen überzeugt, die ebenfalls Erfahrungen damit gemacht haben.

Zur Unterkategorie 2 *Erwartungshaltung* haben sich die ProbandInnen je nach Aufstellungserfahrung und derzeitigen Anliegen unterschiedlich geäußert. Das Aussagenspektrum reicht von einem unvoreingenommenen „Ausprobieren wollen“ (Prb1, 1/7; Prb4, 1/6-7) bis hin zu den „großen Erwartungen“ (Prb2, 1/15-16), also der Hoffnung, Trost, Befreiung und Heilung zu finden. Alle vier ProbandInnen sind auch der Meinung, dass die Aufstellung Wege eingeleitet hat, um das Konflikthanliegen zu lösen und etwas Bedeutsames ans Licht gekommen ist (Prb2, 1/21-22). Vor allem der/die ProbandIn ohne jegliche Vorerfahrung zeigte sich sehr überrascht, dass das Aufstellungsgeschehen sehr stark gewirkt hat und Wahrnehmungen mit fremden Personen in diesem Ausmaß spürbar wurde.

Kernaussagen der Kategorie 2: Prozessarbeit

Im Allgemeinen beschreiben alle vier ProbandInnen, dass sich eine nachwirkende Veränderung über die Zeit sehr offensichtlich erkennbar gemacht hat: „[...]merke ich schon, dass sich etwas verändert hat. Aber es ist alles wie gesagt sehr frisch und das dauert noch, bis ich da drinnen bin in dem Ganzen“ (Prb3, 6/210-211). Die Wirkung der Aufstellung würde sich vor allem in der Bewusstseinsstärkung, sowie heilenden Erfolgserlebnissen zeigen, als auch, dass sich der Lösungsweg auf anderen Zugangsebenen ersichtlich macht. Ein/e ProbandIn formulierte diese wahrgenommene Wirksamkeit sehr deutlich: „War mithilfe der Aufstellung einfach noch einmal ein extremes Hinschauen und Bestärken, dass ich alles noch einmal klarer sehe“ (Prb3, 14/523-524). Die Veränderungswahrnehmung wird als individueller Lernprozess angesehen, welcher sich jedoch nach Aussagen aller ProbandInnen in einem stetigen Aufbau und in einer Richtungsgabe zur ganzheitlichen Umsetzung zeigt. Das Konflikthanliegen hat sich demnach reduziert, braucht jedoch noch Zeit zur Weiterverarbeitung. Durch die Aufstellung erlangte man auch keine 100%-

Persönlichkeitsumwandlung (Prb1, 6/190), jedoch haben die erlangten Komponenten wie Offenheit, Direktheit und Ehrlichkeit (Prb 4, 2/43-45) einen großen Teil zur Besserung beigetragen.

Zum *Subjektiven Erlebenszustand* äußerten sich die ProbandInnen ziemlich übereinstimmend. Die innere Balance sei durch starke Emotionalität und einen innerlichen stetigen Verarbeitungsprozess beeinflusst (Prb1, 14/482-85) und der eigene Einfluss auf die Lösungsumsetzung sei nicht nur geistig bedingt, sondern wird auch durch das Spüren und Mitempfinden aufrechterhalten (Prb2, 9/340-341). Hieran zeigt sich, wie sehr das Erleben während der Aufstellung mit der geistigen Verarbeitungskomponente zusammenhängt. Die Aufstellungsarbeit wird als positives Gefühlserlebnis (Prb1, 4/111-112) beschrieben, das aufgrund des intensiven emotionalen Eingebundenseins, Berührtseins und Wiedererkennung von Geschehnissen (Prb4, 2/65-67) zu einer Bandbreite von Emotionen, Impulswahrnehmung, Auflösungen und zu Kaskaden an Offenbarungen (Prb1, 7/249-250) führt. Der Konflikt wurde in der eigenen Aufstellung durchlebt, um nun gelöst sein zu können (Prb3, 7/250-251). Vor allem wird auch das überwältigende Gefühl von überraschenden, schockierenden, unbekannten Aufstellungsinhalten, die ohne Erzählungen zum Vorschein kommen, als sehr positiv empfunden (u.a Prb1, 3/68-70). Dies ist durch die direkte Konfrontation und Verbalisierung der Geschehnisse möglich. Andererseits evozieren diese emotionalen Überraschungseffekte auch Unbehagen und Unwohlsein, da neue und unerwartete Erkenntnisse ans Licht geraten sind.

Der *Umgang mit Gefühlen und Gedanken* wurde durch die positiven Erlebnisse leichter eingestuft. Vor allem das Verankern einzelner individueller Szenen (Prb2, 2/34), die eigene Protokollierung der Aufstellung im Nachhinein, als auch der Besitz und das Durchlesen der erhaltenen Feldbeobachtungs-Protokolle von der Untersucherin, werden als hilfreiche Unterstützung angesehen und tragen zur positiven Veränderung bei (Prb 4, 5/190-191). Die Aufstellung verhalf zum Verzeihen und Akzeptieren (Prb3, 5/168-169) sowie zur Reduzierung von bestimmten Bedürfnissen. Für die ProbandIn 4 war es auch sehr wichtig, nach dem Seminar über die Aufstellungsprozesse sprechen zu können, um es auf sich wirken zu lassen, ohne dabei Tränen zu vergießen „*ich konnte normal darüber erzählen. Und habe das auch geschafft, ohne gleich loszuweinen.*“

Einerseits wurde die eigene Aufstellung als eine Mischung aus Emotionsfacetten wie Erschütterung, Aufgewühltsein, Trauer und Glücklichein zusammengefasst, andererseits wurde auch die bedeutende Veränderungskomponente von *Erleichterung* bei einzelnen Aussagen betont. Da Neues offenbart wird, Bewältigungsstrategien ihren positiven Anklang finden und stetiges Grübeln und Infragestellen nachgelassen haben, konnte sich bei allen vier ProbandInnen ein gewisser Grad an Leichtigkeit und befreiendem Gefühl einstellen. So äußert sich zum Beispiel eine Person: „[...]aufgrund dieser Glaubenssätze, die ich jetzt angenommen habe und auch merke, dass eine Erleichterung da ist“ (Prb3, 9/326-327).

Dieses Gefühl der Erleichterung geht auch mit der Unterkategorie des *Psychischen Verarbeitungsprozesses* der ProbandInnen einher. Die Aufstellungsarbeit wird als tiefgehender Wahrnehmungs- und Verarbeitungsprozess dargestellt, der zum Beispiel familiengeschichtliche, generationsübergreifende Aspekte ans Licht treten lässt und aufzeigt, dass Vergangenheitserfahrungen und die zugehörigen gewohnten Verhaltenstendenzen immer noch einen enormen Einfluss auf das gegenwärtige Geschehen haben (u.a Prb1, 3/84). Jedoch verhalf die Umsetzung von Reflexionen und Gefühlen dazu, ursächliche Geschehnisse für das eigene Problemanliegen hervorzubringen: „Konnte es nachvollziehen. Und es war auch okay und passend (...) Also für mich waren die Positionen stimmig“ (Prb3, 2/58-59) - woraus vor allem die eigene Fähigkeit entwickelt wurde, die Ursachen über alte Denk- und Verhaltensmuster zu identifizieren. Dieser Verständnisprozess, der bei der Verarbeitung immer noch eine wochenlange Nachwirkung gezeigt hat, führte auch zur Reduktion von Erwartungen im sozialen Kontext. Bei einem/einer ProbandIn ist Gefühls- und Gedankenregulierung stets von Angst und Zweifel beeinflusst, jedoch sieht er/sie das Ganze als positiven Heilungsprozess an: „Was Heilung anbelangt: ich war tagelang, wochenlang nur in einem Hoch drinnen. Obwohl auch immer wieder die Zweifel kommen und dann auch die Angst.“ (Prb2, 3/84). Der/die ProbandIn 4 betont in diesem Kontext auch, dass es ihn/sie immer wieder einholt und er/sie somit durchgehend mit Konfliktpotenzialen und dem innerlichen Verarbeitungsprozess beschäftigt ist.

Dieser psychische Verarbeitungsprozess der ProbandInnen steht auch im engen Zusammenhang mit den induktiv gebildeten Unterkategorien der *Klarheit* und des *Erkenntnisvorgangs*. Diese wurden einzeln herausgearbeitet, um die Bedeutung der

verändernden Prozesse für die befragte Person auf den Punkt zu bringen. Durch das Aufstellungsseminar wurde jedem/jeder einzelnen Person die individuelle Klarheit, Sichtbarmachung und Deutlichkeit von problemzugrundeliegenden Vorkommnissen in einem Prozess der Offenbarung präsentiert. Auch wenn einiges an Bewusstsein- und Werdung schon im Vorhinein bestand, verhalf die eigene Aufstellung dazu, diese Tatsachen und Zusammenhänge in noch höherer Intensität deutlich zu machen und das Erstaunliche greifbar werden zu lassen: „*Was mir vorher eigentlich auch schon klar war, aber diese ganze Klarheit noch nicht richtig spürbar war - und das nun fühlen zu können.*“ (Prb2, 1/20). Infolgedessen ist es auch möglich geworden zu verstehen, worum es sich bei den individuellen Angelegenheiten wirklich handelt. Durch die direkte Konfrontation und dem Vor-Augen- Führen wurde die Klarheit über das eigene Verhalten und die Sichtweisen noch stärker ins Bewusstsein gerufen: Eine/r ProbandIn betont auch, dass es immer noch nicht leicht fällt den Widerstand zu leisten und alles an Erkenntnis praktisch umzusetzen. Die Klarheit über die Vorgänge erleichtern es jedoch und somit können aufkommende Konfliktsituationen mit neuer Energie und Kraft bewältigt werden (Prb2, 8/281-282). Die klarheitsschaffenden Erkenntnisse lassen den Realitätssinn ausreifen, ermöglichen die Umsetzung von alten Denk- und Verhaltensmuster in neue, förderliche Strategien und führen zur Akzeptanz des Vorhandenen: „*Aber es kam jetzt auch wieder komplett klar raus, dass ich das wieder neu betrachten und mit umgehen muss*“ (Prb 4, 16/637-638). Sehr wichtig erscheint auch die erhaltene Erkenntnis darüber, wo die eigenen Ressourcen liegen und inwieweit andere Konflikte das Problemanliegen beeinflussen. Dies wurde zum Teil durch das Lösungsbild am Ende der Aufstellung klar ersichtlich. Trotz positiver Nachwirkung der Erkenntnisvorgänge führen die neuen Einsichten auch wiederum zur Irritation: „*Bisschen was Neues, was mich eben irritiert hat [...] Aber dies ist dann wohl eben genau dieses `darauf kommen und hinschauen`*“ (Prb3, 2/62-63) - oder ließen zwei ProbandInnen das Fazit ziehen, dass das Problemanliegen noch eine weitere, tiefere Bearbeitungsebene benötigt, was zum Beispiel mit einem psychotherapeutischen Gespräch möglich wäre.

Kernaussagen der Kategorie 3: Konfliktbewältigung

Zum Thema des Copings und der angewendeten Bewältigungsstrategien äußern sich die vier ProbandInnen in unterschiedlicher Art und Weise. Die Wirkung der Aufstellung zeigt sich bei jedem/jeder Einzelnen in unterschiedlicher Qualität und spiegelt vordergründig den individuell gesetzten Fokus für den effektivsten Umgang mit dem Konflikthanliegen wider. Dies sind die erzielte Unabhängigkeit und die eigene Verantwortungsübernahme, der Ausgleich von Lasten und Beschwerden durch Ablenkungen, die Förderung vom positiven Denken; den Augenblick auszuleben, sodass die eigene Präsenz im Leben wahrnehmbar bleibt, oder einfach nur über die Konfliktthemen und die damit verbundenen Empfindungen zu sprechen.

Die Unterkategorie *Erinnerung an die Aufstellungsarbeit* verdeutlicht einen wirksamen Kernpunkt in Bezug auf die Forschungsfrage. Alle vier ProbandInnen sind sich einig, dass das Erinnern an die Aufstellungsgeschehnisse und die darin durchgeführten verbalen, als auch praktischen Umsetzungen, als hilfreich erscheinen im Umgang mit der Negativität. Das Reflektieren über die Aufstellung unterstützt die Widerstandsleistung: „*Dieses 'Leid tragen'. Das ist für mich so der springende Punkt, weil ich es nicht mehr tragen möchte. Ich erinnere mich dann bewusst dran.*“ (Prb3, 8/302-303). Die Beschwerden erscheinen leichter ertragbar zu sein durch das „*[N]achdenken- was war da, was ist gesagt worden, um was geht es- das ist auch so etwas, was mich herunterbringt*“ (Prb2, 8/261), und die Erinnerungen verhelfen wiederum zum Hervorrufen der Klarheit und Erkenntnisprozesse.

Diese Art von Erinnerung an die Aufstellungsarbeit spiegelt auch die *Umsetzung von den erarbeiteten Bewältigungsstrategien* wider, die bei jedem/jeder ProbandIn als positive Erfolgserlebnisse im Konfliktbereich beschrieben werden: „*[...]dann wirklich ein sehr gutes Gefühl (...) ich bin aber mit einer ganz neuen Art damit umgegangen.*“ (Prb3, 5/190-191). Mit der Aufstellung wurden hilfreiche Glaubenssätze und Strategien entwickelt und modifiziert. Die/der ein/e ProbandIn sagt auch aus, dass es ihm/ihr gelungen ist, die Aufstellungssätze wortwörtlich anzunehmen, zu benutzen und in realen Kommunikations- und Entscheidungssituationen Gebrauch davon von zu machen (Prb3, 5/188-189). Mithilfe der Offenbarung im Aufstellungsseminar fällt es den Personen im

Nachhinein auch leichter, die Belastung immer wieder erneut anzugehen, versuchen dagegen anzukämpfen und das Konfliktpotenzial auch offen auszusprechen.

Insgesamt zeigen die individuellen Copingmechanismen der ProbandInnen auch deren eigene Verhaltenstendenzen im *Umgang mit der Negativität* auf. Die Konfliktauseinandersetzung wird trotz positiver Veränderungsprozesse als mühsam und schmerzvoll angesehen. Der Ausgleich der Negativität erscheint auch noch nicht ganz realisierbar: „*Noch gleiche ich die gar nicht so richtig aus. Also wenn es bei mir verkrampt, dann bekomme ich es glaube ich immer noch nicht ganz hin.*“ (Prb1, 8/281-282). Jedoch zieht ein/e weitere/r ProbandIn den klaren Schluss daraus, wenn „*es [ihm/ihr] schlecht geht, für [sich zu] sorgen.*“ (Prb 3, 8/297) und das Unwohlsein auszuharren. Ein/e Probandin erweist sich in diesem ganzen Kontext als Sonderfall, da vor allem bei ihm/ihr ein neuer Themenkonflikt nach der Aufstellung aufgekommen ist, der den Bewältigungsprozess des alten bearbeiteten Problemanliegens überschattet und unwirksam macht (Prb 4, 14/537-539). Dies hat zur Folge, dass die Negativität spürbar bleibt, auch wenn dies durch andere Konfliktpotenziale aufrechterhalten wird. Es wird eher auf Abwendung und Verdrängung gesetzt, da die neuen Bewältigungsversuche und Erwartungssetzungen ineffektiv bleiben und die notwendigen Kräfte entziehen.

Kernaussagen der Kategorie 4: Allgemeines Wohlbefinden

Die ProbandInnen weisen darauf hin, dass sie während der Aufstellung ein hohes Maß an Emotionalität und Anspannung verspürt haben, welche sowohl auf körperlicher, als auch auf psychischer Ebene in gleicher Weise wahrnehmbar war. Obwohl auch von viel Schmerz, Weinen, Wut, Erregtheit und Schwächegefühl die Rede ist, sind alle befragten Beteiligten der Überzeugung, dass die Aufstellungsarbeit an sich kein Unwohlsein hervorruft. Die Gefühle wurden demnach nicht als neu und fremdartig angesehen, sondern dem Selbst in einer bestimmten Art und Weise zuschreibbar. Nach dem Aufstellungsseminar und auf dem Nachhauseweg beschrieben alle vier ProbandInnen ihren Zustand sehr ähnlich. Körperlich wurde hier die Negativität eher wahrgenommen durch Zustände der „totalen Erschöpfung“ und Müdigkeit (Prb3, 9/314-315). Dieser Person war es auch sehr wichtig, das Aufstellungsgeschehen ruhen und in sich arbeiten zu lassen. Somit war kein Bedürfnis da, darüber zu berichten. Eine weitere Person

fühlte sich im Gegensatz dazu *„erholt und ruhiger, obwohl ich so fertig war, weil es einfach anstrengend war.“* (Prb4, 3/106-107) und er/sie trotzdem auch zu weinen begann, als die Erinnerungen an die Aufstellungsprozesse in den Kopf kamen. Eine weitere Person beschreibt es als ein sehr aufgewühltes, aber auch sehr frohes Gefühl, das ihn/sie auf dem Nachhauseweg begleitet hat (Prb 2,3/78). Es zeigen sich deutliche Begleiterscheinungen aufgrund des Zusammenhangs zwischen Körper und Psyche. Auch Wochen nach dem Aufstellungsseminar wird noch von *„langanhaltenden körperlichen Beschwerden“* berichtet, die durch die psychischen Vorgänge bedingt sind: *„seit Wochen habe ich Magenkrämpfe. Ist wie eine innere Verspannung, die da ist.“* (Prb1, 7/245) oder auch, dass die körperliche Symptomatik *„wieder mit den Ängsten zusammenhängen kann.“* (Prb 2,7/218).

In Anbetracht der *psychischen Befindlichkeit* und Wahrnehmung der Negativität lässt sich das Wohlergehen deutlich erschließen. Das Problemanliegen verdeutlicht für alle ProbandInnen eine Belastung, die vor dem Aufstellungsseminar da war und auch infolge der Aufstellungsmethodik noch aufrecht blieb, da die therapeutische Arbeit ihre Wirkung ausbreitete: *„auch die Therapie und die Aufstellung, mithilfe deren man immer mehr und mehr über sich erfahren hat, und immer mehr gemerkt hat, sich durch das Öffnen können, einen Sinn bekommen hat.“* (Prb1, 7/241-243). Bestimmte Belastungen haben sich im zeitlichen Verlauf nach der Aufstellung in ihrer Intensität reduziert. Um jedoch das allgemeine Wohlbefinden in positiver Weise zu verspüren, gelingt es vor allem drei ProbandInnen noch nicht, die eigene Position im Leben mit totaler Zufriedenheit einzutreten: *„noch nicht das, womit ich zufrieden bin- also noch nicht so weit, dass ich glauben kann, jetzt bin ich da, wo ich hingehöre.“* (Prb2, 8/285-286). Unsicherheitsgefühle und Gefühlschaos sind dennoch beständig. Dies zeigt sich auch als Kampf gegen das Ohnmachtsgefühl, das alles andere in den Schatten stellen kann. Ein/e ProbandIn steht sich selbst im Weg, was als emotionale Belastung verspürt wird: *„Und das ist, was so emotional anstrengend ist. Erstmals so auf diesem Hoch und dann wieder sofort runter auf 0. Das ist das, was aufhält oder verhindert.“* (Prb4, 6/231-232).

Nichtsdestotrotz sind die anderen drei TeilnehmerInnen überzeugt davon, dass die Aufstellungserfahrungen zu einer *Steigerung im Wohlbefinden* und Verminderung der eigenen Problematik führten. Das Problemanliegen verflachte sich in der Intensität: *„War aber auch einfach sehr gute Dinge (...) so ca. 3 Wochen“* (Prb2, 5/157-163).

Auch das Durchlesen der Feldprotokolle führte wieder zu einem besseren Schlafverhalten, indem es *„jeden Tag durchgelesen [wurde], bin damit schlafen gegangen, die Träume waren besser und positiver.“* (Prb 2, 5/161). Die Aufstellungsarbeit hat das Wohlbefinden in extremer Weise gesteigert, was auch durch die neu angenommenen Einstellungen übertragen wurde (Prb3, 3/70).

Kernaussagen der Kategorie 5: Konstruktivistisches Denken und Handeln

Für die wichtige Unterkategorie *Lebens- und Willenskraft* zeigen sich positive und erwünschte Forschungsergebnisse. Drei der ProbandInnen stimmen in ihren Aussagen mehrheitlich überein. Vor allem geht es hier um die Bestätigung, dass das Aufstellungsseminar die Willenskraft mediiert, um das Leben nach eigenem Ermessen gestalten zu können. Es zeigte sich anhand der Selbsteinschätzung in Bezug auf die Ratingskala, dass die Erfahrung mit der Aufstellungsarbeit zu genügend Lebenskraft und Energie geführt hat, um nun auch die Zukunft in die Hand zu nehmen und sich gestärkt, mächtig und gewappnet zu fühlen: *„Hinsichtlich auf die Aufstellung? Da bin ich ganz oben, also 8/9 auf jeden Fall“* (Prb2, 6/186). Dabei hat sich auch die Zuversicht in die eigene Kraft intensiviert, sodass die Aufstellung zur Selbstermächtigung verhalf, Dinge auch umzusetzen, zu verinnerlichen, Schuldgefühle zu reduzieren und den Aufstellungserkenntnissen Glauben zu schenken (Prb3, 9/349). Es ist ein grundlegendes Vertrauen in die aufgekommene Richtungsgabe entstanden, sodass wieder Lebensfreude spürbar wird: *„Dieses Draufverlassen-Können ist schon grundsätzlich da. Und sonst könnte ich mich auch nicht so als lebensfroh bezeichnen!“* (Prb 2, 14/512). Sehr deutlich geben diese zwei ProbandInnen auch an, dass sich diese Auswirkungen infolge der Zeit entwickelt haben, da sich beide vor der Aufstellung in Richtung des Ohnmachtsgefühls einstuften. Das Sicherheitsgefühl, auf dem richtigen Weg zu sein ist stets erlangt: *„das ist für mich einfach das Neue, wo ich auch die Sicherheit habe, dass ich da richtig bin [...]“ jedoch fällt die Umsetzung noch schwer: „aber es fällt mir halt noch nicht leicht.“* (Prb 3, 6/206-207).

Bei der vierten Person stellt sich die konstruktivistische Umsetzung und das Verspüren von positivem Tatendrang eher schwierig heraus. In der ersten Woche habe die Person mehr Willenskraft verspürt und konnte die Vorsätze auch umsetzen. Somit

wurde das Problemanliegen der Aufstellung auch Schritt für Schritt aufgelöst, jedoch schränkt das neue Konfliktthema das Stärkebewusstsein ein. Falls der andere, neue Weg für die Person jedoch nahbar und ersichtlich ist, dann „[...] *müsste ich ihn erstmal sehen. Und dann glaube ich, bin ich sofort gestärkt!*“ (Prb 4, 15/594).

Um auf die Selbsteinschätzung der Realitätswahrnehmung der ProbandInnen einzugehen, zeigen die Aussagen zur Unterkategorie *Realitätsbewusstsein* eindeutige Ergebnisse. Veränderungen werden nach Angaben von drei ProbandInnen auch angestrebt, wenn diese mit möglichen Konsequenzen verbunden sind. Dies liegt der erworbenen Erkenntnis zugrunde, dass sie beim Risikoeingehen „*ja nichts zu verlieren [haben]*“ (Prb 2, 6/195-196), wenn es sich um das Wichtige in der Ziel- und Lösungsumsetzung handelt: „*(...) auch nichts Schlimmes passiert. Es ist dann eher ein 'den Menschen weiterbringen'.*“ (Prb 1, 7/230-231). Die Offenheit, der Glaube und die Risikobereitschaft bringen den individuellen Fortschritt und es ist möglich, aus den Konsequenzen zu lernen.

Im Gegensatz zu diesen optimistischen Denk- und Verhaltensweisen haben sich auch bedeutsame Ergebnisse in der Unterkategorie *Stagnation und/oder Rückgang* offenbart, da sich nicht alles nur ins Positive verwandeln kann. Vor allem wird das Nachdenken, Sich-selbst-im-Weg-Stehen, Verlorenheitsgefühle und die Selbstvorwürfe in diesem Kontext verdeutlicht. Wenn die Willenskraft eher nicht präsent ist und auch wieder alte Denk-, Rollen- und Verhaltensmuster die Oberhand einnehmen, kostet dies auch mehr Kraft zum Reflektieren und Nachspüren. Hinzu kommt das Gefühl der wiederkehrenden Abhängigkeit und Handlungseingeschränktheit, die durch eigene Aktivitäten beeinflusst werden. Aktives, widerstandskräftiges Handeln kann aber auch in Passivität übergehen und in „Ablenkung, Verdrängung“ oder Verleugnung enden, sodass der eigene Fortschritt eingeschränkt bleibt (Prb 2, 6/206-207). Dies sind subjektive Angaben, die zusätzlich veranschaulichen, wie die ProbandInnen auch den Entzug der *Lebens- und Willenskraft* verspüren und sich weiterhin im Kampf um die Erreichung der endgültigen Lösung befinden.

Sich auf dem eigenen Lösungsweg zu befinden, steht in Verbindung mit der Unterkategorie *Ressourcenorientierung* und erweist sich als bedeutsamer Untersuchungsaspekt, um die introspektiven Vorgänge der ProbandInnen zu erfassen. Ein/e ProbandIn äußerte sich prägnant und ohne große Überlegung dazu: „*Es gibt*

eigentlich viel, was mir Energie gibt, die kann ich dann auch schnell annehmen. (...) das packt mich“ (Prb 2, 7/241-244). In diesem Kontext erscheint es als Bereicherung, die Veränderungen und das neues Gefühl durch die Aufstellungsprozesse anzunehmen; es zuzulassen, sich zu begeistern und den neuen Impulsen im Leben Vertrauen zu schenken und auch zu versuchen, die positive Erfahrung weiterzugeben (Prb 1, 8/271-272). Auf den Ist-Zustand wird sich konzentriert, mit einzelnen Schritten wird vorangegangen, woraus positive Energie aus dem eigenen Dasein und aus dem positiven Umgang mit Menschen geschöpft werden kann. Von großer Bedeutung scheint es auch, sich das erlangte Sicherheitsgefühl nicht nehmen zu lassen, sondern den Fokus stets auf die stärkenden Glaubenssätze zu legen: *„ich muss mich nun einfach auf das konzentrieren, was ich glaube, dass es richtig ist.“* (Prb 2, 9/319). Eine Person äußerte sich auch, dass es einerseits sehr wichtig sei, Zeit für sich alleine zu haben und andererseits, mit jemanden zu sprechen, der Aufstellungserfahrungen und- Prozesse teilen kann (Prb 4, 4/121). Schwierigkeiten sich auf die eigenen protektiven Faktoren zu konzentrieren, zeigt sich bei einer anderen Person eher in der eigenen Grenzeinhaltung und-Überschreitung (Prb 2, 14/498); oder bei einer anderen im fehlenden Selbstvertrauen in die eigene Bewältigung und Entscheidungsübernahme: *„Hoffe ich sozusagen, dass ich etwas nicht alleine machen muss, oder alleine eine Entscheidung treffe.“* (Prb 4, 11/403).

Kernaussagen der Kategorie 6: Ziel- und Lösungsorientierung

Eine bedeutende Voraussetzung für die Ziel- und Lösungserreichung, die mit dem Aufstellungsseminar angesetzt wurde, ist das Ernstnehmen des Konflikts *„Und geht es auch schon mit maximaler Energie, oder so viel, wie man zurzeit hat an.“* (Prb 1, 9/328-329). *Beim Einklang mit dem Lösungsweg* und in Bezugnahme auf die selbstgesetzten Ziele sind sich wieder alle vier ProbandInnen in ihrer individuellen Auslegung einig: der Fokus auf die Zielerreichung und auf die erarbeiteten Bewältigungsansätze führen zur Aufrechterhaltung der Klarheit: *„Aber es sind noch Wege, wie ein Puzzle, das sich zusammenführt.“* (Prb 2, 8/286- 287). Für ein/e andere/n ProbandIn muss es *„einen Weg [geben], den ich nur noch ganz klar formulieren muss. Das ist jetzt auch mein nächster Schritt.“* (Prb 3, 10/369-370). Insgesamt betrachtet macht sich die Lösungsumsetzung in unterschiedlicher Qualität bemerkbar, so vor allem auch in einem leichteren Umgang

und besseren Verständnis für Vorkommnisse. Das Lösungsbild der eigenen Aufstellung gibt Kraft, sich zu entfalten (Prb 3, 13/494).

Zwei der vier ProbandInnen zeigen in ihren Aussagen auch auf, dass sie sich nicht ganz im Einklang mit dem Lösungsweg und den Lösungsschritten befinden. Ein/e ProbandIn davon gibt an, dass die konkret erarbeiteten Bewältigungsziele zwar ihre Wirkung zeigen, diese jedoch immer wieder durch die eigene Aktivität oder Passivität gehemmt wird (Prb 2, 8/283-85). Bei der anderen Person war es ein großes Bedürfnis, zur klaren Erkenntnis zu gelangen. Jedoch befindet er/sie sich weiterhin auf der ständigen Suche „nach etwas Besseren und Neueren.“ (Prb 4, 2/53-54). Die zu großen Erwartungen an sich selbst, die Unachtsamkeit, das ewige Gedankenkreisen und Suchen nach der wahren Lösung hemmen die gewünschte Zielerreichung und Erlangung von Leichtigkeit in gewisser Weise noch. Im Interview wurden die ProbandInnen auch nach potenziellen *Ziel- und Lösungsalternativen* befragt, und ob sich ein Streben nach weiteren Optionen verwirklichen lässt. Die Bereitschaft, die Mühe und der Aufwand sind beständig, die eigene Kraft und den Willen in weitere Ziele zu investieren (u.a. Prb 1, 9/325).

Kernaussagen der Kategorie 7: Einfluss der Umwelt und Interaktionsprozesse

Der soziale Kontext zeigte sich als bedeutsam, um auf das Wohlbefinden und innerliche Verarbeitungsmechanismen der ProbandInnen zurückzugreifen. In der Unterkategorie *Loyalitätsverpflichtungen* präsentieren sich die individuellen Ansichten und Abgrenzungen hinsichtlich der eigenen Umwelt. Drei ProbandInnen geben an, dass sie sich selbst weniger in Abhängigkeit stehend sehen und infolge der Aufstellungserfahrungen ihre eigene Handlungsfähigkeit steigern konnten. Dem liegt auch die Tatsache zugrunde, dass Erwartungen ausgeglichen und Missverständnisse geklärt wurden, sodass das Wohlbefinden im eigenen Umfeld möglich wurde: „*Dieses 'Auf-Mich-Schauen', dass ich das auch darf. Es geht da echt eher um diese Schuldgefühle.*“ (Prb 3, 9/328). Für ein/e ProbandIn ist es sehr deutlich geworden, dass sich die Fremdbestimmung in einem geringeren Anteil zeigt (Prb 2, 10/352-353). Diese Annahmen führen dazu, dass sich die ProbandInnen im vertrauten Umfeld wohler fühlen und den Mitmenschen selbst auch eine positivere Wirkung entgegenbringen (Prb 1,

10/347-348). Die Person selbst ist berührt davon, dass Bezugspersonen nun Verständnis für die eigenen Leiderfahrungen aufbringen und mitfühlen können (Prb 4, 11/411-414). Infolgedessen können auch klare *Veränderungen in der Umwelt* wahrgenommen werden, wie es sich in der Unterkategorie 2 zusammenfassen lässt. Nach Angaben eines/einer ProbandIn wirken sich Aufstellungsprozesse auf Mitmenschen aus, die im Zusammenhang mit dem Anliegen stehen (Prb 4, 2/31). Bezugspersonen geben preis, dass sie sich im Klaren darüber sind, dass sich eine konkrete Richtungsgabe für die Person offenbart hat und die Aufstellung demnach wirksam war (Prb 3, 10/390-391). Eine wichtige Aussage einer Person ist es, dass „*die Spannung, die sonst im Raum war, ist jetzt einfach weg. (...) Sie wusste auch nicht was ich aufgestellt habe.*“ (Prb 3, 10/385-386). Hier zeigt sich die indirekte und übergreifende Wirkungsweitergabe der Aufstellungsprozesse ohne am Geschehen involviert sein zu müssen. Dies bestätigt auch ein/e weitere/r ProbandIn, dass unwissende Mitmenschen in Bezug auf die Seminarteilnahme ebenfalls positiveres Verhalten zeigen: „*Die sind es aber ohne, dass sie es wissen. Also man muss es anscheinend auch nicht wissen, um sich positiv anders zu verhalten.*“ (Prb2, 10/365-366)

Grundlegend wird der soziale Kontext demnach auch als *Ressource* angesehen. Zwischenmenschliche Beziehungen erweisen sich als große „Unterstützung“, vor allem durch die Liebe und Annahme der Mitmenschen (Prb 2, 9/331 und 13/456-457). Das Umfeld ist achtsamer, rücksichtsvoller geworden und geht speziell auf die Bedürfnisse ein (Prb 2, 10/361-362). Enge Freunde, die unter anderem auch einen Zugang zur Aufstellungsarbeit haben, ermöglichen es, offen über die spannenden Aufstellungsinhalte zu sprechen und sich Meinungen anzuhören (Prb 4, 12/454). Jedoch hat der soziale Kontext bei einem/einer ProbandIn auch wie schon zuvor erwähnt einen überwiegend negativen Einfluss und offenbart sich hierbei eher als *Risikofaktor*. Dies ist durch eine gegenwärtige Paarbeziehung bedingt, in der kein Halt, keine Kräftigung, keine „Abhärtung“ und keine „Sattlung“ erlangt werden kann (Prb 4, 9/330-331). Der nachhaltige Veränderungsprozess hängt von diesem diskreten Umfeld ab und ob dieses den Prozess annehmen kann oder den positiven Fortschritt weiterhin hemmt.

Kernaussagen der Kategorie 8: Therapeutische, methodische, systemische Balance

Bei dieser Kategorie, die nahezu den Kernpunkt dieser empirischen Studie darstellt, ist es von großer Bedeutung, einleitend auf einzelne Aussagen, die prägnante Gemeinsamkeiten hervorbringen, und deren subjektive Bedeutsamkeit einzugehen, um in weiterer Folge dann wieder die vorhandenen Unterkategorien aufzugliedern und Vergleiche anzubringen.

Die ProbandInnen sind sich in ihrer Schlussfolgerung einig, dass mithilfe der Aufstellung ein Grundbaustein für die Zukunft gesetzt wurde. Sie wird als Anreizpunkt und als letzten Akzent betrachtet, anzukämpfen und Klarheit zu schaffen: „[...] *dass ich schon lange dran bin. Die Aufstellung war für mich dann auch dieses I-Tüpfelchen, alles ganz klar zu sehen.*“ Das spezifische Anliegen wird in jeglicher Form in der eigenen Aufstellung bearbeitet und nächste Behandlungs- und Verarbeitungsschritte werden eingeleitet, womit Neues erkundbar und greifbar wird (Prb 4, 16/613-615). Die Teilnahme am Aufstellungsseminar ist mit großem Gefallen und Dankbarkeit verbunden, da Vieles bewusster und klarer wurde (Prb 3, 1/18-19). Diese Sichtbarmachung und Deutlichkeit von Aufstellungsprozessen, lassen die eigene Aufstellung eine Vormachtstellung einnehmen, da sich der/die TeilnehmerIn vollkommen auf die eigenen Vorgänge konzentrieren kann: „*meine Aufstellung hat alles überschattet, so dass ich dann eigentlich ziemlich schnell vergessen habe, was da so drum herum geschehen ist.*“ (Prb 2, 4/106-107). Aber auch der gegenseitige Austausch im Sinne von „Geben und Nehmen“ (Prb 1, 5/180-181) zeigt seine Wirksamkeit und Wichtigkeit als Prozesskomponente. Die Aufstellungsarbeit wird greifbar und dient als Therapie-Baustein, da sie den „Rollenspielcharakter“ und die „räumliche Kraft“ (Prb 1, 12/434-435) nutzt. Aufstellungsarbeit ist „*zu kommerziellen Therapieformen sehr erfrischend und es [ist] diesbezüglich auch anders.*“ (Prb 4, 13/486-487). Aus diesen Gründen ist diese/r ProbandIn auch davon überzeugt, eine Bezugsperson von den Vorteilen von Aufstellungsseminaren zu überzeugen, da die besuchte kognitive Verhaltenstherapie bis heute nicht zum innerlichen, emotionalen Ausgleich geführt hat und die Aufstellungsarbeit einen anderen Weg zur Offenbarung zeigen kann (Prb 4, 11/427-429). Diese Annahme wird von einer weiteren Person bestärkt, da er/sie die Aufstellung im Gegensatz zu anderen therapeutischen Maßnahmen nicht nur als kognitive

Bearbeitung betrachtet, sondern sehr stark das Spüren und Verinnerlichen als positiv hervorhebt (Prb 3, 13/506-507).

Alle vier ProbandInnen vertreten aber auch die Meinung, dass systemische Aufstellungsarbeit nicht für jedes Individuum geeignet ist, um Probleme zu behandeln: *„ich würde es nicht jedermann empfehlen. Ich sehe das auch sehr gefährlich.“* (Prb 3, 13/510- 511). Eine Person stellt die Hypothese auf, dass eine Aufstellung für Personen zugänglicher ist, wenn nicht nur konkret über das Problemanliegen gesprochen wird wie es zum Beispiel in der Psychotherapie der Fall ist. Eine/r weitere/r ProbandIn schließt sich dem an und gibt an, dass TeilnehmerInnen, die *„das Ganze ohne Emotionen angeh[en] oder es nicht zulassen möchte[n] [...]“* (Prb 4, 16/616-618) länger für einen Wandlungs- und Veränderungsprozess brauchen, oder dieser überhaupt nicht eintritt. Die Aufstellungsarbeit wird dennoch sehr deutlich als effektive Unterstützung für diese Verarbeitungs- und Wandlungsprozesse beschrieben (Prb 3, 14/527) und bringt *„nachhaltige Veränderung“* (Prb 4, 16/628) hervor.

Eine hilfreiche Voraussetzung zeigt sich für TeilnehmerInnen darin, dass keine großen Vorbereitungen notwendig sind. Die Tagesbefindlichkeit und inneren Zustände sind unabhängig vom Hineinfinden in die Aufstellungsarbeit (Prb 4, 12/482-483). Nach Beurteilungen einer der befragten Personen funktioniert Aufstellungsarbeit aufgrund des Vorhandenseins der „emotionalen Basis“ (Prb 4, 12/481), auf der jedes Individuum bewusst oder unbewusst Bezug nehmen kann. Dies stellt sich auch als das Geheimnisvolle und Spannende an Aufstellungsprozessen heraus: die Arbeit und der Umgang mit Emotionen der StellvertreterInnen. So gelingt es *„mit fremden Menschen plötzlich sehr nah[e zu] kommen [...] Also diese Person wird ja nicht zu neuen Person, sondern wird mit einem abstrakten Ding besetzt, eine Emotion zugeschrieben.“* (Prb4, 13/488-489). Ein weiterer wichtiger Hinweis war, dass man die aufstellende Person mit ihrem Problemanliegen nicht kennen muss, um die Emotionen als RepräsentantIn spüren zu können: *„Das ist es, was es so leicht macht. Denn jeder kennt auch die Emotionen.“* (Prb 4, 13/490-491).

Vergangene Konflikte und Schutz und- Abwehrmechanismen können mit dieser Methodik aufleben *„und man [kann] nun einen Blick drauf werfen und sehen.“* (Prb 3, 13/508-509). Kernpunkte sind nach den subjektiven Angaben das „Sehen, Spüren und visuelle Wahrnehmen“ (Prb 3, 13/509-510). Somit ermöglicht die Aufstellungsarbeit

auch den Zugang zu anderen (Sinnes-)Ebenen (Prb 2, 3/95), um Blockaden aufzulösen, die Leichtigkeit und die Verfolgung des Weges zu erreichen (Prb 4, 13/523-524). Die ProbandInnen sind davon überzeugt, dass *„eine gute Basis und Bestätigung entstanden [ist], um gewisse Sachen zu verstehen. Daran zu glauben.“* (Prb 2, 5/173-174). Dabei geben alle vier ProbandInnen ihre Zustimmung, dass die Aufstellung sich als *„sofortige Hilfe und Umstellung erweist“* (u.a Pr1, 13/462), da die neue Orientierung schon während der Aufstellung möglich ist und die therapeutische Arbeit neue Ansätze und Themenbearbeitung integriert (Prb 4, 13/519). Eine Person weist jedoch auch auf einen wichtigen Punkt hin: *“Nur eben muss man aufpassen, dass diese `Wahrheit nicht zu früh ist`, sonst kann es einen glaube ich auch ruinieren, weil es sehr schmerzhaft sein kann.“* (Prb 3, 14/532-533). Infolgedessen sollten die Aufstellungserfahrungen und die damit verbundene persönliche Wahrheitsfindung zum passenden und annehmbaren Zeitpunkt im Leben stattfinden.

Bei der Frage, ob sich die ProbandInnen eine erneute Teilnahme an einem Aufstellungsseminar vorstellen können, wurden unterschiedliche Aussagen getätigt. Einerseits gibt es eine Person, die kein neues Seminar anstrebt, da er/sie der Überzeugung ist, die Problembehandlung in einem psychotherapeutischen Zweier-Gespräch weiterzuführen. Jedoch war die Aufstellung eine wichtige Impulsgebe für alles andere (Prb 1, 11/404). Eine zweite Person sieht das permanente, langanhaltende Thema als zu komplex an, um es in einem weiteren Aufstellungsseminar zu bearbeiten. Er/sie würde eine neue Aufstellung für das neue Problemthema in Erwägung ziehen, ist sich jedoch unsicher über den Erfolg. Demnach ist auch hier die Überlegung mit einer anderen Therapie/- Beratungsmethode in Zukunft weiter zu arbeiten, um wieder „auf die Bahn zu kommen“ (Prb 4, 7/243-244). Der/die dritte ProbandIn äußerte sich im Interview: *„Ich habe mir schon einmal gedacht, dass ich mir ein Neues vorstellen könnte. In mittelfristiger Zukunft.“* (Prb 3, 13/474), da er/sie noch im Fluss der Umsetzung und Verarbeitung ist. Ein neues Thema für eine Aufstellung wäre jedoch vorhanden. Zusätzlich habe er/sie sich überlegt, einen Termin zum Einzelgespräch mit der systemischen Therapeutin zu vereinbaren, um alles noch einmal aufzuarbeiten und zu intensivieren (Prb 3, 13/479-481). Die vierte Person ist zufrieden mit den Aufstellungsergebnissen und gibt an, dass die Aufstellung essenziell, intensiv und ausreichend genug war, sodass keine Fragen mehr offen sind (Prb 2,12/429).

Die erste Unterkategorie zur *therapeutischen Allianz* geht zunächst auf die *Persönlichkeitseigenschaften* und das Auftreten der Therapeutin ein. Alle vier ProbandInnen sehen die Therapeutin und Seminarleiterin in ihrer Rolle als sehr bereichernd und unterstützend. Ihr Wesen, ihre Ausstrahlung und ihre vermittelnde Sicherheit wird sehr geschätzt (Prb 3, 11/411-412). Sie wird als sehr mitfühlend, einfühlsam und liebenswerte Person beschrieben, die dennoch auch einen angemessenen Grad an Strenge aufbringt, um die Geschehnisse zu erarbeiten und abzugrenzen (Prb 2, 11/387). Aufgrund ihrer Güte, Empfindsamkeit und Sanftheit bringt man ihr großen Respekt entgegen und lässt sich gerne auf ihre Intentionen ein. Alle ProbandInnen schätzen ihr Gespür und führen dies auf ihre langjährige therapeutische Erfahrung zurück: „*dass sie schon vor allem weiß, welche Knöpfe sie drücken muss. Dass sie weiß, welche Fragen sie stellen muss und es gut lenken kann.*“ (Prb1, 11/373). Nicht nur von ihrer Professionalität sind die Personen fasziniert, sondern auch von ihrer Weisheit und von dem Wissen, das sie in vielen Bereichen verfügt.

Auch die *therapeutische Arbeitsweise* wird von allen vier Befragten hoch angesehen und geschätzt. Sie fühlen sich von der Therapeutin aufgehoben und verstanden, was zum „Wohlfühlen und Vertrauen“ im therapeutischen Setting führte (Prb 3, 11/401). Dies liegt auch dem guten Zugang zur Therapeutin zugrunde. Sie konnten leicht mit ihr in Kontakt treten und sich aufgrund von vielseitiger Betrachtungs- und Herangehensweisen leichter öffnen (Prb 2, 11/379). Ihre Zielführung und Lenkung der Aufstellungsprozesse werden als sehr positiv erlebt: „*Hingeführt- Werden, dann Loslassen und dann fließt es.*“ (Prb 2, 11/393- 394). Durch ihre Begleitung fühlen sich die ProbandInnen wahrgenommen: „*Sie macht was, dass du dich gut fühlst. Sie nimmt dich wahr und schaut auch auf ihre Leute, im Raum und beim Geschehen.*“ (Prb1, 10/367-368), da sie auch die Qualität und die Bedeutung von Impulsen erkennt (Prb 3, 12/443). Sie leitet die nächsten Schritte ein, bearbeitet konkretisierte und verbalisierte Themen, gibt unverzichtbare neue Anstöße und „zeigt Blickwinkel auf“, die die Person weiterkommen lassen (Prb 4, 12/473-474). Ein/e ProbandIn schätzt auch ihre Vorgehensweise bei schwierigen Anliegen: „*schwerwiegende Geschichten hineingeht, wie den Tod, in das Negative, in das Verborgene, was man vielleicht gar nicht aufstellen würde.*“ (Prb 2, 11/408-409).

Die ProbandInnen haben sich im unterschiedlichen Ausmaß hinsichtlich des allgemeinen *methodischen Vorgehens* der Aufstellungsarbeit geäußert. Insgesamt basieren diese Aussagen jedoch auf einem gemeinsamen Nenner. In mehreren Aussagen spiegelt sich die Relevanz des gemeinsamen Vorgesprächs wider. Hierbei scheint die Konkretisierung und Verbalisierung der eigenen Problematik wichtig, sowie die relevante Auswahl der RepräsentantInnen (Prb 1, 11/374). Das Berühren der RepräsentantInnen beim Hineinführen in das Aufstellungsfeld bewirkt einen Kräfte- und Energiefluss (Prb 3, 12/431-432), was das „Hineinspüren“ der stellvertretenden Personen ermöglicht und den Kern der Methodik aufzeigt: *„dieses Hineintreten, diese Begegnung mit den anderen.“* (Prb 2, 11/395-396). Die Methodik offenbart sich im Agieren, Miterleben und Konzentrieren auf die Geschehnisse. Das Selbst tritt dabei in die Rolle des externen Beobachters und erhält eine objektive Präsentation durch die StellvertreterInnen: „man schaut auf sein Leben, auf sich. Und dies ist eigentlich so eine Art Wahrnehmung, die man sonst nicht so hat. (Prb 1, 2/45-47). Alles, was vor sich geht, wird übereinstimmend zwischen den Aufstellungsgeschehnissen und Interaktionsprozessen empfunden: *„Also irgendwie hat es gepasst, nicht nur bei mir, sondern auch bei den Anderen. Das hat man gemerkt.“* (Prb 1, 2/32-33). Dabei bleibt es nach Urteil dieses/dieser ProbandIn der Person selbst überlassen, wie die wahrgenommenen Inhalte und Prozesse angenommen und interpretiert werden. Die Aufstellungsmethodik lässt Freiraum und ermöglicht den Zugang zur individuellen Wirklichkeit. Durch die Aufstellung entsteht das Gefühl vom Geführt-Sein im Tun, Denken und Fühlen: *„Sie macht einen `funktionierend` quasi. Sie holt einen gut ab.“* (Prb 1, 11/399). Als sehr wichtig wird auch die symbolische Unterstützung mit Gegenständen im Aufstellungsgeschehen beschrieben: *„Symbolik fand ich es zum Beispiel toll, die Aufstellung mit Kerzen zu unterstützen.“* (Prb 3, 11/424). Aber auch die Betonung: *„unterschiedliche Aufstellungs-Qualitäten zum Vorschein kommen wie zum Beispiel eine `Lebensfreude` aufstellen.“* (Prb 3, 11/425-426) zeigen die positive Wahrnehmung der Aufstellungsmethodik. Insgesamt bemerkten die ProbandInnen, dass die Aufstellungsarbeit Energien freigesetzt hat, Neuorientierung ermöglichte, Konflikte gelöst wurden und diese Art von Manifestationen in neue Richtungen gelenkt hat.

Es lässt sich nun konkreter auf die einzelnen methodischen Aspekte eingehen, zu denen die ProbandInnen ausführlich befragt wurden, um die Wirksamkeit der

Aufstellungsmethodik zu erforschen. Das *räumliche Aufstellungsbild* wurde in der theoretischen Einführung akzentuiert und zeigt sich auch bei der Befragung aller vier Personen als relevantes Wirksamkeitskriterium: „*ist es das räumliche Bild, was bei mir noch am stärksten präsent ist.*“ (Prb 1, 12/419). Das räumliche Bild lässt sich demnach sehr gut verankern, präsent halten und gerät nicht schnell in Vergessenheit. So ist es möglich, vor allem das Aufstellungs-Schlussbild, die Aussagen und die neuen Glaubenssätze zu verankern (Prb 3, 13/489). Die Bilder sind wieder vorstellbar: „*ich sehe schon vor meinen Augen wie es abgelaufen ist. Wenn ich mich wirklich hinsetze, dann kann ich das auch wieder nachempfinden und durchdenken.*“ (Prb 4, 14/531-532). Des Weiteren hat das räumliche, visuelle Bild eine befreiende Wirkung und fördert die nachhaltigen, andauernden Prozesse (Prb 2, 12/450). Eine/r ProbandIn beschreibt die Nachwirkung des Aufstellungsbildes aus einer anderen Sicht: „*Ich sehe es jetzt nicht mit derselben Emotionalität wie ich es damals gespürt habe - also ich kann es jetzt schon von draußen betrachten.*“ (Prb 4, 14/534-535), womit ersichtlich wird, dass das Bild zwar noch präsent ist, jedoch die emotionale Eingebundenheit nachgelassen hat und die Person objektiver darüber nachdenkt.

Die *Rollenübernahme* stellt sich als weitere bedeutsame Untersuchungsvariable heraus. Ein/e ProbandIn pointiert die Relevanz, eine Rolle für die aufstellende Person zu übernehmen: „*Es war recht verantwortungsvoll, weil man weiß, es geht hier um Etwas, es macht was, mit dem Menschen.*“ (Prb 1, 4/120-121). Dies präsentiert eine Bewusstseinsinsicht, dass die Intimität der anderen zu bewahren ist. Die anderen Personen repräsentieren das eigene Dasein und fördern die Richtungsgabe des Aufstellungsprozesses: „*wirkt so, als hast du deinen Körper verlassen. Jemand anderes ist ja dein Körper quasi in dem Moment. Der spürt dich und im übertragenen Sinne hat er dich deinem Körper entmachtet.*“ (Prb 1, 2/44-46). Die stellvertretende Rolle lässt „*ein gutes Gefühl vermitteln [...] oder so was wie Liebe fließen [...] Oder einmal war ich auch die Sicherheit.*“ (Prb 3, 13/489). Die fremde Position, oder einen abstrakten Begriff als Rolle einnehmen zu können, sei abhängig vom Hineinfühlen können. Wenn dies automatisch und intuitiv möglich ist, sei es sehr leicht zu spüren, wie und was sich in einer zugeschriebenen Rolle verwirklicht (Prb 3, 4/116-117), und lässt das Gefühl aufbringen, ein freisprechendes und frei handelndes „Medium“ zu sein (Prb 1, 4/130-

131). Des Weiteren sei die Rollenübernahme abhängig von Erwartungen und der Involviertheit in die Teilnahme (Prb 4, 4/133-134). Den ProbandInnen fiel es dennoch leicht, sich selbst zu sein und keine großen Widerstände dabei zu spüren. Bei dieser Art von Verkörperung und bei der Rollenübernahme durch andere spiegelt sich das eigene Ich wider: „*so ein Gefühl, dass zwar ich gespielt worden bin, aber es war eigentlich ich-mit Fleisch und Blut.*“ (Prb 3, 2/49). Die Impulsleitung wurde beim Eintreten in die eigene Aufstellung als stärker wirkend empfunden, jedoch war auch jede eingenommene, stellvertretende Rolle sehr emotional (Prb 3, 4/120). Ein/e ProbandIn beobachtete, dass das „Einfühlen in andere Rollen“ für bestimmte Personen eher möglich sei, wenn Emotionen zugelassen werden können (Prb 4, 5/179-181). Oftmalige Teilnahme würde die Rolleneinnahme auch erleichtern. Und keinesfalls wird die Aufstellungsarbeit als Nichtigkeit angesehen: „*Weil das Repräsentieren schon anstrengender war. Und ich war dann auch mal ganz froh, das nur von außen zu erleben.*“ (Prb 3, 4/144-145).

Die induktiv erstellte Unterkategorie des *Miterlebens* knüpft bei der *Rollenübernahme* an und lässt sich in drei Bereiche unterteilen: zunächst erfährt der/die ProbandIn ein sehr emotionales Erlebnis beim Beobachten der eigenen Aufstellung (Prb 1, 5/144); hinzu kommt die beschriebene Rolleneinnahme und die 'fremde' Empfindungswahrnehmung (Prb 2, 4/ 105-106), sowie das Miterleben von Emotionalität der anderen - das passive Mitempfinden als BeobachterIn im Sitzkreis - da Emotionen im Raum freierwerden und Energien auf das Selbst übertragen werden (Prb 1, 5/145-147). In außenstehender Beobachtung wird es als sehr beeindruckend und spannend beschrieben (Prb 2, 4/132-133). Innerliche Anspannung war sehr spürbar und Impulse wurden wahrgenommen, als wären sie die eigene „Intuition“ oder eine Art „Fremdsteuerung“ (Prb 1, 4/126), oder wie es eine weitere Person beschreibt: „*Das [die Impulsgabe] fließt. Da brauche ich nichts tun. Da mache ich mir auch gar keine Gedanken.*“ (Prb 2, 4/120). Die Personen interagierten nach Empfindungen und nahmen die Dynamik der Prozesse wahr: „*ich habe da sehr viel einfach wiedererkannt. Es war einfach sehr emotional für mich.*“ (Prb 4, 2/65). Das Miterleben und emotionale Eingebundensein war nicht überraschend, da das Aufstellungsszenario an sich diese Empfindungen aufkommen lässt (Prb 3, 4/124-125). Diese können auch so mächtig sein, dass sie für die stellvertretende Person situationsunabhängig wichtig zu äußern scheinen:

„obwohl das für die Aufstellung selbst gar nicht wichtig war, aber ich wollte das unbedingt loswerden, weil ich das so stark empfunden habe.“ (Prb 3, 4/128). Es stellt sich aufgrund der Aussagen auch als wichtig heraus, dass das Spüren und das Zulassen von Emotionen an erster Stelle steht und die Kognition als zweitrangig zu betrachten ist. Ein/e ProbandIn gab in diesem Kontext an, dass Blockaden oder eingeschränktes Denken und gezwungenes Aussprechen die Aufstellungsprozedur unzugänglich machen (Prb 1, 4/131-132).

Die *sprachliche Kommunikation* wurde im theoretischen Abschnitt ebenfalls ausdrücklich erwähnt. Hierbei spielt der Einsatz der Therapeutin eine tragende Rolle. Alle vier ProbandInnen zeigen sich beeindruckt von der therapeutischen Kommunikation, da sie die *„richten Fragen gestellt“* hat (Prb 3, 12/437), dabei *„gleich umgedeutet oder gewusst [hat], was es zu bedeuten hat.“* (Prb 3, 12/441). Das Nachfragen und das Geben von Hinweisen auf die körperliche Befindlichkeit wirken sich positiv auf die ProbandInnen aus. Vielversprechend zeigt sich das *„Sätze-Nachsprechen“* (Prb 1, 11/376). Diese ritualisierten Sätze, die die Therapeutin ausspricht, stellen sich als *„lösende Inputs und Zwischensätze“* heraus, die auf einer höheren Ebene akzeptiert und angewendet werden können (Prb 2, 12/468). Die ProbandInnen spüren nach und lassen die Führung der Therapeutin zu, sodass die hinreichend erklärenden Aussagen sehr hilfreich waren. (Prb 4, 13/498-500). Die Wirkung zeige sich auch in der Einfachheit, Klarheit, Direktheit und Passung der ritualisierten Sätze: *„Es gab jetzt keinen Widerstand es nicht zu sagen. Man lässt sich da dann auch einfach fallen.“* (Prb 1, 11/391-392). Sie zeigen sich als *„Stütze“* (Prb 2, 11/406-411). Eine Person gibt an, dass er/sie die Passung und Stimmigkeit nur bei einem Mal nicht spüren konnte, da die eigene Bereitschaft noch gering war: *„da habe ich länger gebraucht ja, (...) zum Nachsprechen an für sich war es stimmig, aber ich war nicht bereit für.“* (Prb 3, 12/448-457).

Zur induktiven Unterkategorie *Rollenauswahl* lassen sich klar Schlüsse für alle Beteiligten ziehen. Die Passung zwischen dem/der ausgewählten RepräsentantIn und der zugeschriebenen Rolle war immer vorhanden und somit auch umsetzbar: *„Ja ich glaube, dass die Leute sehr gepasst haben auf die Rolle, die ich ihnen ausgewählt habe.“* (Prb 3, 2/46). Die eigene Rolle als RepräsentantIn wurde als stimmig angesehen, so wie auch die Auswahl der eigenen StellvertreterInnen für das Anliegen. Ein/e ProbandIn berichtet

auch von einem Vorfall, der „*ein bisschen überraschend [war], weil ich mich in der Rolle gar nicht so gesehen habe. Aber das habe ich eh positiv gefunden, ja.*“ (Prb 3, 4/137-138). Demnach werden auch passende Rollen zugewiesen, die mit positiven Merkmalen besetzt sind und somit auch gerne gespielt wurden: „*Ja. Immer! (...) war immer eine nette Person, oder positive Gefühle oder das Leben, das Licht (...) nicht weiter belastend in dem Sinne.*“ (Prb 4, 4/153-155).

Um sich den anderen TeilnehmerInnen annähern zu können und die Funktionalität eines Aufstellungsseminars zu gewähren, ist das *Gruppensetting* ein weiterer wichtiger Bezugsrahmen in der Methodik. Auch hier zeigte sich eine große Übereinstimmung in den Aussagen der befragten Personen. Der Kern der Methodik zeigt sich im Hineintreten und in der Begegnung anderer Systemmitglieder (Prb 2, 11/395-396). Dies kann durch dieses Gruppensetting ermöglicht werden. Der große Gefallen am Seminar entstand auch aufgrund des harmonischen, stimmigen, dynamischen und widerstandsfreien Miteinanders (Prb 1, 1/8). Die behutsame Atmosphäre entstand durch eine „*ganz entspannte Gruppe [...] Sehr homogen (...) von der Fürsorglichkeit her.*“ (Prb 2, 5/147). Deshalb fühlten sich die ProbandInnen auch wohl und haben Sicherheit verspürt, das eigene Anliegen offen darzulegen. Auch dem Weinen wurde Raum gegeben, womit „*kein Unbehagen [entstand], weil es dort eine Atmosphäre ist, wo man das machen kann und es auch normal ist.*“ (Prb 4, 12/463-464). Das Gruppensetting ermöglicht es auch, durch andere Personen im Raum „gerettet“ zu werden, wenn die aufzustellende Person mit dem eigenen Anliegen zu kämpfen hat. Die Klarheit wird vor Augen geführt: „*den Spiegel vorhalten- oder die [systemische Therapeutin], die dann noch eindringlich etwas nachsagt.*“ (Prb 4, 5/183-184). Drei ProbandInnen berichten von TeilnehmerInnen, die dem Aufstellungsseminar zunächst mit einer gewissen Skepsis begegneten. Jedoch blieb eine gute Gruppenatmosphäre bestehen und die Skepsis löste sich mit der Zeit (Prb 2, 5/149-150).

Kernaussagen der Kategorie 9: Selbsterkundung und Selbstmanagement

In Bezug auf die Unterkategorie *Selbstwahrnehmung* werden die berichteten und angeführten Veränderungs- und Wandlungsprozesse der ProbandInnen noch einmal verdeutlicht und erweitert. Die Haltung zu sich selbst hat sich bei allen vier

ProbandInnen geändert. Ein positiver Umgang“ wird angestrebt, sodass sie sich auch für den weiteren Weg gewappnet und gestärkt fühlen (Prb 2, 14/490). Das In-Sich-Gehen, um sich selbst wahrzunehmen, spielen eine tragende Rolle: *„ich muss für mich in die Stille gehen, spazieren gehen, einfach reinspüren wie es mir wirklich geht und es für mich abklären.“* (Prb 3, 8/279-280). Ein/e ProbandIn plagt sich jedoch weiterhin mit gewisser Orientierungslosigkeit in Bezug auf die eigene Stellung im Leben: *„ Dass ich keine Entscheidung treffe, was mache ich. Ich weiß nicht, wo ich stehe und wo ich hingehöre.“* (Prb 4, 10/377-378) und kann durch die Aufstellungsteilnahme keine weltbewegende neue Entwicklung bei sich spüren.

Die ProbandInnen geben mehrheitlich an, dass sie die Konzentration bewusst auf das eigene Selbst und das persönliche Wohlbefinden gelegt haben, um sich fern von den Lasten zu halten: *„nicht nur durchgehend auf meine Symptome oder Erkrankung erachte, sondern dass ich mich auf das konzentriere, was gesund und gut ist.“* (Prb 2, 9/304-305). Ziel ist dabei vor allem die Ausgewogenheit von Gedanken- und Verhaltenstendenzen, auf das eigene Gefühl zu hören und sich selbst zu vertrauen (Prb 3, 10/375), sowie den Fokus auf die eigene Stellung und die Abgrenzung von Konflikten zu legen: *„ich kann jetzt auch endlich für mich sein (...) also es passt viel besser, wie wenn ich die ganze Zeit enttäuscht werde.“* (Prb 3, 3/73-75). Für eine/n ProbandIn hat die innere Ausrichtung eine längere Zeit gebraucht (Prb 1, 6/204), jedoch wird die innere Balance durch einen stetigen Verarbeitungsprozess gefördert. Die vierte Probandin hebt ganz deutlich hervor, dass sich neue Verhaltenstendenzen bemerkbar machen, die auf einem Veränderungsprozess basieren: *„bin ich oft nun ehrlicher vielleicht jetzt auch härter (...) ich spreche es direkt an und sage meine Meinung. Ich renne nicht mehr einfach damit herum, sondern habe mir die Grenze gesetzt und schlucke es nicht wieder.“* (Prb 4, 15/573-578).

Die „Sein- und Sinnfrage“ stellte sich als nicht leicht zu beantworten heraus. Jedoch hat sich bei drei ProbandInnen auch hier eine tiefgreifende Veränderung und Nachwirkung ersichtlich gemacht. Das Aufspüren des „Realitätssinns“ ist weiterhin im stetigen Erkenntnis- und Verarbeitungsprozess involviert - im Sinne vom innerlichen Ordnen und Sortieren (Prb 1, 13/466-467). Die Person beschreibt sich demnach als eine „wachsende und verändernde Identität“ in Wandlung (Prb 1, 13/445). Die persönliche Reifung spiegelt sich auch im erwähnten „positiven Gefühlserlebnis“ wider, da sich alles

in die richtige Richtung bewegt. Es wäre auch sehr wichtig, diese wahrgenommene Veränderung an sich heranzulassen und weiterzugeben (Prb 1, 8/263-264). Eine weitere Person wurde sich auch im Klaren darüber, dass sie nicht mehr im Irrtum leben muss: „(...) *dass man selbst alleine alles machen und packen muss.*“ (Prb 2, 13/455-456). Die Aufstellungsarbeit führte demnach zu positiveren, offeneren, als auch distanzierteren Verhaltensarten. Der Fokus liegt primär auf der Erdung und der Präsenz des eigenen Daseins, um das Leben auszuleben - ohne dabei von Irrationalitäten beeinträchtigt zu sein (Prb 2, 13/463). Für den/die dritte ProbandIn ist es von großer Bedeutung, die eigenen Möglichkeiten und Fähigkeiten zu Nutzen zu machen, eine wohltuende Lebensgestaltung anzustreben, sowie Lebensfreude zu verspüren (Prb 3, 14/516-517). Das Lösungsbild der Aufstellung würde dabei Kraft geben, sich zu entfalten und hilft dabei, Verlangen und Bedürfnisse zu reduzieren, womit die positive Veränderung spürbar bleibt. Die *Sinn- und Identitätsfindung* stellt sich vor allem für den/die vierte ProbandIn als ausschlaggebend heraus. Bei ihm/ihr geht es um das Streben nach Standhaftigkeit und Leichtigkeit, sodass die vorherrschenden negativen Gedanken nachlassen (Prb 4, 14/561). Die Frage nach dem Sinn ist negativ behaftet. Nichtsdestotrotz baut er/sie auf die Hoffnung, dass der Weg aufscheinen wird.

Die induktiv erstellte Unterkategorie *Achtsamkeit* wurde im Untersuchungskontext spezifisch definiert, da alle ProbandInnen während des Interviews von einer wahrgenommenen Achtsamkeit sprachen und dieses Konstrukt die Oberkategorie *Selbsterkundung und Selbstmanagement* unterstreicht. Es wurde als sehr bedeutsam erachtet, auf sich aufzupassen; achtsamer mit sich selbst und mit anderen umzugehen, die mit dem Anliegen im Zusammenhang stehen, aufmerksam zu sein und die Lösungsansätze zu befolgen (Prb 2, 6/180-181). Zwei ProbandInnen verschärfen den Blick darauf, die eigenen Grenzen zu achten und einzuhalten: „*Dass ich da nun wirklich sehr gut auf mich schaue, mir auch meine Grenzen einfach setze.*“ (Prb 3, 8/277-278). Sich selbst Achtung zu schenken würde aber auch bedeuten, nicht allzu streng mit sich zu sein (Prb 3, 8/272-273). Vergangene Erfahrungen, als auch der erlebte Verarbeitungsprozess durch die Aufstellung haben letztendlich zu mehr Achtsamkeit geführt (Prb 3, 14/522-523). Für den/die vierte ProbandIn zeigt sich die Achtsamkeit im mentalen Ausgleich, indem er/sie mit sportlicher Betätigung abschalten kann.

DISKUSSION UND AUSBLICK

Interpretative Einordnung und Beantwortung der Forschungsfrage

Die interpretative Ergebnisanalyse nimmt nun Bezug auf den zugrundeliegenden theoretischen Hintergrund, sowie auf die formulierten Hypothesen, um die Forschungsfrage hinreichend zu beantworten. Mithilfe der introspektiven Daten konnte das Denken, Fühlen und Handeln der Untersuchungspersonen analysiert und verglichen werden. Die wissenschaftliche Relevanz der Forschungsergebnisse zeigt sich im Sinnverständnis, in subjektiven Auskünften, als auch Verarbeitungs- und Wandlungsmechanismen der ProbandInnen, die letztendlich das Forschungsziel zum Ausdruck gebracht haben.

Die Nützlichkeit eines individuellen Vorgesprächs mit der systemischen Therapeutin, welches nur von zwei der vier ProbandInnen genutzt wurde, äußert sich in der bewussten, reflexiven Vorbereitung und Offenlegung des Konflikthanliegens. Um die Ausgangslage, den emotionalen und geistigen Zustand der KlientInnen überblickend festzuhalten und eine präzise Ziel- und Problemaufstellung zu erarbeiten, erweist sich ein therapeutisches Anamnesegespräch vor dem Aufstellungsseminar als hilfreiche Stütze für den weiteren Verlauf. Des Weiteren wird die Aufstellungsprotokollierung als sehr bereichernd anerkannt, da einige Vorteile aus der detaillierten Feldbeobachtung gezogen und für den zukünftigen Weg genutzt werden, als auch die Aufstellungserkenntnisse- und Erfahrungen nicht leicht in Vergessenheit geraten. Diese nachhaltigen Effekte werden mit dem Einsatz des Interviews nach einigen Monaten abgerundet. Die ProbandInnen teilen mit, dass das Interviewgespräch eine weitere Grundlage geboten hat, um den eigenen Verarbeitungsprozess voranzutreiben, da Einzelheiten der Problemthemen erneut thematisiert wurden. Somit war auch diese Gesprächseinheit eine erneute Konfliktauseinandersetzung und Beschreibung der gegenwärtigen Gefühls- und Gedankenzustände. Es wurde auch als sehr positiv rückgemeldet, dass die Untersuchungsdurchführerin ein Gespür für die Interviewführung und eine hohe persönliche Involviertheit und hohes Interesse in die Aufstellungsarbeit zeigte. Dies führte zu mehr Vertrauen, Offenheit und kooperativem Verhalten.

Systemische Aufstellungsseminare erweisen sich in Bezug auf die untersuchte Forschungsfrage als Schlüsselsituationen für TeilnehmerInnen, in denen intensive Erlebnismomente und tiefe Erfahrungen aufleben. Mit der therapeutischen Unterstützung, mit großer Wachsamkeit und Involviertheit kann effektiv auf das eigene Problemanliegen eingegangen wird. Die *Hypothese 1* wird insofern bestätigt, dass sich die Motive zur Teilnahme am Aufstellungsseminar durch die erfüllten Erwartungen abdecken. Die Präsenz eines konfliktbehafteten Anliegens sollte sichtbar gemacht werden und konnte auch nach Aussagen aller ProbandInnen Schritt für Schritt mit eigener Einsatzbereitschaft zur Auflösung und bedeutsamen Anschauungen führen. Alle vier ProbandInnen beschrieben eine hohe Motivation und Willensbereitschaft zur effektiven Umsetzung. Diese erste hypothetische Annahme ist auch mit der Fragestellung verknüpft, welche Vorteile und Stärken sich für die Aufstellungsarbeit nach Durchführung dieser empirischen Untersuchung ziehen lassen. Die Aufstellung erweist sich als Grundbaustein und Anreizpunkt für weitere (Verarbeitungs-) Schritte, um Probleme zu bewältigen und Klarheit zu schaffen. Sie zeigt sich demnach als Methode der Offenbarung und als ein prozessuales Therapiesetting, das mit seiner spielerischen und räumlichen Kraft, so wie der Rollenverteilung, Einfindungsprozessen und Perspektivenübernahme klare Vorteile mit sich zieht. Alle Sinnesebenen werden beansprucht und lassen es zu, sich Aspekte nicht nur auf kognitiver Ebene bewusst werden zu lassen, sondern zu spüren und zu verinnerlichen. Die Grundannahme, dass die Aufstellungsarbeit durch das Erleben von Emotionen funktioniert, wurde mit einzelnen Aussagen der ProbandInnen bestätigt. Dabei ist es auch von großer Wichtigkeit, nicht nur über gewisse Tatsachen, Gefühle, Gedanken zu sprechen - vor allem auch vergangene Erfahrungen und gegenwärtige Abwehrmechanismen -, sondern sie sich bildlich vor Augen führen zu lassen, um neue Geltung zu erlangen und sich von Blockaden zu befreien. Die persönliche Umstellung ist nach Angaben der Untersuchungspersonen sofort bemerkbar, da man sich schon während der Aufstellung neu orientiert und zur Wahrheitsfindung gelangt.

Hieran knüpft und bestätigt sich auch *Hypothese 2*, da die Aufstellungsarbeit zu einer neuen Ausrichtung für die betroffene Person und für das aufgestellte System führt, welche mit einer Bewusstseinsstärkung und einem tiefgreifenden Wandlungsprozess einhergeht. Eine führende Richtung wird durch die direkte Konfrontation,

Klarheitsschaffung, durch neue Einsichten, neue Erklärungs- und Beurteilungsweisen und neuen Bedeutungszuschreibungen ermöglicht. Positive Folgeerscheinungen und nachhaltige, stärkende Veränderungen zeigen sich. Wie es in der Literatur angedeutet wurde, entwickelt sich ein Selbstprozess, der Lebensinhalte und persönliche Anschauungen „ins neue Licht rückt“ (Weber, 2002, S. 68). Die Sichtbarmachung von den zugrundeliegenden Problemursachen gibt wieder Raum für die Suche nach dem persönlichen Realitätssinn. Diese vielseitige Nachwirkung kann mit einer bewussten Rückkopplung an das Aufstellungsgeschehen immer wieder in Erinnerung gerufen werden und in mehreren Lebensbereichen Einklang finden. Es zeigte sich in den ausgewählten Aufstellungen, dass es nicht nur eine einzige Wahrheit oder endgültige Lösung gibt. Es werden jedoch grundlegende Phänomene und Prozesse verdeutlicht, um aktiv „Veränderungsanstöße“ und Lösungsversuche einzuleiten, so wie es auch Weber, Schmidt und Simon (2005) anbringen. Die theoretischen Vorannahmen, bei denen es in der Einführung dieser wissenschaftlichen Arbeit um das „den Blick weiten“ und auf das „Eingebundensein des/der KlientIn“ ging, bekräftigten sich durch die ProbandInnen. Sie haben es für sich selbst erfahrbar gemacht, ihren Seelenbewegungen zu folgen, sich dem Selbst anzuvertrauen, die eigene Problematik und schicksalsbehaftete Angelegenheiten zu akzeptieren und das Ich auszuweiten. Grundlegende Einstellungs-, Gefühls- und Verhaltensänderungen zeigen sich in Erfolgserlebnissen, die noch im Detail und in Bezug auf die ausgewählten Kategorieninhalte beschrieben werden. Gesamtheitlich angeführt, fördern diese Veränderungen die Heilungsprozesse, stärken die Lebenskraft und befähigen die Personen, die Zukunft konstruktiv in die Hand zu nehmen. Zuversicht, Sicherheit und Selbstvertrauen wurde erlangt, was die Selbstermächtigung unterstützt. Aufgrund dieser Stärke, neuer Ordnung, Freisetzung von Energien im System und einer Orientierung auf vorhandene Ressourcen kann besser mit riskanten Situationen umgegangen werden, da die Folgen von Handlungen adäquat abgeschätzt werden und ein individueller Lernprozess in Gang gesetzt wird. Jedoch ist die Aufstellungsarbeit kein Allheilmittel und kann nicht nur zu positiveren Denk- und Verhaltensweisen führen. Passivität, alte Verhaltensmuster und wiederkehrende Gefühlswahrnehmungen kommen nach Angaben der ProbandInnen auch immer wieder zum Vorschein und schränken die erlangte Lebens- und Willenskraft ein.

Die *dritte hypothetische Annahme*, die es zu untersuchen galt, besagt, dass die nachhaltigen Veränderungen aus einer Erarbeitung von Problemlösungsstrategien resultieren, da belastende Konfliktsituationen entschärft und Lösungsansätze im Alltagsleben umgesetzt werden können. Dieser Behauptung stimmen alle ProbandInnen zu. Das eigene Coping- Verhalten konnte durch die Aufstellungsarbeit und der darin erarbeiteten Bewältigungsstrategien verbessert werden, sodass mit Lasten und Stresssituationen besser umgegangen werden kann und eine Immunisierung gegen Misserfolge und Negativität verschärft wird. Die eigene Bereitschaft gegen die vorherrschenden Konfliktpotenziale anzukämpfen zeigt sich bei allen sehr hoch, um die Lösungsansätze im Alltag bestmöglich umzusetzen und zu integrieren. Die Untersuchungspersonen können sich aufgrund neuer Erfahrungen leicht auf ihr entwickeltes Lösungsbild einlassen, sich hinein fühlen und abwägen, ob die eigene Stellung im aufgestellten System in dieser Art und Weise gefestigt und aufrechterhalten werden kann. Das Lösungsbild gibt den TeilnehmerInnen Kraft zur Selbstentfaltung, sodass auch die gewünschte, weitere Zielumsetzung infolge der Aufstellung sehr klar formuliert, angegangen und sich darauf konzentriert werden kann. Die Mühe, das Engagement und das Durchhaltevermögen zur Zielinvestierung sind mithilfe der Aufstellung und der Intensität der Konfliktpotenziale gewachsen. Es werden auch weitere Ziel- und Lösungsalternativen formuliert, um Besserung herbeizuführen. Die Interviewergebnisse zeigen im Ganzen, dass es ein stetiger Such- und Findungsprozess für lösende Erkenntnisse bleibt, welcher auch immer wieder von externen Einflüssen beeinflusst wird.

Für die *vierte aufgestellte Hypothese* legen die Forschungsnachweise dar, die Behauptung als wahr anzuerkennen. Alle vier ProbandInnen bringen individuell ausgelegte Erzählungen hervor, die besagen, dass die systemische Aufstellung den eigenen Umgang mit Reflexionen und Emotionen erleichtert und wirksam beeinflusst hat. Aufstellungsarbeit führte zur inneren Balancefindung, die durch die starke Emotionalität und dem begleitenden Verarbeitungsprozess bedingt ist. Das starke Spüren, Miterleben, die positiven Erlebnisse und die Ursachen-Problemanalyse im Aufstellungsprozess führen zur Konfliktablösung, Nachvollziehbarkeit und Ausrichtung auf das eigene Selbst, sodass besser mit Gefühlen und Gedanken umgegangen werden kann und Erleichterung durch den tiefgreifenden Verarbeitungs- und Verständnisprozess

spürbar wird. Diese Art von Harmonisierung hat nach Angaben der ProbandInnen auch eine sehr lange Nachwirkung, sodass eine deutliche Steigerung im Wohlbefinden beobachtbar ist. Die therapeutische Aufstellungseinheit offenbart sich aber auch als belastende Auseinandersetzung mit dem eigenen Problemanliegen. Jedoch konnte das psychische und körperliche Wohlergehen mithilfe der Aufstellungsprozedur gesteigert, neue Energie und Kraft geschöpft, sowie das eigene Problemthema vermindert werden. Der Selbstprozess bleibt nach der therapeutischen Intervention weiterhin im Gange, um eine ganzheitliche Lebenszufriedenheit zu erlangen und die bestehende Negativität in ihrer Intensität zu reduzieren. Das Seelen(er)leben bleibt stets durch diese negative Wahrnehmung beeinflusst und verlangt somit eine beständige Auseinandersetzung mit den selbstgesetzten Zielen und Wünschen.

Die *fünfte Hypothese* konnte anhand der Forschungsergebnisse ebenfalls verifiziert werden. In der Aufstellung konnte der Zugang zum inneren Bewusstseinsraum und Seelen(er)leben gefunden werden. Dies offenbart sich auch in einer neuen Sinn- und Identitätsfindung, sowie in persönlicher Reifung und Selbstentfaltung. Nach dem lösungsfokussierten Ansatz von Steve de Shazer und Insoo Kim Berg (1990) wird auch in der systemischen Beratung und Therapie das Selbstbild hinterfragt: „Wer bin ich? Wer möchte ich sein? Wohin möchte ich mich entwickeln?“ Durch die Aufstellungsarbeit wurde die Fähigkeit zur Selbstaktualisierung gefördert, indem das eigene aufgestellte Geschehen beobachtbar war, mitgewirkt hat und auch selbst in die Aufstellung eingetreten werden konnte, um Gefühle und Gedanken aufzunehmen und zu verinnerlichen. Die Aufstellungsarbeit unterstützt die Personen in Begleitung der systemischen Therapeutin tatkräftig in der Selbsterkundung. Den subjektiven Auskünften nach, führt sie zu einer facettenreichen Weiterentwicklung und Selbstausdehnung, da die Aufstellung als Chance genutzt wird, das eigene Wachstum zu fördern. Die Selbstwirksamkeit ist eine wichtige Prozesskomponente, die aufgrund der Aufstellung verstärkt wird. Mit höherer Selbstwirksamkeit werden die förderlichen Denk- und Verhaltensweisen angestrebt, sich eigene Kompetenzen bewusstgemacht und Widersprüchlichkeiten neuformuliert, um das Wohlbefinden zu steigern. Das Wohlergehen ist eng verknüpft mit der erlangten Achtsamkeit der ProbandInnen. Die systemische Aufstellung führt zu mehr Sorgsamkeit und Anteilnahme für das eigene Selbst, als auch für die Mitmenschen, die im Zusammenhang mit dem aufgestellten

System stehen. Eine stabilisierende, harmonische Einheit wird angestrebt, um den Lösungsansätzen nachzugehen. Hierbei verhilft die Aufstellung auch, die eigenen Grenzen wahrzunehmen und für zukünftige Schritte einzuhalten.

Die *sechste hypothetische Annahme*, ob systemische Aufstellungen auf multidirektionalen Wirkungsrichtungen basieren, kann durch einige bedeutsame Aussagen als richtig bestätigt werden. Die Erkenntnisvorgänge, die neuen Deutungsansätze und der Perspektivenwechsel, die in der Aufstellung erzielt werden, haben auch großen Einfluss auf die vorherrschenden Bedingungen und Beziehungskonstellationen im sozialen Umfeld. Die tiefgreifenden Veränderungen und Nachwirkungen der Aufstellungsprozedur werden nicht nur bei sich selbst wahrgenommen, sondern werden auch in anderen Lebenskontexten beobachtet. Das Gefühl der Erleichterung, der Befreiung und Ablösung der Konfliktpotenziale ist demnach nicht nur für die einzelne Person bestimmt, sondern zeigt sich auch bei betroffenen Systemmitgliedern. Die TeilnehmerInnen aktivieren oder verändern implizit Interaktions- und Beziehungsmuster im vertrauten Umfeld, was zur Auseinandersetzung der Problematik führen kann. Der soziale Kontext wird dabei auch als Ressource angesehen, mit dem eigenen Konflikthanliegen besser umzugehen.

Für diese empirische Arbeit sollte die Qualitätssicherung der systemischen Interventionsmethode vor allem durch das methodische Verfahren und dessen Wirksamkeit verifiziert werden. Die *siebte Hypothese* kann mithilfe der umfangreichen subjektiven Aussagen der ProbandInnen als richtig bestätigt werden. Die Aufstellungsmethodik ist demnach eine Möglichkeit, das individuelle Seelen(er)leben in systemisch-therapeutischer Unterstützung offenzulegen, zu bearbeiten und wirksame Dynamiken im System sichtbar zu machen. Dabei ist vor allem das Rollenverständnis und die Begleitung des/der TherapeutIn sehr wichtig. Je nachdem, welche therapeutische Haltung und ob ein wertschätzender Sinnrahmen besteht, kann die Arbeitsweise des/der Therapeutin als große Bereicherung angesehen werden und präsentiert sich in einer positiven Beziehungsarbeit während den Aufstellungen. Eine wichtige Gabe, die eine/n systemische/n TherapeutIn unter anderem auszeichnet und die Aufstellungsarbeit so besonders machen, ist das Gespür, wie sich ein/e KlientIn dem Aufstellungsbild zugewandt hat, ob er/sie mit der Neuheit, mit den Veränderungen umgehen kann, oder ob die Bedeutungszuschreibung fehlgeschlagen und der/die KlientIn Rückschläge

verspürt, oder die aufgestellten Beziehungskonstellationen nicht anerkennen kann. Die Wirksamkeit in systemischen Aufstellungen basiert nach Angaben der ProbandInnen auch auf den therapeutischen Botschaften, Hinweisen und Impulsvermittlungen, die eine Art (Lösungs-)Anregung vermitteln. Der Umgang mit Worten, Gefühlen und körperlichen Signalen, sowie das Fragenstellen und Nachsprechen von ritualisierten, stimmigen Glaubens- und Verhaltenssätzen verstärkt die therapeutische Balance und schafft ein grundlegendes Arbeits- und Vertrauensverhältnis.

Der wirksame Kern der Methodik offenbart sich im Hineintreten, im Ausdrücken von (fremden) Empfindungswahrnehmungen, im emotionalen und geistigen Miterleben, im Übertragen und Freisetzen von Energien und Kräften, sowie in der dynamischen Begegnung mit anderen (fremden) Personen, welche darin unterstützen, die individuelle Wirklichkeit objektiv zu konstruieren, einen freien Interpretationsrahmen zu gestalten, geführt und geleitet zu werden und das räumliche Stimmungsbild wirken zu lassen. Die Arbeit mit StellvertreterInnen manifestiert auch das Geheimnisvolle an Aufstellungsprozessen, da etwas nicht Vertrautes, Überraschendes passieren kann. Im Vergleich zu anderen Therapiemethoden präsentiert sich die Arbeit mit abstrakten Dingen, Begriffen und Lebensinhalten, die durch StellvertreterInnen verkörpert, nachgespürt und präsentiert werden im Raum, als wichtiges Aufstellungsmerkmal. Das räumlich-symbolische Aufstellungsbild erweist sich als einer der wichtigsten Wirkungsfaktoren, bei der Frage, worauf die positiven Effekte von Aufstellungsarbeit beruhen. Wie schon in der theoretischen Einleitung angeführt: „Die räumlichen Bilder kann man nach einer Aufstellung leichter zusammenfalten und zu Hause immer wieder ausfalten.“ (Weber et al., 2005, S. 33), ist es diese starke Präsenz eines visuellen Raumbildes, das sich zum Verankern und zum Erinnern als sehr effektiv herausstellt. Die Rollenauswahl und Rollenübernahme ist ein wichtiges Kriterium, um sich während einer Aufstellung wohlfühlen, Empfindungen zulassen und auch mit überraschenden Vorkommnissen konfrontiert werden zu können. Auch die Gruppenatmosphäre beschreibt einen bedeutsamen Wirkungsfaktor, da es nur aufgrund anderer TeilnehmerInnen im Raum möglich ist, Aufstellungsgeschehnisse in Hinblick auf die erwünschten Zielvorstellungen und Problembewältigungen in ihrer Wirkungskraft fließen zu lassen. Liegt eine harmonische Gruppendynamik vor, ist es für die Beteiligten möglich, sich mit Neugierde, Achtsamkeit, Wertschätzung und Toleranz zu begegnen

und den Such- und Findungsprozess zu gestalten. Weber (2000) spricht hierbei von einer „kollektiven Heilung, Zustimmung und dem Mitgerissensein“, da das gesamte Gruppengeschehen eine „suggestive Wirkung auf alle Beteiligten“ aufweist.

Zusammenfassend für den Erkenntnisgewinn dieser empirischen Studie beruhen die positiven Wirkungsfaktoren und erzielten nachwirkenden Effekte der systemischen Aufstellung, die von allen vier ProbandInnen in unterschiedlichen, aber auch in gleichgesinnten Aussageinhalten berichtet wurden, auf einer spürbaren Stabilisation; der Steigerung des Kohärenzgefühls und der damit verbundenen Selbstaudehnung und Realisation von Möglichkeiten; Durcharbeiten von psychischen Prozessen; einer einerseits gegebenen, geführten, als andererseits auch einer selbstgefundenen Wegoffenbarung und nachhaltigen Veränderungen im aufgestellten System, die durch eine ganzheitliche systemtherapeutische Begleitung unterstützt werden. Der Nutzen für die Teilnahme an einem systemischen Aufstellungsseminar verwirklicht sich in der Steigerung der eigenen Intimität und des individuellen Wohlbefindens, sich als frei handelndes Individuum zu betrachten, sowie in der Neugestaltung von Lebensphasen oder eines Lebensplans in Rücksichtnahme auf die soziale Eingebundenheit.

Grenzen und Limitationen der eigenen Studie

Zunächst wäre es wichtig zu erwähnen, dass es sich anfangs als eine große Herausforderung herausgestellt hat, eine professionelle und kooperative systemische Therapeutin in Wien zu finden, die sich für solch eine empirische Masterarbeit Zeit nehmen konnte und infolge damit einverstanden war, ihr eigenes Aufstellungsseminar für die wissenschaftliche Studie anzubieten.

Grenzen der Wissenschaftlichkeit lassen sich darin aufzeigen, dass die Studie ihre Ergebnisse auf Basis der Aufstellungsmethodik einer einzelnen Systemaufstellerin schlussfolgert, die darin ihre eigene Haltung, Arbeitsweise und Weltanschauung integriert. Andere SystemaufstellerInnen können andere Vorgehensweisen und Einstellungen aufweisen, die wiederum zu anderen Ergebnissen führen könnten. Es wurde auch nur ein einziges Aufstellungsseminar für den Untersuchungskontext ausgewählt, da es sonst den Umfang dieser empirischen Masterarbeit überschritten hätte.

Dies lässt demnach keinen empirischen Vergleich zu weiteren Seminaren mit anderen TeilnehmerInnen zu, welcher die Reliabilität und Validität der Forschungsergebnisse weitaus mehr absichern würde. Ein anderes Aufstellungsseminar könnte einerseits einen anderen Ablauf zeigen, wäre aber auch von anderen Personen besucht worden, die andere Problemthemen für die Untersuchung aufgestellt hätten. Hierzu kommt auch die kleine Stichprobengröße von vier freiwilligen ProbandInnen. Eine geringe Anzahl von Untersuchungspersonen ist auch beim qualitativen Vorgehen mit Vorsicht zu genießen. Es liegt auf der Hand, dass ein größerer Pool an ProbandInnen, die Aussagekraft der Forschungsergebnisse im Detailreichtum steigern und zu einer hypothesenkonformen Verifizierung führen würde. Des Weiteren ist zu beachten, dass die Aufstellungsarbeit - wie auch von den ProbandInnen berichtet - nicht für jede Person geeignet sein muss, um sich von Problematiken befreien zu können. Es bleibt dabei fraglich, welche Voraussetzungen eine Person für sich selbst mitbringen sollte, um sich auf Aufstellungsprozesse einzulassen. In Bezug auf diesen durchgeführten Untersuchungsplan zeigen sich auch unterschiedliche (Vor-) Erfahrungen mit der Aufstellungsarbeit. Zwei von vier ProbandInnen haben vor ihrer Seminarteilnahme noch kein Aufstellungssetting miterlebt. Durch Dritte wurden sie zur Teilnahme bewegt. Die anderen zwei Personen haben entweder schon einige Seminare für sich selbst besucht oder nur als RepräsentantIn mitgespielt. Hierbei kann ein Unterschied der Ergebnisse auf der individuellen Erfahrung und der Gewohnheit liegen.

Ein weiterer Punkt, der für die Studien-Limitationen anzuführen ist, liegt in einer potenziellen induzierten Selbsterfüllung oder Prophezeiung der ProbandInnen. Man könnte davon ausgehen, dass alleinig die Teilnahme am Aufstellungsseminar und die damit verbundenen Erwartungen eine Besserung herbeigeführt haben, da die Personen gewillt waren, eine Änderung herbeizuführen. Darüber hinaus kann das Bewusstsein darüber, für eine empirische Masterarbeit beobachtet, überprüft und befragt zu werden, automatisch positive Auswirkungen erscheinen lassen.

Implikationen für zukünftige Forschungsmöglichkeiten

Die kritische Konverse, die zu Beginn dieser wissenschaftlichen Arbeit angeführt wurde, geht weiterhin der Frage nach, weshalb systemische Aufstellungsarbeit in Zukunft als wirksame Interventionsmethode herangezogen werden soll. Die Methode, Qualität und der Nutzen stehen weiterhin auf dem Prüfstand, da bislang eine ausdrucksstarke, nachweisbare und repräsentative Erklärung für die Einflussosphäre fehlt.

Der gesamtgesellschaftliche und kulturelle Wandel führt zu einer deutlich gestiegenen Inanspruchnahme von psychotherapeutischen und beratenden Maßnahmen (Kühnlein & Mutz, 2008). Studien legen jedoch nahe, dass auch die kommerzielle Psychotherapie keinen 100%- Erfolg versprechen kann, da dieser von der Individualität des/der KlientIn, dem Belastungsgrad, Risiko- und Schutzfaktoren, Umwelteinflüssen, dem Vertrauens- und Arbeitsverhältnis und der eigenen Compliance abhängt. Individuen, die ein sich mit einem Konfliktthema auseinandersetzen wollen, können von großer Unsicherheit geplagt sein: Welcher therapeutische Weg ist der Richtige?

„Was beabsichtigen wir eigentlich, wenn wir unsere Aufstellungen machen? [...] Ist das Geheimnis der Aufstellungsarbeit, dass wir die Welt wieder in Ordnung bringen?“ (Essen, 2001)

In der systemischen Arbeit geht es nicht nur darum, einen Lösungsansatz für den/die KlientIn zu suchen und zu finden, sondern auch um die Nützlichkeit, die für das gesamte KlientInnensystem entsteht. Sieht man das Individuum nun als selbstständiges „strukturdeterminiertes System“ (Schweitzer & Reuter, 1991) an, sind es die eigenen Beobachtungen einer Person, die die subjektive Realität erfassbar machen. Es liegt alleine im Auge des/der Betrachters/Betrachterin, wohin die Offenbarung in der Systemumwelt führen kann und welcher Nutzen daraus zu ziehen ist. Die *Selbstwahrnehmung*, die durch die Aufstellungsprozedur gefördert wird, lenkt auf eine innere Ausrichtung und auf das innerliche Tätigsein mit der eigenen Seele. Um auf die empirische Wirksamkeit der systemischen Aufstellungsarbeit Bezug zu nehmen, liegt die Betonung nun nicht in der Fragestellung: „Werden hier richtige Erkenntnisse hervorgebracht?“. Es geht viel eher um die Wertigkeit der praktischen

Aufstellungsarbeit: „Worin liegt der Unterschied im Aufkommenden? Macht es Sinn für die betroffene Person? Wozu kann es führen?“

In der system-therapeutischen Arbeit geht es darum, wie bedeutsam der Aufstellungsprozess und die Problembewältigung für den/die KlientIn ist, um Lösungsstrategien zu finden, vorherrschende Konfliktpotenziale zu beseitigen und eine förderliche Lebensgestaltung voranzutreiben. Das Leben jedes/jeder Einzelnen ist nach Schützenberger (2007) ein Roman:

Wenn die Löcher, die Leerstellen, die klaffenden Lücken im Stammbaum, der uns trägt, zahlreich sind, dann schmerzt das auf die eine oder andere Weise. Wir wissen nicht mehr wer wir wirklich sind. [...] Unter all den stummen Erfahrungen sind diejenigen verborgen, die unserem Leben unbemerkt seine Form, seine Färbung und Melodie geben (...). (S. 131)

Die systemische Aufstellung wird auf einer Metabetrachtung des eigenen psychosozialen Handlungsumfeldes genutzt und erforscht, um nützliche Hinweise auf wichtige zusammenhängende Kontexteinflüsse zu geben, die zur Entwicklung von Problemlösungsstrategien beitragen (Weber et al., 2005). Die Aufstellungsarbeit ermöglicht es, die Ratlosigkeit und Hilflosigkeit von TeilnehmerInnen zu minimieren, indem die eigene Sichtweise, der eigene Fokus geweitet wird und sich die Person als eingebundenes Individuum in einem interpersonellen Beziehungsgeflecht anerkennt. Hierfür kann noch einmal auf die einführende Phrase zu Beginn hingewiesen werden: „Da wo nicht hingeschaut wird [...] bedarf es den Blick zu heben und ihn auf das Weite zu richten.“ (Knorr, 2004, S. 12). Die Suche nach dem Ausweg erweist sich auch in Aufstellungen nicht einfach. Doch es zeigt sich als empirisch bestätigt, sogenannte „Wahrheiten“ und Aufklärungen im gemeinsamen Prozess zu entdecken, die Sinnhaftigkeit darin zu verstehen, um das individuelle Wohlbefinden positiv zu beeinflussen (Knorr, 2004). Hierbei zeigt sich die Bedeutung des phänomenologischen Ansatzes: es gibt keinen privilegierten, einzigen Weg zur Wahrheitsfindung, denn die individuelle Wahrheit basiert auf „[...] (der) individuellen Sichtweise“ (Weber et al., 2005, S. 38). Die Aufstellung eines/einer KlientIn zeigt lediglich die `innere Aufstellung` oder das persönliche Welt/-Lebens/- Selbstbild, das keiner absoluten Wahrheit entspricht. Der Ausdruck von Gefühls- und Gedankenwahrnehmungen,

welcher durch die RepräsentantInnen geäußert wird, erfolgt in klarer Weise durch die Persönlichkeit und eigenen Denk- und Einstellungsweisen der stellvertretenden Person. Eigeninterpretationen sind somit keineswegs zu verhindern, jedoch basieren diese Prozesse auf einer grundlegenden kollektiven Tiefenwahrnehmung.

Die kontroversen Diskussionen von Gegnern betonen den unabdingbaren Kritikpunkt, dass systemtheoretische Stellungnahmen keinen Nachweis oder eine Antwort liefern auf das, was an Phänomenen in der Aufstellungsarbeit beobachtet wird. Hierfür zeigt sich für die wissenschaftliche Forschung und Anwendung eine große Aufgabe, systemtheoretische Erklärungen für die beobachteten Phänomene und eine derartige Wirksamkeit zu finden. Pragmatisch gesehen genügt es jedoch, dem/der systemischen TherapeutIn, „das Wirksame zu tun, auch wenn [er/sie] es nicht erklären kann.“ (Weber et al., 2005, S. 45). Hervorgebrachte Aufstellungsphänomene, die in Folge zu Veränderungen führen, welche von den Beteiligten als positiv angenommen werden, benötigen in diesem Sinne keiner konkreten Ursachenerforschung. Die erfahrene Wirklichkeit für den/die KlientIn muss ausreichend genug sein, um die Wirksamkeit von Aufstellungsseminaren nicht hinterfragen zu müssen. Die Frage nach dem „Warum?“ bleibt jedoch für tiefere Verständnisprozesse und wissenschaftliche Forschungserkenntnis legitimiert.

Die mehrheitliche Bemänglung, dass StellvertreterInnen in ihrer Rollenübernahme eine totale Neutralität einnehmen und dabei keine eigenen Persönlichkeitsanteile, ähnliche Problematiken oder Lebensgeschichten (unbewusst) in den Aufstellungsprozess involvieren, bleibt ein kritischer Ansatzpunkt. Jedoch zeigen die Ergebnisse dieser Masterarbeit, dass Aufstellungsseminare immer wieder zu 'Überraschungsmomenten' und Aha-Erlebnissen führen. Etwas Unerwartetes oder Unerklärliches tritt ein, was von keinem der Anwesenden in derartiger Weise 'vorhersehbar' war und trotzdem als richtig bestätigt wird. Es kann sogar so weit führen, dass ein/e RepräsentantIn dieselben Worte oder Inhalte wiedergibt, die die aufzustellende Person in Realität nutzt. Oder der/die RepräsentantIn zeigt dieselbe Körperhaltung, Bewegungen oder Beschwerden, die für die jeweilige Person, die vertreten wird, bekannt sind (Ulsamer, 2001).

Mit der menschlichen Rationalität lassen sich gewisse Aufstellungsprozesse nachvollziehen, doch von Grund auf bleibt es ein „Geheimnis“, wie es auch Bert Hellinger umschrieb (Ulsamer, 2001). Es bleibt ebenso erstaunlich, wie

Aufstellungsphänomene, wie die Kraft- und Energieübertragung bei fremden Personen möglich sind, durch die ein implizites Wissen erlangt wird, das eigentlich nur der aufgestellten Person zugänglich ist. Logische und in sich schlüssige Erklärungen bleiben soweit unerklärbar und es bedarf weiterhin systemtheoretische Erkenntnissen, die durch zukünftige Forschung ermöglicht werden kann.

Die Aufstellungsarbeit darf auch in ihrer pragmatischen Methodik positiv hervorgehoben werden. Vor allem aufgrund des systemisch- räumlichen Bildes gelangen KlientIn und TherapeutIn sehr schnell an relevante (Beziehungs-) Ausschnitte und Konstellationen, die den konflikthaften Kernpunkt des individuellen Anliegens aufzeigen (Weber et al., 2005). Ein (neues) Bild wird mit subjektiver Deutungszuschreibung gemeinsam erarbeitet. In Bezugnahme auf eine allgemein psychotherapeutische Intervention lässt sich hierfür ein gemeinsamer Nenner anbringen: Aufstellungen zeigen ihre Nützlichkeit der Methodik darin, dass im/in der KlientIn etwas angeregt wird, was zuvor nicht bewusst da oder offensichtlich war. Diesem (Wahrnehmungs-) Unterschied wird im Aufstellungsprozess und im zeitlichen Verlauf danach große Bedeutung und Achtung geschenkt.

Die Beforschung der systemischen Aufstellungsarbeit erweist sich auch für die Zukunft als tragende Herausforderung. Wie werden sich systemtheoretische Erkenntnisse entwickeln, wie werden sie angenommen und wird sich die Kluft zu den etablierten traditionellen Psychotherapiemethoden verringern, sodass systemische Aufstellungen als empirisch fundierte Interventionsmethoden Anerkennung finden?

LITERATURVERZEICHNIS

- Ameln, F. v. & Kramer, J. (2016). *Organisationen in Bewegung bringen: Handlungsorientierte Methoden für die Personal-, Team- und Organisationsentwicklung* (2.Aufl.). Berlin: Springer Verlag.
- Baumgartner, M. (2016). *Organisationskultur und Systemische Aufstellungen*. Verfügbar unter: https://www.weltbild.de/artikel/ebook/organisationskultur-und-systemische-aufstellungen_21736765-1?rd=1#information [25.07.2017]
- Berger, P. L. & Luckmann, T. (2009). *Die gesellschaftliche Konstruktion der Wirklichkeit: Eine Theorie der Wissenssoziologie* (19. Aufl.). Frankfurt am Main: Fischer Verlag.
- Baltes, P. B., Reese, H. W. & Lipsitt, L. P. (1980). Life-span developmental psychology. *Annual Review of Psychology*, 31, 65-110.
- Balz, H. J. & Plöger, P. (2015). *Systemisches Karrierecoaching* (1. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Berk, L. E. (2011). *Entwicklungspsychologie* (5. Auflage). München: Pearson.
- Bettighofer, S. (2016). *Übertragung und Gegenübertragung im therapeutischen Prozess* (5.Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer Verlag.
- Bortz, J. & Döring, N. (2006). *Forschungsmethoden und Evaluation für Human- und Sozialwissenschaftler* (4. Aufl.). Heidelberg: Springer Verlag.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

Daimler, R. (2013). *Basics der Systemischen Strukturaufstellungen. Eine Einleitung für Einsteiger und Fortgeschrittene: Mit Beiträgen von Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibéd*. München: Kösel.

De Shazer, S. (1988). *Clues: Investigating solutions in brief therapy*. New York: W. W. Norton & Company.

De Shazer, S. (1990). *Wege der erfolgreichen Kurztherapie* (2. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.

De Shazer, S. & Dolan, Y. (2016). *Mehr als ein Wunder: Die Kunst der lösungsorientierten Kurzzeittherapie* (Aufl. 5). Heidelberg: Carl- Auer- Verlag.

Diekmann, A. (2002). *Empirische Sozialforschung. Grundlagen, Methoden, Anwendungen* (9. Aufl.). Hamburg: Rowohlt Verlag.

Diesner, T. (2015). *Die Allgemeine Systemtheorie bei Ludwig von Bertalanffy: Eine Begründung interdisziplinärer Wissenschaftspraxis*. Berlin: Logos Verlag.

Egner, H. (2006). Autopoiesis, Form und Beobachtung: Moderne Systemtheorien und ihr möglicher Beitrag für eine Integration von Human- und Physiogeographie. *Mitteilungen der Österreichischen Geographischen Gesellschaft*, 148, 92-108.

Essen, S. (2001). Die Ordnungen und die Intuition. Konstruktivismus und Phänomenologie im Einklang?. In G. Weber (Hrsg.), *Derselbe Wind lässt viele Drachen steigen. Systemische Lösungen im Einklang* (S. 98-111). Heidelberg: Carl- Auer- Verlag.

Essen, S. (2003). *Autopoietische Aufstellungsarbeit. Praxis der Systemaufstellung*, 2, 34-39.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

Franke, U. (2006). *Wenn ich die Augen schließe, kann ich dich sehen. Familien-Stellen in der Einzeltherapie und- Beratung: Ein Handbuch für die Praxis* (3. Aufl.). Heidelberg: Carl- Auer- Verlag.

Frey, B. S. (2011). Glücksforschung aus der Sicht der Ökonomie. *Soziale Sicherheit: CHSS*, 6, 294-297.

Gläser, J. & Laudel, G. (2010). *Experteninterviews und Qualitative Inhaltsanalyse*. Wiesbaden: Springer Verlag.

Haken, H. (1996). Synergetik und Sozialwissenschaften. *Ethik und Sozialwissenschaften, Streitforum für Erwägungskultur*, 4, 587–594.

Haken, H. & Schiepek, G. (2005). *Synergetik in der Psychologie: Selbstorganisation verstehen und gestalten* (1. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.

Hauser, J. (2004). *Vom Sinn des Leidens: die Bedeutung systemtheoretischer, existenzphilosophischer und religiös-spirituelle[r] Anschauungsweisen für die therapeutische Praxis*. Würzburg: Königshausen & Neumann.

Hellinger, B. (2000). *Ordnungen der Liebe: Ein Kursbuch von Bert Hellinger* (6. Aufl.). Heidelberg: Carl- Auer- Verlag.

Hellinger, B. (2001). Einsicht durch Verzicht. Der phänomenologische Erkenntnisweg in der Psychotherapie am Beispiel des Familien-Stellens. In G. Weber (Hrsg.), *Derselbe Wind lässt viele Drachen steigen. Systemische Lösungen im Einklang* (S. 14-28). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

- Holitzka, M. & Remmert, E. (2000). *Systemische Organisationsaufstellungen für Konfliktlösungen in Unternehmen und Beruf: Ein Praxisbuch nach Bert Hellinger und anderen* (2. Aufl.). Darmstadt: Schirner Verlag.
- Hutterer, R. (2013). *Das Paradigma der Humanistischen Psychologie: Entwicklung, Ideengeschichte und Produktivität*. Wien: Springer Verlag.
- Kleve, H. (2008). *Postmoderne Sozialarbeit: Ein systemtheoretisch-konstruktivistischer Beitrag zur Sozialarbeitswissenschaft*. Wiesbaden: Springer VS.
- Kleve, H. (2009). *Konstruktivismus und Soziale Arbeit: Einführung in Grundlagen der systemisch-konstruktivistischen Theorie und Praxis*. Wiesbaden: Springer VS.
- Knorr, M. (2010). Der weite Blick. *Aufstellungsarbeit in sozialen und pädagogischen Berufsfeldern: Die andere Art des Helfens*, 12
- Knorr, M. & Vieten, T. (2010). *Systemische Homöopathie mit Familienaufstellung: Lösungen für unlösbare Fälle* (1. Aufl.). Stuttgart: Georg Thieme Verlag.
- Kreszmeier, A. H. & Hufenus, H. P. (2000). *Wagnisse des Lernens: Aus der Praxis der kreativ- rituellen Prozessgestaltung*. Bern: Paul Haupt Verlag.
- Kuckartz, U., Dresing, T., Rädiker, S. & Stefer, C. (2008). *Qualitative Evaluation: Der Einstieg in die Praxis* (2. Aufl.). Wiesbaden: VS Springer.
- Kühnlein, I. & Mutz, G. (2008). Psychotherapie im gesellschaftlichen Wandel. *Psychotherapeutenjournal*, 4, 338-347.

- Lang, K., Schmeling-Kludas, C. & Koch, U. (2007). *Die Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen: Das Hamburger Kursprogramm*. Stuttgart: Schattauer.
- Leutz, G. A. & Moreno, J. L. (2007). *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama: Einleitung in die Theorie und Praxis* (6. Aufl.). Stuttgart: Georg Thieme Verlag.
- Lieben, C. & Renoldner, C. (2011). *Verzeihung, sind Sie mein Körper?: Körper- und Symptomaufstellungen in einer körperfernen Zeit. Mit einem Vorwort von Matthias Varga von Kibéd*. München: Kösel-Verlag.
- Limberg-Strohmaier, S. & Klein, P. (2016). *Das Aufstellungsbuch: Familienaufstellung, Organisationsaufstellung und neueste Entwicklungen*. Wien: Braumüller- Verlag.
- Luhmann, N. (1987). *Soziale Systeme: Grundriß einer allgemeinen Theorie* (1. Aufl.). Berlin: Suhrkamp Verlag.
- Luhmann, N. (2002). *Einführung in die Systemtheorie*. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.
- Mahr, A. (1999). "Das wissende Feld". Familienaufstellungen als geistig-energetisches Heilen. In H. Wiesendanger (Hrsg.), *Geistiges Heilen für eine neue Zeit. Vom „Wunderheilen“ zur ganzheitlichen Medizin* (S. 225—242). München: Kösel.
- Mahr, A. (2001). Die Offenheit des wissenden Feldes. Von personalen zu transpersonalen Erfahrungen in Aufstellungen. In G. Weber (Hrsg.), *Derselbe Wind lässt viele Drachen steigen. Systemische Lösungen im Einklang* (S. 168-179). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

Mahr, A. (Hrsg.). (2003). *Konfliktfelder - wissende Felder: Systemaufstellungen in der Friedens- und Versöhnungsarbeit* (1. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Mainzer, K. (1997). *Gehirn, Computer, Komplexität*. Berlin: Springer Verlag.

Maturana, H. R. & Varela, F. J. (1987). *Der Baum der Erkenntnis*. München: Scherz Verlag. Mayer, C. H. & Hausner, S. (Hrsg.). (2015). *Salutogene Aufstellungen: Beiträge zur Gesundheitsförderung in der systemischen Arbeit*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Mayring, P. (2000). Qualitative content analysis. Forum: *Qualitative Social Research*, 1(2), Art. 20.

Mayring, P. (2003). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken*. Weinheim: Beltz.

Mayring, P. (2010). Qualitativ orientierte Verfahren. In H. Holling & B. Schmitz (Hrsg.), *Handbuch Statistik, Methoden und Evaluation* (S. 179-190). Göttingen: Hogrefe.

Mayring, P. (2016). *Einführung in die qualitative Sozialforschung: Eine Anleitung zu qualitativem Denken* (6. Aufl.). Weinheim: Beltz Verlag.

Mohe, M. (Hrsg.). (2015). *Innovative Beratungskonzepte: Ansätze, Fallbeispiele, Reflexionen*. Wiesbaden: Gabler Verlag.

Oerter, R. & Montada, L. (1997). *Entwicklungspsychologie: Ein Lehrbuch* (2. neubearbeitete Aufl.). Weinheim: Beltz PVU.

Reik, T. (2013). Hören mit dem dritten Ohr. *Deutsches Ärzteblatt*, 6, 264-265.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

- Ricken, N. (1999). *Subjektivität und Kontingenz. Markierungen im pädagogischen Diskurs*. Würzburg: Königshausen & Neumann.
- Rogers, C. R. (1971). Facilitating Encounter Groups. *American Journal of Nursing*, 71, 2.
- Ropohl, G. (2012). *Allgemeine Systemtheorie: Einführung in transdisziplinäres Denken* (1. Aufl.). Berlin: Edition Sigma.
- Roth, G. & Strüber, N. (2014). *Wie das Gehirn die Seele macht* (6.Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Satir, V. (1985). *Meditations, Inspirations*. Berkeley: Celestial Arts.
- Saur, F. & Ellebracht, H. (2014). *Führen in schwierigen Zeiten*. Wiesbaden: Gabler Verlag.
- Schäfers, B. (2016). Kommunikation als Schlüsselbegriff: Niklas Luhmann. In: *Sozialgeschichte der Soziologie* (S. 147-153). Wiesbaden: VS Springer.
- Scheib, P. & Wirsching, M. (2004). *Paar und Familientherapie: Leitlinie und Quellentext*. Stuttgart: Schattauer.
- Schlippe, A. v. & Schweitzer, J. (2003). *Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung* (9. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schlötter, P. (2016). *Vertraute Sprache und ihre Entdeckung: Systemaufstellungen sind kein Zufallsprodukt - der empirische Nachweis* (3. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.
- Schmidt, G. (2005). *Einführung in die hypnosystemische Therapie und Beratung*. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

Schneewind, K. A. (2010). *Familienpsychologie* (3. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer Verlag.

Schneider, J. R. (2006). *Das Familienstellen. Grundlagen und Vorgehensweisen*. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Schumacher, J., Klaiberg, A. & Brähler, E. (2003). Diagnostik von Lebensqualität und Wohlbefinden – Eine Einführung. In J. Schumacher, A. Klaiberg & E. Brähler (Hrsg.), *Diagnostische Verfahren zu Lebensqualität und Wohlbefinden* (S. 9-14). Göttingen: Hogrefe.

Schüle, C. (2014). Selbstfindung. Wie bin ich wirklich?. *ZEIT Wissen*, 4, 14.

Schützenberger, A. A. (2007). *Oh, meine Ahnen! Wie das Leben unserer Vorfahren in uns wiederkehrt* (5.Aufl.). Heidelberg: Carl- Auer- Verlag.

Schweitzer, J. & Reuter, D. (1991). Systemisches Denken in der Heimerziehung: Anregungen für Pädagogik, Beratung und Organisation. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 5, 171-17.

Schweitzer, J., Beher, S., von Sydow, K., & Retzlaff, R. (2007). Systemische Therapie/Familientherapie. *Psychotherapeutenjournal*, 1 (2007), 4-19.

Sheldrake, R. (1999). *Der siebte Sinn der Tiere. Warum Ihre Katze weiß, wann Sie nach Hause kommen und andere ungeklärte Fähigkeiten der Tiere*. München: Scherz Verlag.

Simon, F. B., Rech-Simon, C. (1999). *Zirkuläres Fragen. Systemische Therapie in Fallbeispielen: Ein Lernbuch* (2. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

Simon, F & Retzer, A. (2003). Zwei Welten. Systemische Psychotherapie und der Ansatz Bert Hellingers. In C. Goldner (Hrsg.), *Der Wille zum Schicksal* (S. 149-157). Wien: Ueberreuter Verlag.

Simon, F. B. (2007). *Einführung in Systemtheorie und Konstruktivismus* (2. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Simon, F. B. (2012). *Meine Psychose, mein Fahrrad und ich: Zur Selbstorganisation der Verrücktheit* (13. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Sparrer, I. (2001). *Wunder, Lösung und System. Lösungsfokussierte Systemische Strukturaufstellungen für Therapie und Organisationsberatung*. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Sparrer, I. (2009). *Systemische Strukturaufstellungen. Theorie und Praxis* (1. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Sparrer, I. & Varga von Kibéd, M. (1998). Wie Systeme Systeme wahrnehmen: Körperliche Selbstwahrnehmungen bei Systemischen Strukturaufstellungen. In H. Milz, M. Varga von Kibéd (Hrsg.), *Körpererfahrungen – Anregungen zur Selbstheilung* (S. 114-141). Zürich: Walter Verlag.

Sparrer, I. & Varga von Kibéd, M. (2010). *Klare Sicht im Blindflug: Schriften zur Systemischen Strukturaufstellung*. Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Stierlin, H. (2001). *Das erste Familiengespräch: Theorie-Praxis-Beispiele*. (8. Aufl.) Stuttgart: Klett-Cotta.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

Strauss, A. L. (1994). *Grundlagen qualitativer Sozialforschung: Datenanalyse und Theoriebildung in der empirischen soziologischen Forschung*. München: Wilhelm Fink Verlag.

Strunk, G. & Schiepek, G. (2006). *Systemische Psychologie: Eine Einführung in die komplexen Grundlagen menschlichen Verhaltens*. München: Elsevier Verlag.

Stumm, G., Deimann, P., Jandl-Jager, E. & Weber, G. (Hrsg.). (1995). *Psychotherapie Beratung, Supervision, Klinische Psychologie, Ausbildung in Österreich*. Wien: Falter Verlag.

Sydow, K. v., Beher, S., Retzlaff, R. & Schweitzer-Rothers, J. (2007). *Die Wirksamkeit von Systemischer Therapie/Familientherapie*. Göttingen: Hogrefe.

Tröndle, M. (Hrsg.). (2010). Systemtheorie, ein Versuch. In S. Bekmeier-Feuerhahn, S. Höhne, R. Keller, B. Mandel, M. Tröndle, K. Van den Berg & T. Tembylas(Hrsg.), *Kulturmanagement und Kulturpolitik: Jahrbuch für Kulturmanagement* (S. 13-41). Bielefeld: transcript Verlag.

Tschacher, W., Schiepek, G. & Brunner, E. J. (2012). *Self-organization and clinical psychology: Empirical approaches to synergetics in psychology*. Berlin: Springer Science & Business Media.

Ulrich, H. (1975). Der allgemeine Systembegriff. In J. Baetge, (Hrsg.), *Grundlagen der Wirtschafts- und Sozialkybernetik: Betriebswirtschaftliche Kontrolltheorie* (S. 33-39). Wiesbaden: Springer VS.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

Ulrich, H. & Probst, G. J. B. (1988). *Anleitung zum ganzheitlichen Denken und Handeln*. Bern: Paul Haupt Verlag.

Ulsamer, B. (2001). *Das Handwerk des Familien-Stellens: Eine Einführung in die Praxis der systemischen Hellinger- Therapie*. München: Goldmann Verlag.

Urban, M. (2009). *Form. System und Psyche: Zur Funktion von psychischem System und struktureller Kopplung in der Systemtheorie*. Wiesbaden: Springer VS.

Varga von Kibéd, M. (2002). Unterschiede und tiefere Gemeinsamkeiten der Aufstellungsarbeit mit Organisationen und der systemischen Familienaufstellungen. In G. Weber (Hrsg.), *Praxis der Organisationsaufstellungen – Grundlagen, Prinzipien, Anwendungsbereiche* (S. 11-33). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Varga von Kibéd, M. & Sparrer, I. (2016). *Ganz im Gegenteil Tetralemmaarbeit und andere Grundformen Systemischer Strukturaufstellungen – für Querdenker und solche, die es werden wollen* (9. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Watzlawick, P. (1976). *Wie wirklich ist die Wirklichkeit? Wahn, Täuschung, Verstehen*. München: Piper Verlag.

Weber, G. (Hrsg.). (2000). *Praxis des Familienstellens: Beiträge zu systemischen Lösungen nach Bert Hellinger* (3.Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Weber, G. (2002). *Praxis der Organisationsaufstellungen. Grundlagen, Prinzipien und Anwendungsbereiche* (2.Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

- Weber, G., Schmidt, G. & Simon, F. B. (Hrsg.). (2005). *Aufstellungsarbeit revisited... nach Hellinger? Mit einem Metakommentar von Matthias Varga von Kibéd* (1. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer-Verlag.
- Wehner, L., Brinek, T. & Herdlitzka, M. (2010). *Kreatives Konfliktmanagement im Gesundheits- und Krankenpflegebereich: Gesunde ZwischenMenschlichkeit* (1. Aufl.). Wien: Springer Verlag.
- Westhofen, R. W. (2012). *Zwischen Realismus und Konstruktivismus: Beiträge zur Auseinandersetzung mit systemischen Theorien Sozialer Arbeit*. Münster: Waxmann Verlag.
- Willke, H. (2000). *Systemtheorie I: Grundlagen: Eine Einführung in die Grundprobleme der Theorie sozialer Systeme*. Stuttgart, New York: UTB.
- Wittgenstein, L. (2003). *Philosophische Untersuchungen* (7. Aufl.). Berlin: Suhrkamp Verlag.
- Zimmer, R. (1995). *Handbuch der Sinneswahrnehmung*. Freiburg: Herder Verlag.
- Zimmermann, U. (2013). Emotionalität und der subjektive Sinn von Widerstand gegen Bildung. In B. Käßlinger, S. Robak, S. Schmidt-Lauff (Hrsg.), *Engagement für die Erwachsenenbildung* (S. 67-75). Wiesbaden: Springer VS.
- Zuckermann, M. (2016). *Freud und das Politische: Psychoanalyse, Emanzipation und Israel*. Wien: Promedia Verlag.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

TABELLENVERZEICHNIS

Tabelle 1: Zusammenstellung der demographischen Befragung_____39

Tabelle 2: Selbst erstelltes Kategoriensystem_____50

ANHANG

Einwilligungserklärungen der vier ProbandInnen

ProbandIn 1

Einverständniserklärung

Interview-Vereinbarung

Name des/der Interviewten

Alter 41

Ansch.

Telefon

Email

Ort des Interviews Wohnung Interviewerin

Datum des Interviews 17.05.2017

Ich, der/die Interviewte, erkläre hiermit, dass ich am Interview zum Thema "Was ist wirksam an Systemaufstellungen, worauf beruhen erzielte (förderliche) Effekte und wie äußern sich diese in der Nachhaltigkeit?" teilnehme und bin auch mit einer auditiven Aufzeichnung des Gesprächs einverstanden.

Hiermit übergebe ich Frau Lea Stegmaier die Verantwortung über die Nutzung meiner Informationsdaten. Ich habe meine Nutzungsrechte zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden, dass meine Auskünfte, die im Rahmen des Aufstellungsseminars am 11.3.2017 und im Rahmen des folgenden Interviews entstanden sind, in anonymisierter Form für das wissenschaftliche Forschungsprojekt zur Anwendung kommen.

Datum und Unterschrift der/des InterviewpartnerIn

17.05.2017 

Datum und Unterschrift Interviewerin

 17.05.2017

ProbandIn 2

Einverständniserklärung

Interview-Vereinbarung

Name des/der Interviewten

Alter 59 3/4

Anschrift

Telefon/Mo

Email

Ort des Interviews

Datum des Interviews

18.5.17

Ich, der/die Interviewte, erkläre hiermit, dass ich am Interview zum Thema "Was ist wirksam an Systemaufstellungen, worauf beruhen erzielte (förderliche) Effekte und wie äußern sich diese in der Nachhaltigkeit?" teilnehme und bin auch mit einer auditiven Aufzeichnung des Gesprächs einverstanden.

Hiermit übergebe ich Frau Lea Stegmaier die Verantwortung über die Nutzung meiner Informationsdaten. Ich habe meine Nutzungsrechte zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden, dass meine Auskünfte, die im Rahmen des Aufstellungsseminars am 11.3.2017 und im Rahmen des folgenden Interviews entstanden sind, in anonymisierter Form für das wissenschaftliche Forschungsprojekt zur Anwendung kommen.

Datum und Unterschrift der/des InterviewpartnerIn

18.5.17



Datum und Unterschrift InterviewerIn

18.5.17 

ProbandIn 3

Einverständniserklärung

Name des/der Interviewten

Alter 34 Jahre

Anschrift

Telefon/

Email

Ort des Interviews Wohnung der Interviewerin

Datum des Interviews 22.5.2017

Ich, der/die Interviewte, erkläre hiermit, dass ich am Interview zum Thema "Was ist wirksam an Systemaufstellungen, worauf beruhen erzielte (förderliche) Effekte und wie äußern sich diese in der Nachhaltigkeit?" teilnehme und bin auch mit einer auditiven Aufzeichnung des Gesprächs einverstanden.

Hiermit übergebe ich Frau Lea Stegmaier die Verantwortung über die Nutzung meiner Informationsdaten. Ich habe meine Nutzungsrechte zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden, dass meine Auskünfte, die im Rahmen des Aufstellungsseminars am 11.3.2017 und im Rahmen des folgenden Interviews entstanden sind, in anonymisierter Form für das wissenschaftliche Forschungsprojekt zur Anwendung kommen.

Datum und Unterschrift der/des InterviewpartnerIn

22.5.2017



Datum und Unterschrift InterviewerIn

22.05.2017



ProbandIn 4

Einverständniserklärung

Interview-Vereinbarung

Name des/der Interviewten

Alter 27

Anschr

Telefor

Email

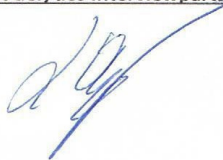
Ort des Interviews Wien

Datum des Interviews 23.5.2017

Ich, der/die Interviewte, erkläre hiermit, dass ich am Interview zum Thema „Was ist wirksam an Systemaufstellungen, worauf beruhen erzielte förderliche Effekte und wie äußern sich diese in der Nachhaltigkeit?“ teilnehme und bin auch mit einer auditiven Aufzeichnung des Interviews einverstanden. Ich übergebe hiermit Frau Lea Stegmaier die Verantwortung über die Nutzung meiner Informationsdaten. Ich habe meine Nutzungsrechte zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden, dass meine Auskünfte, die im Rahmen des Aufstellungsseminars am 11.3.2017 und im Rahmen des folgenden Interviews entstanden sind, in anonymisierter Form für das wissenschaftliche Forschungsprojekt zur Anwendung kommen.

Datum und Unterschrift der/des InterviewpartnerIn

23.5.2017



Datum und Unterschrift InterviewerIn

23.05.2017



Kategorienbeschreibung und Ankerbeispiele

Im Folgenden werden die einzelnen Kategorien für die thematische Zuordnung detailliert beschrieben, um den Codierungsprozess im Auswertungsverfahren verständlich zu machen:

Kategorie 1: Motive für die Teilnahme am Aufstellungsseminar

- (a) Welche Motivation lag vor?
- (b) Wie involviert ist die Person gewesen- mit welcher Einsatzbereitschaft?
- (c) Inwieweit hat er/sie Gefallen an der Aufstellungseinheit gefunden?
- (d) Welche Erwartungen wurden an das Seminar gesetzt? Wurden diese erfüllt?
- (e) Ist in Zukunft eine weitere Teilnahme absehbar?

Tabelle 3

Beispiel-Items für die erste Kategorie

Vorgespräch	Interviewleitfaden
„Was bringt Dich zu mir? Würdest Du mir Dein Anliegen genauer beschreiben?“	„Beschreibe mir doch zunächst einmal, was Dich zum Aufstellungsseminar geführt hat- und wie es dir gefallen hat.“

Kategorie 2: Prozessarbeit

Die Summe grundlegender Veränderungen und Wandlungen über die Zeit und infolge des Aufstellungsprozesses:

- (a) Wie verändert sich das Denken (Sichtweisen, Einstellungen), das Fühlen, das Handeln, und die Beziehungskonstellationen der Personen?
- (b) Können verdrängte Erfahrungen wiederentdeckt und bearbeitet werden?
- (c) Entstehen Veränderungen durch die Zuschreibung neuer Bedeutungen und Einsichten?

Tabelle 4

Beispiel- Items für die zweite Kategorie

Vorgespräch	Interviewleitfaden
„Sind bei Dir der Wille und der Mut zur eigenen (persönlichen) Veränderung da?“	„Wie erging es Dir beim Wiedereinflinden in Dein normales Alltagsgeschehen? ... Konntest Du bestimmte (neue) Reflexionen oder Gefühle wahrnehmen/ einordnen/ verinnerlichen?“

Kategorie 3: Konfliktbewältigung

Beschreibt den Bezug zur Ursachenfindung und Nachvollziehbarkeit des Problemanliegens, so wie die Rücksichtnahme auf den Einfluss von vergangenen Erfahrungen und Konfliktpotenzialen:

- (a) Erleben von Lasten und Beschwerden: Wie ist es möglich, die erlebte Negativität bestmöglich auszugleichen?
- (b) Wie hoch zeigt sich die Bereitschaft und der Einsatz im Umgang mit dem Konflikthanliegen?
- (c) Welche Problembewältigungsstrategien werden umgesetzt, die in der Aufstellung gemeinsam erarbeitet wurden?

Tabelle 5

Beispiel- Items für die dritte Kategorie

Vorgespräch	Interviewleitfaden
„Wie kannst Du diese Beschwerden bestmöglich für dich lösen/damit umgehen?“	„Stell Dir nun mal eine spezifische Situation vor, in der Du ein negatives Erlebnis oder die Lasten Deines Anliegens wieder spürst. Wie kannst Du diese Beschwerden für Dich selbst bestmöglich ausgleichen?“

Kategorie 4: Allgemeines Wohlbefinden

Bezieht sich auf das zu beschreibende Wohlbefinden während der Aufstellung und im weiteren zeitlichen Verlauf nach dem Aufstellungsseminar.

- (a) Gab es körperliche oder gefühlsmäßige Auffälligkeiten?
- (b) Treten gegenwärtige körperliche Symptome oder psychische Beeinträchtigungen in Erscheinung? Wenn ja, wie sind diese spürbar?
- (c) Kann von einer Verbesserung und Minderung der Problematik im Verlauf der Zeit gesprochen werden?

Tabelle 6

Beispiel-Items für die vierte Kategorie

Vorgespräch	Interviewleitfaden
„Verspürst Du momentan körperliche oder psychische Einschränkungen?“	„Leidest Du zurzeit an körperlichen Symptomen oder nennenswerten psychischen Beeinträchtigungen?“
Wenn ja, ...wie stark bist Du durch diese in Deiner Lebensgestaltung beeinträchtigt?“	Wenn ja, ...wie stark bist Du durch diese in Deiner Lebensgestaltung beeinträchtigt? Hält es Dich davon ab, bewusst an Dinge heranzugehen oder Probleme zu bewältigen?“

Kategorie 5: Konstruktivistisches Denken und Handeln

Steht in Verbindung mit der Selbstorganisation und der Lebens- und Willenskraft: selbstbestimmtes Können und Wollen, eigene Führung, Vertrauen in sich selbst, egozentrisch- fokussiert; als auch der Suche nach dem Ausgleich von Beschwerden und protektiven Faktoren.

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

- (a) Fühlt sich die Person bekräftigt, das Leben und die Zukunft nach eigenem Ermessen zu gestalten?
- (b) Welches Ausmaß nehmen die Dimensionen Aktivität vs. Passivität ein?
- (c) Wie zeigt sich die Selbsteinschätzung bei einer Einstufung zwischen `sich ohnmächtig – stark/mächtig -fühlen`?
- (d) Wie genau kann die Person Situationen einschätzen? Wie hoch zeigt sich die Risikobereitschaft, Veränderungen anzustreben, auch wenn diese mit Konsequenzen verbunden sind? Wie kann sie (vor allem aus negativen) Konsequenzen lernen?
- (e) Was schenkt der Person Energie? Was kräftigt, unterstützt und befähigt sie zum Handeln?
- (f) Zeigen sich in bestimmten Kontexten ein Nachlass, Rückgang an Kräften oder erreichten Zielsetzungen? Was entzieht eher die Lebenskraft?

Tabelle 7

Beispiel-Items für die fünfte Kategorie

Vorgespräch	Interviewleitfaden
„Welche Folgen/Auswirkungen könnte es haben, wenn Du etwas Gutes für Dich tust, oder Dich auf Dich selbst konzentrierst (z. B. in zwischenmenschlichen Beziehungen...)?“	„Hat Dir das Aufstellungsseminar dazu verholfen, Deine Willenskraft zu steigern? Fühlst Du dich nun eher bekräftigt, Dein Leben (in vielen Lebensbereichen) nach eigenem Ermessen zu gestalten?“

Kategorie 6: Ziel- und Lösungsorientierung

Bezieht sich auf die Erreichung selbstgesetzter Ziele und Lösungsmuster, auf die persönliche Einschätzung des eigenen Einflusses auf die Lösungsumsetzung, so wie auf eine Kehrtwendung von alten Denk- und Verhaltensmustern:

- (a) Ist die Person im Einklang mit den erarbeiteten Lösungsschritten? Inwiefern zeigen sie Wirkung?

Worauf beruhen erzielte förderliche und nachhaltige Effekte der Systemaufstellung?

- (b) Wie hoch ist die Bereitschaft, Mühe und Engagement in weitere Ziele zu investieren?
- (c) Werden weitere Lösungsalternativen angesucht, um Besserung herbeizuführen?

Tabelle 8

Beispiel-Items für die sechste Kategorie

Vorgespräch	Interviewleitfaden
<i>„Ist es Dir vorstellbar, dass Du mithilfe der Aufstellung leichter und vielleicht sogar eleganter Grenzen/Ziele setzen kannst in Zukunft?“</i>	<i>„Macht sich diese Konfliktbewältigung in unterschiedlicher Qualität sichtbar? ...Hast du Dich z. B. darin stärken können, mehr Verantwortung zu übernehmen; Dich durch die Aufstellung von Abhängigkeiten lösen können; Dich auf die wesentlichen Kernpunkte Deiner Aufstellung für den zukünftigen Weg fokussieren können?“</i>

Kategorie 7: Einfluss der Umwelt und Interaktionsprozesse

Steht in Verbindung mit der Bearbeitung von Kommunikationsstilen, der Aktualisierung und Intensivierung von Beziehungsstrukturen, Begegnungen, Erfahrungen und Emotionen. Dabei wird Bezug genommen auf die Selbstbestimmtheit und auf die Befreiung von pathologischen Verstrickungen:

- (a) Gibt es externe Einflüsse, die das Problemanliegen (weiterhin) erschweren?
- (b) Fühlt sich die Person wohl in sozialen Kontexten?
- (c) Wie schätzt sich die Person hinsichtlich ihrer Wirkung auf das Umfeld selbst ein?
- (d) Fühlt sich die Person in Abhängigkeit lebend/stehend? Sieht sie sich selbst handlungseingeschränkt?
- (e) Sind Veränderungen in zwischenmenschlichen Beziehungen wahrnehmbar?
Wird der soziale Kontext als Ressource oder als Risikofaktor angesehen?

Tabelle 9

Beispiel-Items für die siebte Kategorie

Vorgespräch	Interviewleitfaden
„Wenn sich etwas nicht gut anfühlt oder schiefläuft, fallen dir Dinge ein, die Dich in diesen Situationen unterstützen, sich hilfreich anfühlen und zum Handeln befähigen?“	„Gibt es Kontexte, in denen du Dich wohler fühlst und in anderen nicht? ... Sind hier seit dem Aufstellungsseminar Veränderungen hinsichtlich Deines Wohlbefindens aufgetreten?“

Kategorie 8: Therapeutische, methodische und systemische Balance

Bezieht sich auf die Qualität und Verfahrensgüte der Interventionsmethode in Hinblick auf die unterstützende Rolle der Therapeutin, auf die Beziehungsarbeit, als auch auf positive Erkenntnisse der Aufstellungsmethodik:

- (a) Konnte ein intensives Arbeits-und Vertrauensverhältnis entwickelt werden?
- (b) Inwieweit stellt sich die systemische Aufstellung als einen Prozess und als eine Methode der Offenbarung dar?
- (c) Wie leicht erscheint es, sich in Positionen/Rollen als RepräsentantIn, BeobachterIn und als aufstellende Person einzufinden, diese wahrzunehmen, Impulse zu spüren und Körperempfindungen nachzugehen?
- (d) Wie hilfreich werden sprachliche und symbolische Interaktionsprozesse empfunden?
- (e) Wie wird das Gruppensetting, die Dynamik und die Atmosphäre wahrgenommen?

Tabelle 10

Beispiel-Items für die achte Kategorie

Vorgespräch	Interviewleitfaden
„Wie hoch würdest Du eine Erwartung einschätzen, dass sich eine positive Veränderung durch die Aufstellung ergibt?“ (Skalierung: Skala 1-5)	„Was blieb Dir am methodischen Vorgehen positiv im Gedächtnis; oder wurde dir im Nachhinein noch ersichtlich?“

Kategorie 9: Selbsterkundung und Selbstmanagement

Bezieht sich auf die Wahrnehmung der eigenen Identität, die innere Balance, die Vertiefung und Klärung eigener Gefühle und Gedanken, das Ziel der Selbstverwirklichung und den Blick auf das Eigene zu verschärfen, sowie auf die Wandlung des Selbstbildes:

- (a) Können die Aufstellungserfahrungen als Chance zur Weiterentwicklung und Wachstum angesehen werden? Besteht die Fähigkeit zur Selbstaktualisierung?
- (b) Geht die Person achtsamer mit sich selbst und mit den Anderen um? Wird das eigene Selbst, sowie andere Personen angenommen, sodass eine stabilisierenden Einheit angestrebt werden kann?
- (c) Ist es der Person möglich, als Seele bewusst zu leben und sich auszudehnen?
- (d) Werden Grenzen gesetzt und geachtet?
- (e) Zeigen sich Nachwirkungen und tiefgreifende Änderungen?

Tabelle 11

Beispiel-Items für die neunte Kategorie

Vorgespräch	Interviewleitfaden
„Wenn du dir nun vorstellst, dass sich ein Wunder deiner Lösung (über Nacht) ergibt- ohne dass du es bemerken würdest-Wer wärst du dann? Was hätte sich verändert?“	„Wer bin ich überhaupt? Wer will ich sein? Wohin möchte ich mich entwickeln?... Was würde dir (instinktiv) in den Kopf kommen?“

Fragenkatalog des Vorgesprächs

1. Was bringt Dich zu mir? Würdest Du mir Dein Anliegen genauer beschreiben? <i>K1: Motive für die Teilnahme am Aufstellungsseminar (UK1 Beweggrund)</i>
2. Welche Bedeutung und welchen Einfluss hat dein Anliegen auf Dein Erleben? Wie wird es spürbar/ sichtbar für dich? Woran merkst du es? <i>K1: Motive für die Teilnahme am Aufstellungsseminar (UK1 Beweggrund)</i> Wie oder woran hindert dich dein beschriebenes Problemthema? Hast du den Eindruck, einig mit dir zu sein? – oder bist du im Unfrieden/Konflikt mit dir in einer bestimmten Sache, die du mir schildern könntest? <i>K9: Selbsterkundung und Selbstmanagement (UK1 Selbstwahrnehmung)</i> Gibt es nebenbei irgendwo Konfliktpotenziale, die (immer wieder) auftreten? (Schuldgefühle, schwere Verluste, Ausschluss, tragische Trennungen, Erziehung...) <i>K7: Einfluss der Umwelt und Interaktionsprozesse (UK1 Loyalitätsverpflichtungen, UK2 Veränderungen in der Umwelt)</i>
3. Hast Du schon Erfahrung mit Aufstellungsseminaren oder mit einer psychotherapeutischen Begleitung gemacht? Siehst Du in der Aufstellungsarbeit eine (neue) Möglichkeit, etwas zu verändern? <i>K8: Therapeutische, methodische und systemische Balance</i>
4. Was erwartest Du dir von dieser Aufstellung? Was erhoffst Du dir? <i>K1: Motive für die Teilnahme am Aufstellungsseminar (UK2 Erwartungshaltung)</i> Wie hoch würdest Du es einschätzen, dass sich eine positive Veränderung durch die Aufstellung ergibt? (Skalierung: auf einer Skala von 1-5 (keine Tendenz zur Mitte!)) <i>K1: Motive für die Teilnahme am Aufstellungsseminar (UK2 Erwartungshaltung)</i> <i>K8: Therapeutische, methodische und systemische Balance</i>

5. Sind bei Dir der Wille und der Mut zur eigenen (persönlichen) Veränderung da? Wenn sich in Folge etwas für Dich verändern würde, gehst Du dann ein Risiko ein? Welche Folgen/Auswirkungen könnte es haben, wenn du etwas Gutes für Dich tust, oder Dich auf Dich selbst konzentrierst (z. B in zwischenmenschlichen Beziehungen...)? <i>K5: Konstruktivistisches Denken und Handeln (UK1 Lebens- und Willenskraft, UK2 Realitätsbewusstsein, UK4 Ressourcenorientierung)</i>
6. Wie würde eine mögliche Lösung deines Anliegens aussehen? Was wäre für dich eine gute Lösung? <i>K6: Ziel- und Lösungsorientierung</i> Wie würdest du merken, dass es sich zum Besseren wendet? In welcher Qualität würde sich dies zeigen? <i>K4: Allgemeines Wohlbefinden (UK3 Steigerung im Wohlbefinden)</i> Was wäre auch schon ein gutes Ergebnis, was dich freuen und zufriedenstellen würde? Dürfte es auch ein bisschen weniger von etwas sein? In welchem Lebensbereich könnten sich diese Veränderungen zeigen? <i>K2: Prozessarbeit (UK1 Veränderung)</i> <i>K6: Ziel- und Lösungsorientierung (UK1 Einklang mit Lösung(sweg), UK2 Ziel- und Lösungsalternativen)</i>
7. Was denkst Du, wie viel Einfluss hast du selbst auf diese Veränderung(en)? Wie hoch schätzt Du deine Fähigkeit ein, allgemein dein Leben nach eigenem Ermessen/ Interesse zu gestalten? Wo würdest Du Dich auf einer Skala ansiedeln, wenn 0 „ohnmächtig/ausgeliefert und 10 „mächtig/stark“ beschreibt? Ist es Dir vorstellbar, dass Du mithilfe der Aufstellung leichter und vielleicht sogar eleganter Grenzen/Ziele setzen kannst in Zukunft? <i>K4: Allgemeines Wohlbefinden (UK3 Steigerung im Wohlbefinden)</i> <i>K5: Konstruktivistisches Denken und Handeln (UK1 Lebens- und Willenskraft, UK2 Realitätsbewusstsein, UK4 Ressourcenorientierung)</i> <i>K6: Ziel- und Lösungsorientierung (UK1 Einklang mit Lösung(sweg), UK2 Ziel- und Lösungsalternativen)</i> <i>K9: Selbsterkundung und Selbstmanagement (UK2 Sinn- und Identitätsfindung)</i>

8. Wenn du dir nun vorstellst, dass sich ein Wunder deiner Lösung (über Nacht) ergibt- ohne dass du es bemerken würdest- Wer wärest du dann? Was hätte sich verändert?

Wer in deinem (sozialen) Umfeld würde diese Veränderung (auch) wahrnehmen?

Ist es Dir vorstellbar, dass Du achtsamer mit Dir selbst umgehst- und auch mitanderen?

K9: Selbsterkundung und Selbstmanagement (UK1 Selbstwahrnehmung, UK2 Sinn- und Identitätsfindung)

9. Verspürst Du momentan körperliche oder psychische Beeinträchtigungen/Symptome?

Wenn ja, wie stark bist Du durch diese in Deiner Lebensgestaltung beeinträchtigt?

K4: Allgemeines Wohlbefinden (UK1 Körperliche Befindlichkeit, UK2 Psychische Befindlichkeit)

10. Gibt es Etwas in Deinem Leben/Alltag, was Dich kräftigt, was Dich nährt und wovon Du Energie gewinnen kannst?

Wenn sich etwas nicht gut anfühlt oder schiefläuft, fallen Dir Dinge ein, die Dich in diesen Situationen unterstützen, sich hilfreich anfühlen und zum Handeln befähigen? K5:
Konstruktivistisches Denken und Handeln (UK4 Ressourcenorientierung)

: Einfluss der Umwelt und Interaktionsprozesse (UK3 Ressource oder Risikofaktor)

11. Was, von Deinem beschriebenen Anliegen/Thema, entzieht Dir am meisten (Lebens-)Kraft und Energie?

Wie kannst Du diese Beschwerden bestmöglich für Dich lösen/damit umgehen?

Wann fällt Dir die Bewältigung (von Krisen etc.) leichter, schwerer? Wann ist es besser möglich?

Wo nimmst Du die Auswirkungen mehr wahr- psychisch (z.B niedergeschlagen sein...) oder körperlich (Schmerzen...)?

K3 Konfliktbewältigung (UK1 Copingmechanismus, UK2 Umgang mit Negativität) K4 Allgemeines Wohlbefinden (UK1 Körperliche Befindlichkeit, UK2 Psychische Befindlichkeit)

12. Würdest Du mir Dein Bild über dich selbst beschreiben können? Wie nimmst Du Dich selbst wahr?

Was würdest Du positiv benennen, was überzeugt dich an Dir Selbst? Wo siehst Du Deine Stärken?

Was magst Du eher nicht an Dir- oder wo erkennst Du Dir Schwächen an?

K9: Selbsterkundung und Selbstmanagement (UK1 Selbstwahrnehmung, UK2 Sinn- und Identitätsfindung)

13. Was wäre Dir wirklich wichtig aufzustellen?

Welche Personen oder Qualitäten sollten in Deiner Aufstellung sichtbar werden?

Welche Zusammenhänge sollten klarer für Dich werden?

14. Gibt es noch eine Frage, die ich Dir stellen sollte? Oder etwas, was noch nicht geklärt für Dich ist?

Feldbeobachtungsprotokolle

ProbandIn 1

Aufstellungsseminar Samstag, 11.3.2017 in Wien

teilnehmende Feldbeobachtung der Aufstellungsarbeit, 16:35 Uhr

(Aufstellungen der RepräsentantInnen nach der Reihe)

➊ **ICH** (wird in den Raum aufgestellt)

➋ **HERZ** (dem ➊ gegenübergestellt)

THERAPEUTIN zu ➊: Wie geht es dir nun?

➊ *es gehört irgendwie zu mir, aber gleichzeitig macht es mir Angst. Und es berührt mich sehr...*

➋ *ich verspüre Ohnmacht, so als würde ich mich gern fallen lassen wollen. Kann mich nicht festigen. Am Anfang war es noch schwerer, aber gerade wird es besser. DIE ÖFFNUNG IST DA...*

Satz Therapeutin für ➊: „Kann mich meinem Herz zuwenden und es berührt mich“

➌ **MUTTER** und ➍ **VATER** (werden aufgestellt)

➊ (geht sofort weiter weg, schreit, Wutausbruch) *alles von oben bis nach unten tut weh. Das halt ich nicht aus.* (ballt die Hände, atmet tief ein und aus)

➋ *ich bin vollkommen ratlos. Was ist passiert? Um was geht es denn?*

➍ *ich bin problemfrei. Bei mir ist alles gut.*

THERAPEUTIN: Wo kannst du mehr Sicherheit verspüren?

➊ *Vater, joah passt so. (geht näher an ihn) (...) ist angenehmer. Da kann ich atmen.*

THERAPEUTIN: Wie geht es dir ➋?

➋ *Die Mutter ➌ hat mich eher aufgeregt, zum Vater ➍ bin ich eher neutral eingestellt. Allgemein bin ich aber eher am Flattern und fühle mich eingeengt.*

➌ (dreht sich weg und hin zum Geschehen) *Zusatzinfo: ihr eigener Vater war in Kriegsgefangenschaft*

➊ *ich kann da gar nicht hinschauen.*

Satz Therapeutin für ① zu ③: „Ich habe deine Angst nicht ertragen. Es hat mich erdrückt. Und es ist aber deine Angst! (..) Ich habe es über mich zu meiner Angst gemacht.“

③ ich weiß, ich konnte aber nicht anders. Ich hatte Angst, dich zu verlieren.

Satz Therapeutin für ③ zusätzlich: „Ich war in großer Sorge. Ratlos, hilflos...“

THERAPEUTIN: Schau, ob du dich an den Vater ④ anlehnen kannst?

① zu ④ ganz sanft aber bitte...

④ stellt sich hinter ihn

THERAPEUTIN zu ①: Soll ② näher an dich rücken?

① fühl mich gut so. Hauptsache ich sehe es. Es passt so, aber ③ ist meine 1. Beziehung.

② für mich ist das auch vertraut...

Satz Therapeutin für ① zu ③: „Sehe mich, als den, der ich jetzt bin. Ich bin nicht nur die 'Herzschwäche'. Ich bin so viel mehr. (..) Und du bleibst die Mama.“

⑤ **PARTNERSCHAFT** (wird hineingestellt)

① und ② mit ④ im Rücken, reichen ⑤ die Hand hinüber

② ich verspüre Wärme

① Also...hmm, nein sie hat keine Chance, ② ist vorrangig.

Satz Therapeutin für ① zu ③: „Du bist meine 1. Beziehung. Dein Herz habe ich als erstes gehört und spüren können in deinem Körper.“

① gibt die Hand zu ② und spricht zu ③ Nur mit meinem Herzen haben wir eine Chance, aber ich brauche noch Zeit.

⑤ das kommt an! Wichtig ist diese Hand, die ich sehe. Diese Verbundenheit.

④ ich betrachte das wohlwollend. Ich sehe mich als das KRAFTGESCHENK.

① zu ④ die Hände am Rücken tun sehr gut, aber geht es noch sanfter?

Eine Reihe von Personen, als darstellende Männer-Generation, wird hinter den Vater ④ aufgereiht (ohne Bezeichnung)

② ich spüre ganz viel Wärme!

① ich bin ein warmherziger Mann (umso mehr nun)! (...) und sehr wohlwollend dem Neuen gegenüber.

5 *ICH FREUE MICH SCHON AUF DICH.*

1 schaut zu **2** und spricht mit dem Satz der Therapeutin zur Mutter **3**: „Das wird mir nicht schaden, Mama.“

3 ich fühle mich frei von der Verantwortung. Ich kann das gut nehmen und sehen, dass er mit dem Herz **2** verbunden ist.

5 ich bin bereit. Es ist nicht leicht, aber ich fühle mich sehr hingezogen.

PRB1 nimmt selbst seinen Platz bei **1** an: fühlt sich jetzt sehr gut an, das so zu sehen und es so zu spüren.

2 es/er kommt an. Ich habe ein sehr warmes Herz.

PRB1 schaut das Herz **2** skeptisch an

Satz Franziska für **PRB1**: „Kriegen wir das gemeinsam sicher hin?... deinem Herz habe ich als 1. gehört“

PRB1: ich möchte das hinbekommen!

3 und meinen Segen hast du dafür...

4 und ich bin das KRAFTGESCHENK: möchte Liebe, Vertrauen, Selbstvertrauen geben

2 es ist so viel wärmer geworden mit den Männer- Personen hinter euch.

THERAPEUTIN zu **PRB1**: Spüre ins Herz. (legt ihm seine Hand darauf)

PRB1 zu **5** schauend: sieht entspannend aus. Jetzt flirte ich nicht nur. Das Ziel ist, gemeinsam zu sein und etwas zu machen.

PRB1 öffnet seinen Reißverschluss des Pullovers: So, ist das Herz frei. So verspüre ich Wärme, Offenheit, das Herz und die Kraft. Jetzt kann ich es machen.

5 ich freu mich schon drauf.

FRANZISKA zu **PRB1**: Spüre auch die Kraft des Vaters, die Freundlichkeit. Er hat auch ein warmes Herz für Dich.“

PRB1 geht einen kleinen Schritt nach vorne auf **5** zu: und immer mit **2**...

ProbandIn 2

Aufstellungsseminar Samstag, 12.3.2017 in Wien

teilnehmende Feldbeobachtung der Aufstellungsarbeit, 11:40 Uhr

(Aufstellungen der RepräsentantInnen nach der Reihe)

THERAPEUTIN: Spürt den Boden, die Hände, den Atem...

① **ICH** (wird aufgestellt): *meine Füße sind standhaft. Das hat sich verändert. Am Anfang war es nicht so, bessert sich mit der Zeit...*

② **ICH- ESSENZ** (wird aufgestellt; nachdem an Position angekommen, leicht in die Knie gehend, Schulter hochziehend)

THERAPEUTIN: Fühlt euch frei. Ihr seid frei, wohin ihr euch bewegen wollt...

① *mir geht es gut. Bisschen besser seit die Essenz/ ② anwesend ist.*

Satz Therapeutin für ②: „Ich möchte `schlimm` sein...manchmal groß, manchmal klein. So wie ich will.“

② *ich habe komische Knie. Möchte mit der Höhe variieren...*

① *fühlt sich stimmig an, diese Bewegungen. Das Freche an ihr tut mir sehr gut.*

③ **MUTTER** (wird neben ① aufgestellt)

① *das ist mir zu nahe (macht einen Schritt von ihr weg) ...*

③ *mir ist das ebenfalls zu nahe gewesen...*

④ **VATER** (wird weit weg von allen aufgestellt; mit Rücken zu ihnen, aber im Blick-/Richtungsfeld von ①)

⑤ **SYMPTOM** (wird hinter ① aufgestellt)

(① schaut zurück, hinter sich)

THERAPEUTIN zu ①: Konntest du dein Empfinden unterscheiden, je nachdem wer in den Raum kam?

① der Vater und die Essenz sind ganz angenehm, der Vater passt so da hinten. Das Symptom ängstigt mich aber von hinten. Sollte eher weiter rechts stehen...

④ ich fühle mich zwar alleine, aber ausgeglichen. Ich spüre die Familie nicht. Mich lenkt etwas Anderes ab.

② bis jetzt war es wie ein Zirkus für mich hier. Aber seitdem das Symptom/⑤ da ist, fühlt es sich wahnsinnig gefährlich an. Es ist nun ernsthaft. Keine `Verarsche` mehr...

⑤ wollte eigentlich ein bisschen vorbei an ①. Wäre am liebsten rechts davon.

(② stellt sich zwischen ① und ⑤)

② ich bin eine schützende Mauer. Ich habe das Gefühl, mich aufbrummen zu müssen.

③ ich bin eingebettet.

④ bei mir ist es ruhig. Ich weiß zwar von dieser Familie, aber schaue woanders hin. Ich habe eine in mir ruhende Empfindung. Fühle mich gut so.

(THERAPEUTIN dreht ④ um, sodass er nun zu den anderen RepräsentantInnen schaut)

① ich mag das nicht, dass er nun zu uns schaut...

⑤ ist eigentlich ganz passend mit der Essenz/② dazwischen. Aber sie macht sich ein bisschen breit da.

① die Essenz als Wand tut mir sehr gut. Ich habe aber auch Angst vor dem Vater. Da brauche ich noch eher Schutz.

② ich würde dich gerne noch mehr schützen. Ich kann aber nicht alles übernehmen...

① ich muss zurückgehen. (...) zu ④: ich will gar nicht, dass er mich anschaut. (...) besser noch, zum Symptom/⑤ zu schauen, will gar nicht mehr zum Vater schauen (④ ist nun auch wieder umgedreht)

(② versucht ihr Gewicht und ihre Balance auszugleichen, geht auf die halben Zehenspitzen)

(③ stellt sich zwischen ① und ④)

③ fühlt sich so gut an. Anders, als er umgedreht war, war es kalt- alle möglichen körperlichen Zustände...

① bin hin und her gerissen: ich brauch den Augenkontakt zu ⑤, möchte nicht abgelenkt sein davon

6 EX-PARTNER (wird dazu gestellt; geht in seiner Position sofort zurück): *ich verspüre Wut...*

2 *ich kann nicht mehr, DAS IST ZU VIEL*

1 *das ist so verletzend, dass er zurückgeht. Ich verstehe seine Reaktion nicht!*

Satz Therapeutin für **6** zu **1**: *„Halt mich nicht mehr fest, halt mich nicht auf, ich bin gegangen.“*

1 *aber ich möchte unbedingt wissen warum??? ICH KANN ES NICHT AKZEPTIEREN. ICH BIN SO TRAURIG DARÜBER.*

Satz Therapeutin für **6** zu **1**: *„Ich gehe in den Tod, weil ich es will...“*

(**6** entfernt sich immer weiter mit Schritten zurück, **2**/Essenz lächelt sie an dabei)

6 *du hast mir die Luft zum Atmen genommen. Es war NUR ALLES ZU VIEL. Ich möchte meine Ruhe nun haben....*

(**1** Klarheit macht sich ersichtlich)

Satz Therapeutin für **PRB 2 selbst für 6**: *„Ich lass dich gehen. Es reicht total!“*

1 Blick zu **2** lächelnd: *fühlt sich schön an*

5 *ich möchte die 2/ Essenz bei mir haben*

2 *du kannst dich auch ganz auf mich verlassen...*

3 *mir geht es nicht gut, seitdem 6 im Raum ist, und 4 verstärkt dieses unwohle Gefühl noch.*

5 *ich habe auch das Gefühl weggehen zu wollen*

Therapeutin: sucht euch verschiedene neue Plätze, wie fühlen sich diese an?

3 *eher fremd*

4 *wohler*

6 *gar keine Veränderung*

1 zu **6** *schauend: zu bedrohlich! Ich brauche Schutz, das ist wie ein Spiel mit dem Feuer...*

7 DAS LEBEN (wird aufgestellt; will sich in ihrer Position bewegen, kann nicht ruhig stehen, ist aufgeweckt, tänzelnd, versprüht Leichtigkeit)

1 *ich will näher zur 7, aber ich brauch was zwischen dem Symptom/ 5, ich brauche mehr Schutz*

2 stellt sich direkt hinter **1**

1 schaut nun zu **7**

3 *also ich gehöre nicht mehr dazu, zum Leben. Ich schaue mir das von Oben an*
Therapeutin zu **6**: Gönnst du ihr/ **1** das Leben?

6 *ja, aber ich will meine Ruhe haben...*

4 *ich bin unberührt. Bin eher in der Form der Berührung, die ich nicht verändern will. Aber ich bin nicht unberührt.*

Therapeutin zu **4**: Was berührt dich denn?

4 *Ruhe berührt mich. Sie sind zwar alle vorhanden. Und es ist gut, dass es euch gibt (...)*

Satz **Therapeutin** für **4** zu **1**: „Du sollst dein eigenes Leben haben. Du hast deinen eigenen Weg und deinen eigenen Willen (...), es ist gut, dass es dich gibt.“

1 *landet, hört sich gut an...*

PRB2 selbst an Position stellen, **1** umfasst sie von hinten am Bauch, **PRB2** lehnt sich an **2** an, schaut dabei zu **7**: *total schön, gutes Gefühl*

2 *lässt sich gut halten. Kannst dich total auf mich verlassen!*

PRB2: *aber irgendwas passt immer noch nicht...*

8 KRIEGSGESCHEHEN (wird hinter **4** aufgestellt)

8 zu **PRB2** sprechend: *ich bin nicht dein Geschehen. Schau auf das Leben, dein Leben!*

7 *ich bin nun auch traurig (weinend). Aber trotzdem noch voller Energie. Die Bewegung ist immer noch da!*

Satz **Therapeutin** für **PRB2** zu **8**: „das lass ich los!“

7 *ich bin voller Bewegung. Das Loslassen, das kann ich spüren ja (weinend)*

PRB2 zu **3**: *ich habe ein bisschen Frieden geschlossen...*

Satz Therapeutin für **PRB 2** zu ③: „Aber es hat noch Zeit, ich schaue gut zu dir...“

③ zu **PRB 2** die Kraft kommt vom Herzen und aus tiefer Überzeugung.

Satz Franziska für ⑦ zu **PRB 2**: „Es hat noch Zeit, es ist so!“

⑦ Es hat noch viel Bewegung. Es tut mir leid, dass du leidest, aber es geht noch weiter.

ICH BIN DAS LEBEN, du bist mir lieb! (in Tränen sprechend)

Im 3er Team: ①, ② und **PRB 2** schauen gemeinsam zu ⑦

⑦ streckt beide Hände aus

PRB 2 geht direkt auf die Geste ein, gleich umarmen wollen, tief schluchzend, befriedigendes Durchatmen

THERAPEUTIN: So schön, vom Leben umarmt zu werden, oder?!

PRB 2: sehr schön!!!

③ jetzt bin ich auch beruhigt, meine Tochter wird geliebt und nimmt das Leben an.

THERAPEUTIN: Das ist doch toll oder?!

⑤ (in einer hinteren Ecke stehend): und ich bin gar nicht mehr da!

⑥ gut zu sehen, wenn es ihr gut geht

④ wird noch viel zu tun geben...

Satz Therapeutin für ⑦: „der Tod ist erst später...!“

⑦ gibt **PRB 2** 2 Küsschen auf die Backe, zunicke, mitwirkend: **DAS LEBEN!**

Bewegung ist da, schön und positiv und das **LACHEN** ist da.

⑨ **DER TOD** (wird dazu gestellt)

PRB 2 dreht sich um, ② umarmt sie dabei

Satz Therapeutin für ⑧ zu **PRB 2**: „So schlimm bin ich nicht.“

PRB 2: So schaust du auch aus, aber lass mir noch Zeit.

PRB 2 zum Leben/ ⑦ schauend: vom Herzen schaue ich gerne dahin...

ProbandIn 3

Aufstellungsseminar Samstag, 11.3.2017 in Wien
teilnehmende Feldbeobachtung der Aufstellungsarbeit, 15:00 Uhr

(Aufstellungen der RepräsentantInnen nach der Reihe)

① ICH (am aufgestellten Platz Arme unten verschränkt, hochblickend) *eigentlich geht's mir ganz gut...*

② LEBENSFREUDE (rechts vorne dran aufgestellt) *kann nicht zu ihr schauen, aber sonst fühlt es sich leicht an. Aber kann sie nicht anschauen...*

① *sie ist eine Königin (...) ich bin kleiner als meine Lebensfreude. Ich bin ein Kind.*

THERAPEUTIN zu **①**: Sag mir eine Zahl zwischen 0-9?

① 9 (kam wie aus dem Nichts aus ihr)

PRB 3 selbst beifügend: *mit 9 Jahren haben die Probleme mit meiner Mutter angefangen...*

③ MUTTER (hinter **①** links aufgestellt)

④ VATER (hinter **①** rechts aufgestellt)

③ *ich verspüre Herzklopfen, körperliches Vibrieren ganz stark...*

④ *nur ein kleines Gefühl spürbar. Da ist so ein Wall dazwischen, der nicht überwindbar ist.*

② *ich sehe sie nicht. Da kommt nichts an (ihre Arme wollen immer leicht nach oben)*

① zu **②**: *ich möchte, dass du meine Mutter bist.*

⑤ ALEX/ älteste Schwester (vor **①** schräg aufstellend, mit Blick zu ihr)

⑥ LYDIA (neben/hinter Vater aufstellend)

⑦ BENJAMIN (hinter den Vater stellend)

(Ein Pegel an Personen ist nun im Raum aufgestellt)

THERAPEUTIN : fast klassisch. Eltern nebeneinander, Kinder daneben.... geht euren Impulsen nach.

① (sich hinsetzend am Boden): *die Lebensfreude soll mich wegtragen*

② *ich habe das Gefühl, ich muss Alex/ ⑤ im Blick halten. Mag zwar auch eher ① anschauen, aber fühle mich auch sehr für Alex verantwortlich. Ich mag sie nur sehen können, brauch sie gar nicht so nah.*

① zu ② *sprechend: sie regelt das für mich. Ich vertraue auf ihre Wirkung...*

④ *ich fühle mich zu eingeschränkt. Möchte eher herumlaufen und in die Nähe zu ①*

② *mich irritiert es, dass sich ① hinsetzen muss, oder sich so klein macht. Aber ich spüre, dass unsere Beziehung zueinander trotzdem da ist.*

⑧ **MUTTER DES VATERS** (wird hineingestellt)

④ *es stellt meine Haare auf am Nacken!*

① *sehr unheimlich. Ich fühle mich gar nicht mehr sicher.*

② *mein Gesicht fühlt sich an wie eingeschlafen, ist sehr angespannt.*

⑤ *also die Nähe seiner Mutter ist auch mir sehr unangenehm.*

① *für mich ist es einfach sehr wichtig, dass ② zu mir gehört!*

Satz Therapeutin für ① zu ②: *„Bitte sei für mich da! MEINE Lebensfreude“*

② *ich sehe Alex/ ⑤ eh im Augenwinkel, das ist gut so.*

(⑤ und ② stehen nebeneinander)

① *aber so geht das gar nicht für mich.*

Satz Therapeutin für ① zu ②: *„Ich brauch dich unabdingbar.“*

(Geschwister stehen alle in einer Reihe)

① *das ist mir alles zu viel hier. Ich will nur ②, es geht nur um sie.*

② *aber ich bin teilbar. Ich sehe auch die anderen.*

Satz Therapeutin für ②: *„Ich Sorge für das Glück der Familie; Sorge für das, was verbindet.“*

② und ① *ist mir am nächsten...*

Satz Therapeutin für ① zu ④: *„Ich klage dich nicht an. Du bist gegangen.“*

① *ist so fremd, so unheimlich, nicht erreichbar- wie ein Felsen. Etwas Brutales, habe Angst. Mit seiner Mutter hier fühlt es sich noch viel schwerer ertragbar an. (⑧ steht hinter ihr)*

Satz Therapeutin für ①: *„Es ist mir zu viel.“*

PRB 3 selbst in den Raum getreten

Satz Therapeutin für **PRB 3** zu ①: „Ich kümmere mich jetzt um dich alleine. Jetzt bist du mir wichtig. Ich bin jetzt groß, 34 Jahre alt. Du bist ein kleines Mädchen und ich schütze dich.“

① zu **PRB 3**: dann musst du mich wegtragen...

Satz Therapeutin für **PRB 3** zu ④: „Ich hatte dich so gern! Jetzt lass ich dich gehen...und es tut mir so weh (...) (währenddessen weinend...braucht viel Zeit, um die Sätze zu verinnerlichen und auszusprechen) Deine Entscheidung ist und bleibt DEINE Entscheidung. Aber ich entscheide mich für die Lebensfreude. Auf die kleine Dani, auf die schaue ich jetzt. Von ihr lass ich mich erreichen und bereichern.

④ bin versunken. Ich bin weg! Ich fühle mich nicht anwesend.

Satz Therapeutin für ④ zu **PRB 3**: „Mein Leid, gehört mir alleine!“

① zu ④: Wenn du so traurig aussiehst, fliegt mein Herz zu dir...

Satz Therapeutin für **PRB 3** zu ④: „Ich kann dein Leid aber nicht mindern. Ich wollt es immer versuchen. Es wird mir aber zu schwer. Es ist mir zu schwer. Ich sehe es schon zu lange.“

(**PRB 3** wendet sich zur Lebensfreude/② und zur kleinen PRB 3/①)

③ ich gönne dir die Lebensfreude!

ALEX/⑤ ich bin auch sehr versöhnlich.

⑥ mir fehlen die Eltern. Es war sehr schwer für mich.

① ich möchte gerne immer noch weg. Raus, den Ausgang hinaus...mit der Lebensfreude/② gemeinsam.

② fühlt sich jetzt auch leichter an...

PRB 3: ich empfinde große Zuneigung hier. Dennoch stehe ich im Schatten der Familie.

Satz Therapeutin für **PRB 3**: „Ich wende mich jetzt meinem eigenen Leben zu- ohne euch dabei zu vergessen. Mein Leben ist (gerade) das Wichtigste.“

(ALEX/⑤ umarmt sie daraufhin sofort. Streichelt sie über den Rücken und am Kopf)

① das ist irgendwie alles ein Getue mit den Geschwistern.

1 zu **PRB 3**: *du kannst groß und klein sein. Aber meine Lebensfreude ist das Wichtigste. Ich brauche viel Schutz. Pass auf mich auf und nimm mich mit auf deinen Weg nun (zum Bergsteigen, Reiten...). Bei allem, was gut für dich ist!*

Satz Therapeutin für **1** zu **3**: „Ich hätte Schutz gebraucht von dir!“

THERAPEUTIN zu **PRB 3**: Siehst du, das Kind wollte weggetragen werden aus der Familie. Es war zu schwer für sie. Wem würdest du die Schwere nun zurückgeben (wollen)? Spüre nach, wohin die Schwere gehört....

PRB 3: *Zu meinem Vater.*

PRB 3 übergibt die Last (Kissen) an **4**: *Ich gebe sie dir zurück!*

4 *ich/man kann es ertragen. Es passt. Ich trage es.*

Satz Therapeutin für **4**: „Ich trage es, weil es am richtigen Platz ist nun.“

4 *ich möchte es auch nicht weitergeben, obwohl ich die Chance zu habe.*

PRB 3 (sehr erstaunt, verblüfft): *mich wundert es sehr, warum er es nicht weitergibt. Er erscheint mir nun als ganz anderer Typ Mann nun (...) Ich habe Respekt davor. Es fühlt sich gut an.*

Satz Therapeutin für **PRB 3** zu **4**: „Danke, ich habe es zu lange getragen. Ich habe geglaubt, es für dich tragen zu müssen. Sehe nun aber deine eigene Kraft. Ich nehme nun meine eigene vorhandene Kraft an, nachdem ich Deine sehen konnte (...) Ich nehme jetzt meine Kraft an.“

1 zu **PRB 3**: *dann können wir ja nun endlich mal etwas zusammen machen. Ich will jetzt raus hier...*

ProbandIn 4

Aufstellungsseminar Samstag, 12.3.2017 in Wien

Teilnehmende Feldeobachtung der Aufstellungsarbeit, 10:25 Uhr

(Aufstellungen der RepräsentantInnen nach der Reihe)

➊ **ICH** (wird aufgestellt)

THERAPEUTIN: du spürst bereits, wie du dastehst?

➋ **DEIN WEG** (wird aufgestellt)

THERAPEUTIN (während des Hereinführens): Lass dich tragen (...), durch den Boden spüren.

➎ *mir geht's gut!* (schaut in ihre Richtung geradeaus)

➏ geht zwei Schritte nach rechts

THERAPEUTIN zu PRB 4: sie/ ➏ weiß sehr gut, was sie will!

➏ *ich bin sehr erwartungsvoll, fühlt sich angenehm an. Hab ein Kribbeln im Bauch- so wie Schmetterlinge. Alles sehr hell und lebendig.*

THERAPEUTIN geht euren Impulsen nach...Verspürt ihr eine Tendenz umzudrehen? Oder woanders hin zu gehen?

➏ (geht einen Schritt nach rechts, einen Schritt nach vorne) *Nein, aber links fühlt es sich heller und besser an*

THERAPEUTIN zu PRB 4: Dein Weg ➏ ist sehr klar. Manche Dinge laufen eben nicht geradlinig... (schmunzelnd)

➑ **MUTTER** (PRB 4 weinend beim Aufstellen und Führen in den Raum) – (steht halb seitwärts zu ➏)

THERAPEUTIN: möchtest du dich nicht zu ➎ umdrehen? Du schaust mehr zum Weg/ ➏ hin?

➏ *sehr unangenehm. Ich bin nun nicht mehr ruhig, so frei und in mir ruhend wie vorher! Das ist alles weg.* (Kopf dreht sich von einer zur anderen Seite, nach vorne wollend)

③ *ich spüre NICHTS. Ich sehe ein liebes Gesicht... AUS. Ich habe das Bedürfnis hinzuschauen, mich zu bewegen.*

② *ich werde immer kleiner. Ich habe das Gefühl, mich setzen zu müssen.*

③ *ich habe keine Empfindung. Alles erscheint und fühlt sich gleichgültig an.*

② *bei mir ist eine starke Empfindung da. Dies lässt mich auch schrumpfen. Ich weiß aber nicht, was es ist!*

THERAPEUTIN: du spürst nach wie es ist, wenn dein Großvater hereinkommt....

④ **GROßVATER** (wird gegenüber schräg der Mutter ③ aufgestellt)

(Mutter ③ rückt sofort weg)

⑤ **GROßMUTTER**

(bilden als Gesamtheit ein Dreieck, beide schauen auf Mutter ③)

③ *muss raus hier! (geht weit weg)*

④ *ich kenn mich nicht aus. Weiß nicht, was passiert. Das ist mir fremd.*

③ *ich habe keinen Bezug zu diesen Menschen. Das ist meine Mutter?*

⑤ *ich habe die totale Gänsehaut. Huuuuch. (tiefes Ausatmen...)*

①/**ICH:** *ich habe ebenfalls Gänsehaut. Die ganze Zeit schon.*

⑥ **URGROßMUTTER** (wird aufgestellt)

③ (rennt sofort dorthin) *Sie hat mich total angezogen.*

THERAPEUTIN zu **PRB 4:** deine Mama scheint gebunden zu sein....

① *ich habe so ein verwirrendes Gefühl – mit Gänsehaut. Und trotzdem fühle ich mich klar.*

⑤ *die Frau hat solch eine wichtige und bedeutende Rolle, dass ich unbedeutend bin.*

③ *ich würde sie als Mutter empfinden (zur Großmutter □)*

⑥ *ich fühle mich durcheinander. Sie (①) kann kommen. Sie hat meinen Schutz.*

⑤ *sie kennt mich ungeheuerlich gut.*

③ *von welchem Kind/welcher Tochter ist hier die Rede? Nein, da ist NICHTS.*

④ *alles dreht sich nur um ⑥. Sie beherrscht die ganze Familie.*

① (komplett auf die Szene gerichtet, äußert Wunsch) *Bitte regelt das ohne mich!*

Satz Therapeutin für **1**: „Bin dafür nicht zuständig, ich will wachsen können!“

THERAPEUTIN zu 1: Schau mal, ob du aufstehen kannst? - Oder ob du lieber klein bleiben willst?

5 zu 1 sprechend: *das ist auch nicht deine Verantwortung hier.*

2 ich fühle solch eine SCHWERE links. Bin total blockiert. Kein Schritt ist möglich. Der Schutz/ Panzer von vorher ist nicht mehr da.

6 *Ich habe großes Interesse an 2. Sehe in die Weite zu ihr.*

Satz Therapeutin für **3**: „Ich möchte geschützt werden?!“

3 *Schaffe ich nicht. Ich spüre mich gar nicht.*

THERAPEUTIN zu 1: Wo würdest du am liebsten hinschauen?

1 (langer Atemzug, langes Nachdenken) *Für mich ist die ganze Szene schlimm. Hier ist keine Person, zu der ich mich verbunden fühle. Eher noch zum Großvater. Mein größter Wunsch wäre gerade eine Auflösung des Ganzen, eine Regelung zwischen ihnen. Das verwirrt mich einfach alles nur.*

Satz Therapeutin für **1** zu den Großeltern **4** und **5**: „Ich kann für euch Nichts lösen!“

Satz Therapeutin für **1** zur Mutter **3**: „Ich lass deine Gefühlslosigkeit bei dir! (**1** sagt selbst daraufhin: *das habe ich schon lange bei dir gelassen...*) „ich kann für dich nichts lösen...“

3 *nun ist bisschen Wehmut da...*

1 (macht Schritt auf die Personen zu)

THERAPEUTIN: So weit wie du gehen kannst und willst.

1 zu Opa *fühle ich mich noch am meisten hingezogen.*

5 *ich bin traurig. Ich mag sie einfach.*

Satz Therapeutin für **5** zu **1**: „Wenn es dir gut geht, ist es mir am liebsten. Meinen Segen hast du.“

1 *das fühlt sich gut an.*

PRB 4 selbst wird reingestellt.

PRB 4 (Hand der Großmutter nehmen, umarmen)

Satz Therapeutin für **PRB 4**: „Da ist das Band nicht verrissen.“

PRB 4 (verneigt sich vor dem Schicksal ihrer Großmutter)

Satz Therapeutin für **5**: „Von mir aus darfst du wachsen, du darfst wollen. Auch wenn mir selbst das damals nicht möglich war.“

3 zu **PRB 4**: Sehe das mit Freude. Das Band herrscht.

THERAPEUTIN zu **3** (führt Finger vor die Augen der Mutter, bewegt ihn von einer zur anderen Seite, circa eine halbe Minute lang): Ist es nun leichter, schwerer, anders für dich?

3 anders.

THERAPEUTIN: Siehst du deine Tochter?

3 (**PRB 4 Name**) ich sehe dich. Aber es ist nur ein SEHEN.

1 es ist ein Stück weit leichter geworden.

6 also mit meiner eigenen Tochter geht es nicht. Sonst bin ich sehr wohlwollend (für **PRB 4 Name**).

Satz Therapeutin für **1**: „Ich will frei sein.“ (...sag das nochmal, und nochmal...), „Ich lass dich los. Die Mama bleibst du. Ich danke dir fürs Leben.“

1 dreht sich **PAPA** zu, der außen im Sitzkreis sitzt.

PAPA (nickt ihr zu): Sehr gut.

1 traurig, aber leichter fühlt es sich an. Ich kann geradestehen. (geht Schritte zurück mit Therapeutin)

Therapeutin wendet Großmutter **5** zur Urgroßmutter **6**

5 zu **PRB4**: Sehr schwer fühlt sich das an. Aber das ist mein Problem. Ich wurde sehr allein gelassen. Das bürge ich dir nicht auf.

Satz Therapeutin für Mutter **3** zu **5**: „Ich habe mich sehr alleine gefühlt.“

Satz Therapeutin für Mutter **3** (zu **1** drehen): „Das brauchst du nicht tragen. Ich habe nur funktioniert. Es tut mir leid!“

THERAPEUTIN zu **1**: Kannst du dich da lösen von? Gehe deinem Gefühl nach...

1 dreht sich zu **2**, stehen sich nun gegenüber

THERAPEUTIN zu **1**: Wenn du meinst, bereit zu sein, für eine Einladung, dann mache deine Hände auf.

1 öffnet langsam ihre Hände und streckt die Arme aus, **2** nimmt sie entgegen

② (langes Ausatmen, große Freude zeigend, sehr glücklich wirkend) *Das war höchste Zeit. Es ist AUFBRUCH!*

① *fühlt sich sehr stark und gut an. Ich verspüre kein negatives Gefühl mehr im Rücken.*

PRB 4 selbst wird wieder reingestellt.

Schaut rückwärts zu **PAPA**: *danke dir!*

Satz Therapeutin für **PRB 4** zu ③: *“Ich bin nicht du. Ich wollte es immer so gern sein, dir alles recht machen. Aber ich kann es nicht. Es tut so weh!”*

③ zu **PRB 4**: *es ist auch meine Geschichte! Doch du empfindest sie...*

Satz Therapeutin für **PRB 4** zu ③: *“Ich kann dir nicht abnehmen, was dir geschehen ist. Großmutter/ ⑤ und Urgroßmutter/ ⑥ sind zwei Frauen, die so lange auf ihr Glück gewartet haben.”*

THERAPEUTIN zu **PRB 4**: *Und du hast eine andere Geschichte!*

THERAPEUTIN führt ① geradlinig auf ③ zu, tiefes in die Augen schauen, dann abruptes Abwenden und umdrehen: *Geh weg von ihr, weiter....*

THERAPEUTIN zu ②: *geht's dir nun besser?*

PRB 4 zu ② blickend: *ich habe noch nicht ganz raus, was oder wer sie/es ist*

THERAPEUTIN zu **PRB 4**: *Sie hat gesagt AUFATMEN.*

Satz Therapeutin für **PRB 4** zu ④: *„Oma, ich brauch Platz zum Atmen. Dein Schicksal lass ich in aller Liebe bei dir.*

Satz Therapeutin für **PRB 4** zu ⑥: *„Ich warte nicht so lange (auf mein Glück)! Ich gehe meinen Weg!“*

① stellt sich hinter **PRB 4** (= ① das bessere Wissen)

PRB 4: *Versuche ② zu sehen, kann es aber nicht ganz erkennen.*

⑦ **PAPA/VATER** (selbst in den Raum kommen und sich aufstellen) *Ich bin bei dir!*
(legt seine Hand auf **PRB 4s** Schulter)

THERAPEUTIN zu **PRB 4**: *Ist das nun besser?*

PRB4 zu ⑦: *Ja, danke für die Stütze. Von der nehme ich gerne, das weißt du!*

PRB4: *...aber, ich kann nicht durchatmen...*

THERAPEUTIN lenkt **PRB 4s** Blick noch einmal gemeinsam mit ① und ⑦ auf ⑥

THERAPEUTIN legt ihre Hand auf **PRB 4s** Rücken: Atme durch! Da ist der Weg!

PRB 4 läuft, atmet durch, gestützt von ① und ⑦

② hält währenddessen die Augen geschlossen, um diese Schritte und ihren Weg dorthin zu spüren

PRB 4: *ich sehe Gelassenheit.*

Satz Therapeutin für ②: „Mir bist du Recht, (**PRB 4 NAME**).“

Satz Therapeutin für ② und ①: „Mir bist du Recht, (**PRB 4 NAME**), so wie du bist. So groß, und so schön, und so frisch!“

PRB 4: ... das merke ich mir jetzt.

THERAPEUTIN zu **PRB 4:** Kannst du jetzt atmen? Jeder Lebenszug, jeder Atemzug und jedes Einatmen sind ein 'Leben einatmen'. Jedes Ausatmen ist ein 'Loslassen'. Vor dir ist DEIN WEG (auf ② lenkend). An deiner rechten Seite (zu ⑦ schauend): deine Unterstützung, hinter dir (zu ① zeigend): deine eigene, innere Ressource.

In dieser Konstellation gehen **PRB 4**, ① und ⑦ gemeinsame Schritte auf ② zu.

THERAPEUTIN zu **PRB 4:** Es ist DEIN WEG. Dein eigener Weg. Wenn du ihn gehst, sollst du keine Untreue verspüren, dich schuldig fühlen für jemanden. Es ist viel eher deine eigene Treue dir selbst gegenüber!

⑤ *ich weiß, dass du den Weg gehen kannst, wenn du an dich glaubst!*

PRB 4 möchte weiter atmen...

① *kannst dich in meine Arme fallen lassen... dahin (zu ②) schauen, das ist der richtige Weg.*

② *ich spüre totale Erdung nun. Spüre das Zentrum nun, die Hände von ihr...*

THERAPEUTIN zu **PRB 4:** Suche dir Zuhause ein Symbol für diese Erinnerung. Und lass die Anstrengung bei der Mutter. Die Schwere, die Empfindungslosigkeit- wurde ganz leicht übertragen. Aber es ist nicht deine Aufgabe, diese zu übernehmen. Du trägst eine eigene Verantwortung im Leben.

Transkript des Interview 1

Datum: 17.05.2017
Ort: bei Interviewerin zuhause
Geschlecht: männlich
Alter: 41
Dauer: 41 Minuten 22 Sekunden
Name: Prb 1

1 **I: Beschreibe mir doch zunächst einmal, was dich zum Aufstellungsseminar geführt hat und**
2 **wie es dir gefallen hat? # 00:00:25-1#**

3

4 B1: Meine Mutter hat es mir vorgeschlagen. Lustigerweise hat die Susi- der Grund des Ganzen
5 quasi- auch schon einmal darüber erzählt, weil sie wollte das mal mit ihrer Familie machen und hat
6 es dann aber eben nicht gemacht. Ich habe es dann gewusst von Susi, dass es so was gibt und meine
7 Mutter hat es in Folge dann noch einmal erwähnt. Dann dachte ich- okay- ja dann mach mal. Es hat
8 mir insgesamt sehr gut gefallen. Zum einen, der Ort war schön; die Leute waren alle sehr
9 harmonisch miteinander... Ja und es hat so ein bisschen- es war so der erste Stein, der sozusagen
10 umgefallen ist. Das Erste überhaupt generell, was ich nach der Trennung gemacht habe, um zu
11 verstehen, warum das alles so schiefgelaufen ist. Oder was so mein Beitrag dazu war. Oder warum
12 ich so agiert habe, wie ich agiert habe. War also so der erste Schritt... #00:01:11-2#

13 **[also sie war letztendlich dein Anreizpunkt?] #00:01:13-3#**

14 B1: Ja also die Trennung halt an sich... #00:01:15-4#

15

16 **I: Und dein Anliegen ist aber immer noch aktuell und spürbar? #00:01:24-5#**

17

18 B1: Ja, definitiv. Erst einmal verstehen warum und dann beim nächsten Schritt, das nächste Mal-
19 besser machen. #00:01:34-6#

20

21 **I: Dann möchte ich gerne wissen welche Erwartungen du in deine Teilnahme an das**
22 **Aufstellungsseminar gesetzt hast? # 00:01:44-7#**

23 B1: Weil ich letztendlich gar nicht wusste, um was es sich da handelt, hatte ich letztendlich auch
24 gar keine Erwartungen. Ich bin da komplett frei rangegangen... #00:01:53-8#

25 **[oder welche Vorstellungen hattest du davon, weil Aufstellungen ja nicht primär oder aktuell**
26 **vorgeschrieben werden?] # 00:02:01-9#**

27 B1: (...) Hmm also ich wusste schon, dass es ein Art Rollenspiel ist. Oder soweit habe ich das
28 verstanden gehabt. Ich hätte aber nicht gedacht, dass die Leute so sehr spüren- dass es also so stark

29 funktioniert. Das hätte ich nicht gedacht. Es ist aber natürlich auch eine Interpretationssache und
30 man kann da wahrscheinlich selbst viel reininterpretieren. Aber ich habe auch selbst gemerkt, wenn
31 ich gespielt habe, dass sich da offensichtlich irgendetwas löst. Und man agiert dann doch
32 irgendwie. Also irgendwie hat es gepasst, nicht nur bei mir, sondern auch bei den Anderen. Das hat
33 man gemerkt. #00:02:41-10#

34 **[darauf komme ich auch noch zu sprechen, ja...] # 00:02:43-11#**

35 **I: Somit habe ich jetzt eine gute Vorstellung von deinen Motiven und Erwartungen. Nun**
36 **würde ich unser Gespräch gerne konkretisieren und dich befragen, was während deiner**
37 **eigenen Aufstellung mit dir geschah. Kannst du dir diesen Erlebenszustand noch ins**
38 **Gedächtnis rufen? – Wenn du zum Beispiel auch daran denkst, wie deine StellvertreterInnen**
39 **agiert und sich geäußert haben? #00:03:05-12#**

40 B1: Hmm (...) #00:03:06-13#

41 **[also wie du dein Erleben beschreiben würdest, weil es ja auch neu für dich war in einer**
42 **Aufstellung] #00:03:13-14#**

43 B1: Hmm (...) Also ich war schon sehr konzentriert. Es ist nur so ein bisschen (..) also es wirkt so,
44 als hast du deinen Körper verlassen. Jemand anderes ist ja dein Körper quasi in dem Moment. Der
45 spürt dich und im übertragenen Sinne hat er dich deinem Körper entmachtet. Und man schaut
46 darauf in seiner eigenen externen Position, man schaut auf sein Leben, auf sich. Und dies ist
47 eigentlich so eine Art Wahrnehmung, die man sonst nicht so hat. Und (...) trotzdem berührt es
48 einen sehr. Zum einen ist man halt quasi tatsächlich außen vor- man steht ja außen- aber es ist so
49 ein bisschen, ja (Lachen) es geht doch tief. Es berührt einen, das ist wohl das Wichtigste, was da zu
50 sagen ist. #00:04:15-15#

51

52 **I: Und gab es einen Zeitpunkt oder irgendein Ereignis im Aufstellungsprozess an dem du**
53 **dich eher unwohl gefühlt hast (also eher nicht berührt)? #00:04:27-16#**

54

55 B1: Ja ich glaube das war als mein ICH von meiner Mutter weggegangen ist. Und nicht, weil es
56 sich, oder ich mich unwohl gefühlt hab, sondern quasi eher eine Schuld meiner Mutter gegenüber.
57 So ` Oh Gott, warum fühlt sich diese Person [Stellvertreterin] in Anwesenheit meiner Mutter nun
58 unwohl` #00:04:55-17#

59 **[... weil du ja in der Vorrunde auch offengelegt hast, dass ihr eigentlich ein total**
60 **harmonisches Verhältnis pflegt?] #00:04:59-18#**

61 B1: Genau #00:05:01-19#

62 **I: War alles klar, deutlich und sichtbar für dich, was aufgestellt wurde? #00:05:10-20#**

63

64 B1: Ja voll. #00:05:11-21#

65

66 **I: Oder war irgendwas überraschend oder schockierend (das Schockierende war ja das mit**
67 **deiner Mutter schon)? #00:05:16-22#**

68

69 B1: Genau, das Schockierende war das Komische mit der Mutter. Das Überraschende war halt mit
70 den Großvätern. Das war so ein bisschen, wo ich echt gedacht habe- Krass, weil darüber habe ich
71 eigentlich gar nichts erzählt. Und da sehe ich mich auch wirklich als letztes Glied, weil ich meine
72 Großeltern nie kennen lernen durfte. Mein Großvater ist gestorben, als mein Vater 17 war. Jenseits
73 der 50er quasi- da gibt's auch nicht viele Erzählungen über ihn. Also er ist nicht präsent, da gibt's
74 vielleicht zwei Fotos von ihm. Und der andere, über den es zumindest mehr Erzählungen gibt, ist
75 gestorben, als ich 2 Jahre alt war und den habe ich somit auch nicht richtig wahrgenommen. Und
76 deswegen hatte ich nie so dieses Bewusstsein – Väter, Stammbaumtradition: der Großvater gibt es
77 dem Vater, der Vater dem Sohn, so dieses ganz klassische Archaische- das habe ich so gar nicht
78 kennengelernt. Und habe mich eigentlich immer eher als das letzte Glied in einer da aussterbenden
79 Reihe (lachend) gesehen. Deshalb war dieser Kindergedanke auch gar nicht so aktuell bei mir, weil
80 dieses Großvater zu Vater- zu Sohn- zu eigenem Sohn gar nicht so drinnen war. Und dass das dann
81 thematisiert wurde, und somit auch eigentlich die Art Auflösung oder der Impuls für mich war- das
82 fand ich schon extrem krass. #00:06:41-23#

83 **[vor allem weil sie dir auch alle ein wärmendes Herz für dich zeigten] #00:06:46-24#**

84 B1: Und aus der Vergangenheit- okay mein Vater lebt noch, irgendwann vielleicht auch nicht
85 mehr- aber aus der Vergangenheit noch diese Kraft geben, dieses wärmende Herz geben.
86 #00:06:55-25#

87

88 **I: Gab es körperliche oder gefühlsmäßige Auffälligkeiten bei dir während dem ganzen**
89 **Geschehen? (...) so, dass du gemerkt hast, mir wird gerade komisch oder ich fühle**
90 **Unbehagen? #00:07:07-26#**

91

92 B1: Nein das nicht. #00:07:10-27#

93

94 **I: Kannst du dich auch noch daran erinnern, wie es dir am Ende des Aufstellungsseminars**
95 **erging? Zum Beispiel am Ende in der letzten Besprechungsrunde im Kreis, als du auch noch**
96 **einmal dein Feedback zum Ganzen gegeben hast? #00:07:21-28#**

97

98 B1: Das habe ich eigentlich schon recht gesagt, also das mit den Großvätern. Das war so ein
99 bisschen diese Erleichterung, weil das bei rausgekommen ist. #00:07:34-29#

100

101 **I: Hat dich dieses Gefühl der Erleichterung dann auch auf dem Nachhauseweg begleitet?**
102 **Oder hattest du auch andere nennenswerte Gefühle, als du nach Hause gegangen bist? Wie**
103 **erging es dir dabei? #00:07:53-30#**

104

105 B1: Ja es war auf jeden Fall ein Gefühl der Erkenntnis, die da auch schon aufkam -was natürlich
106 aber auch noch bisschen gedauert hat- und die Erkenntnis natürlich dann zu spät kam zumindest für
107 diese Beziehung. Da habe ich mir gedacht: hätte ich das mal vor einem halben Jahr schon gedacht

108 oder gewusst. Aber prinzipiell war es der erste Stein, der damit so ins Rollen gekommen ist.
109 #00:08:18-31#

110

111 **I: Und erschien dir diese Wahrnehmung jetzt eher fremd? So dass dieses Gefühl der**
112 **Erkenntnis oder die Erleichterung bisher in dieser Ausprägung eigentlich fern von dir war? #**
113 **00:08:35-32#**

114

115 B1: Nein, also speziell jetzt auf die Frage. Allgemein hatte ich sonst ja schon Erkenntnisprozesse
116 spüren dürfen, so ist es ja nicht. Aber es war einfach sehr positiv, mit dem Gefühl okay da tut sich
117 was. #00:08:50-33#

118

119 **I: Wie ich mich zurückerinnern kann und so wie du es auch vorher schon vorweggenommen**
120 **hast, hast du auch die Rolle als Repräsentant eingenommen, oder warst nur stiller**
121 **Beobachter im Sitzkreis am Rande. Kannst du mir beschreiben, wie du diese**
122 **Rollenübernahme als Stellvertreter empfunden hast? (...) Also vor allem wie es sich angefühlt**
123 **hat, sich in einzelne fremde Position einzufinden, da es ja dein 1. Mal bei einer Aufstellung**
124 **war? #00:09:15-34#**

125

126 B1: Es war recht verantwortungsvoll, weil man weiß, es geht hier um Etwas, es macht was, mit
127 dem Menschen (...) man ist auch innerlich ein bisschen angespannt (...) und man weiß, dass es für
128 die andere Person eigentlich etwas Intimes ist. #00:09:40-35#

129

130 **I: Und wie hast du deine Impulse verspürt, die plötzlich aufkamen? #00:09:48-36#**

131

132 B1: Insgesamt habe ich sie verspürt wie eine Intuition, ein Impuls wie eine Art Fremdsteuerung...
133 #00:09:56-37#

134 **[aber konntest du frei nach Gefühl sprechen und handeln? Nicht eingeschränkt, dass du**
135 **dachtest, das muss ich zwingend sagen oder tun] #00:10:05-38#**

136 B1: Nein gar nicht. Also es war eher so, als wäre man ein Medium und lässt sich da eher verfallen.
137 Und ich glaube das ist auch wichtig. Ansonsten funktioniert es nicht, wenn man sich irgendwie
138 blockiert im Sinne von ' darf ich das jetzt sagen, darf ich das nicht sagen'. So würde das gar nicht
139 gehen. #00:10:24-39#

140

141 **I: Und ist dir auch hierbei hinsichtlich deiner Körperempfindungen, deiner Gefühlslage oder**
142 **hinsichtlich der Relationen zu anderen RepräsentantInnen im Raum etwas aufgefallen?**
143 **#00:10:36-40#**

144

145 B1: Nein eigentlich nicht. Ich habe auch nicht so viel repräsentiert. Vielleicht wäre das vorgefallen,
 146 wenn ich mehr darin involviert gewesen wäre. #00:10:44-41#

147 **I: Und wie erging es dir nur als stiller, sitzender Beobachter vom Aufstellungsgeschehen**
 148 **anderer? Ist dir dabei etwas Besonderes aufgefallen? #00:10:54-42#**

149

150 B1: Vor allem dass es sehr emotional für die Person war, die die Aufstellung in diesem Moment
 151 hatte. Es geht einem selbst natürlich auch sehr nahe natürlich, wenn man zusammen in einem
 152 Raum ist und dann solche Emotionen frei werden. Also das spürt man dann da schon. Da ist man
 153 erstmal passiv dabei, aber man merkt dann direkt, dass da was passiert und spürt die gewisse
 154 Energie. #00:11:22-43#

155

156 **I: Konntest du im Nachhinein für dich selbst auch eigene Vorteile aus der Rolle des**
 157 **Stellvertreters und des Beobachters ziehen und positive Erkenntnisse für deine weitere**
 158 **Entwicklung erlagen – unabhängig von deinem eigenen Aufstellungsanliegen? #00:11:38-44#**

159

160 B1: Nein ich glaube nicht, oder wollte ich vielleicht auch gar nicht. Ich habe es glaube ich auch
 161 immer sehr schnell wieder gehen lassen, oder zumindest nicht bewusst etwas mit hinausgenommen.
 162 #00:11:49-45#

163 **[du hattest auch nicht das Gefühl, dass du in eine Rolle genau hineingepasst hast? Dass man**
 164 **dich also sehr passend als stellvertretende Person ausgewählt hat?] #00:11:55-46#**

165 B1: Doch, ja einmal war ich glaube ich der TOD, oder irgendeine KRANKHEIT, wo ich mir
 166 dachte „Ja eh klar“ (lachend). Und einmal war ich dieser eine Mann selbst- also das hat schon
 167 gepasst, ja. #00:12:13-47#

168

169 **I: Und um noch einmal auf das angesprochene Gruppensetting zurückzukommen: Wie hast**
 170 **du allgemein das Gruppensetting empfunden? Hast du dich leicht und schnell einfinden**
 171 **können? #00:12:29-48#**

172

173 B1: Ja voll. Also wie gesagt, es war sehr offen, sehr harmonisch, sehr behutsam auch. Obwohl es ja
 174 einen älteren Herrn gab, der eher sehr skeptisch war und trotzdem mitgemacht hat. Aber alle
 175 wussten ja, worauf sie sich einlassen und da deshalb auch kein Widerstand ist. Und wenn kein
 176 Widerstand ist, dann gehen die Leute auch untereinander harmonischer miteinander um. #00:12:57-
 177 49#

178

179 **I: Wäre es dir denn vor deiner Teilnahme möglich erschienen, mithilfe von fremden Person**
 180 **solch einen Zusammenhalt zu entwickeln und gemeinsame Lösungen umzusetzen? #00:13:11-**
 181 **50#**

182

183 B1: Puh schwierig. Also ich glaube man macht es, weil man primär egoistisch ist als Mensch und
184 teilnimmt, weil man selbst etwas möchte. Ich wäre jetzt nicht hingegangen, um nur als
185 Repräsentant eine Rolle einzunehmen. Wenn man öfters schon teilgenommen hat, kann ich es mir
186 vorstellen, dass man auch nur hingeht, um die Repräsentantenrolle einzunehmen. Aber für die 1.
187 Teilnahme- da wäre ich zu verschlossen gewesen. Da war dann eher der Austausch wichtig: hier
188 ich gebe dir Etwas, und bekomme Etwas zurück. Wie ein Geben und Nehmen. #00:14:00-51#

189

190 **I: Nun würde ich gerne den Fokus auf die Folgetage nach deinem Aufstellungs- Wochenende**
191 **legen. Wie erging es dir beim Wiedereinfließen in dein normales Alltagsgeschehen? Konntest**
192 **du bestimmte oder neue Reflexionen und Gefühle wahrnehmen, einordnen, regulieren?**
193 **#00:14:23-52#**

194

195 B1: Ich habe mir eigentlich 2 Punkte schon vorgenommen- eben schon bei der Endbesprechung im
196 Seminar: Dass ich einerseits mein Gelee nicht mehr an habe, besonders wenn ich mir vornehme,
197 wegzugehen. Und alles andere ist eher so ein Prozess gewesen. Also es war jetzt nicht so, dass du
198 da herauskommst und dich komplett als anderer Mensch siehst, das nicht. Aber es war erst einmal
199 für mich so ein grober Weg. Da muss ich auch dazu sagen, dass es so gut wie mein erster Schritt
200 war. Und ich habe dann auch gemerkt, dass ich tiefer graben muss. Habe dann eben auch eine
201 Psychotherapie angefangen, war auch noch einmal bei einer Kinesiologin, was aber nicht wirklich
202 Etwas vorangebracht hat. Aber die Psychotherapie eben schon eher oder durchaus. Es baut halt
203 alles ein bisschen aufeinander auf und dadurch wuchs dann auch das Gefühl der Erkenntnis in mir;
204 was ich machen muss, dass ich offener werde; dass ich mich Situationen, wo viele Menschen sind,
205 nicht verschließe. Das habe ich auch gestern beim Inputtheater wieder verspürt, wo ganz viele
206 fremde Menschen sind- dass man sich da eben nicht verschließt, innerlich zumacht und die anderen
207 denken könnten „was ist das für ein komischer Typ“, sondern eben neutraler damit umgeht. Das
208 baute sich von dem Zeitpunkt an auf und schließlich immer mehr. #00:15:50-53#

209 **[also hast du schon auch eine gewisse längere Zeit für diese innere Ausrichtung gebraucht?]**
210 **#00:15:53-54#**

211 B1: Ja ja, auf jeden Fall. #00:15:57-55#

212

213 **I: Gut, bleiben wir nun bei dir und deiner gegenwärtigen allgemeinen Lebenssituation. Hat**
214 **dir das Aufstellungsseminar dazu verholfen, deine Willenskraft zu steigern? Fühlst du dich**
215 **nun eher bekräftigt, dein Leben, deine Herzenswünsche nach eigenem Ermessen zu**
216 **gestalten? #00:16:16-56#**

217

218 B1: Ja das schon! #00:16:18-56#

219

220 **I: Wo würdest du dich dann auf einer Skala ansiedeln, wenn 0 ein „ohnmächtig/ausgeliefert“**
221 **ist und 10 dahingegen ein „mächtig/stark“ beschreibt? #00:16:29-57#**

222

223 B1: (schmunzelnd) Puh, hmm. # 00:16:33-57#

224 **[also gerade auch in Bezug auf dein Anliegen] #00:16:34-58#**

225 B1: Vielleicht bei so 6/7 oder so was. #00:16:41-59#

226 **I: Fühlst du dich nach diesem zeitlichen Verlauf auch bereit, Dinge zu verändern, wenn du**
 227 **dir über mögliche Konsequenzen, die eintreten könnten, bewusst bist? #00:16:52-60#**

228

229 B1: Was meinst du jetzt speziell mit Konsequenzen? #00:16:55-61#

230 **[also wenn dein Handeln auch Folgen haben kann, sodass du ein Risiko eingehst (..) wenn du**
 231 **dein Herz jetzt zum Beispiel öffnest und dann mit vielleicht negativen Folgen leben musst]**
 232 **#00:17:05-62#**

233 B1: Ich hoffe halt, dass es keine negativen Folgen sind (amüsiert lachend) #00:17:09-63#

234 **[es bezieht sich darauf, dass du ein Risiko eingehen würdest. Also deine Risikobereitschaft,**
 235 **trotzdem Etwas zu ändern, oder an dir zu arbeiten] #00:17:19-64#**

236 B1: Das ja! Aber auch ein bisschen verknüpft mit dem Hoffen oder Glauben, dass wenn man sich
 237 darauf einlässt, sich fallen lässt und sich öffnet – was ja alles irgendwie zusammengehört- dass
 238 dann auch nichts Schlimmes passiert. Es ist dann eher ein `den Menschen weiterbringen`.
 239 #00:17:35-65#

240

241 **I: Okay, und gibt es aber auch Kontexte, in denen du sagen würdest, dass diese Willenskraft**
 242 **zur Veränderungen nicht vorhanden ist, eher nachlässt oder sich Schwäche zeigt? #00:17:44-**
 243 **66#**

244

245 B1: Hmm weiß ich nicht, kommt vielleicht erst noch. Kann ich nicht viel zu sagen. #00:17:54-67#

246

247 **I: Leidest du zurzeit an körperlichen Symptomen oder nennenswerten psychischen**
 248 **Beeinträchtigungen? #00:18:02-68#**

249

250 B1: Ja, die ganze Trennung und dadurch auch die Therapie und die Aufstellung, mithilfe deren man
 251 immer mehr und mehr über sich erfahren hat, und immer mehr gemerkt hat, sich durch das Öffnen
 252 können, einen Sinn bekommen hat. Und eigentlich im Prinzip (...) man fühlt sich schuldig, die
 253 Beziehung zerstört zu haben. Dabei war es aber eigentlich ganz passend miteinander. Und man
 254 merkt es schon- seit Wochen habe ich Magenkrämpfe. Ist wie eine innere Verspannung, die da ist
 255 (...) ja. #00:18:41-69#

256 **[aber während dem Aufstellungsseminar hattest du diese beschriebene Symptomatik noch**
 257 **nicht?] #00:18:46-70#**

258 B1: Nee (...) ja ich glaube, wenn da viel aufbricht, passiert halt auch Einiges und so Etwas mit
 259 einem (...) Es geht nicht spurlos an einem vorbei. #00:18:55-71#

260

261 **I: Wenn du nun darüber nachdenkst, was dir in deinem Leben Energie schenkt, was ist das?**
 262 **Vor allem in Bezug auf dein beschriebenes Anliegen: was kräftigt dich, was nährt dich,**
 263 **sodass du dich lebendig fühlen kannst? #00:19:11-72#**
 264

265 B1: Ehm gute Frage. Letzten Endes ist es eigentlich (...) also momentan eher nur Schritt für Schritt,
 266 wenn man jetzt wieder in einer Situation ist, in der man früher zugemacht hat, sich zu öffnen; also
 267 im Prinzip gelernt hat durch sich selbst und dadurch irgendwelche kleine Erfolge hat; wo du
 268 merkst, ah man kann die Dinge zulassen, man kann sich an einen Menschen- egal welchen
 269 Menschen- positiver öffnen, als wie zuvor einfach zuzumachen und der sich dann denkt: ` was ist
 270 denn das für einer`. So was. #00:19:54-73#

271 **[also es ist auch nicht nur in Bezug auf Frauen bei dir, sondern allgemein?] #00:19:59-74#**
 272 B1: So ein bisschen ja. Ja Ja. Also es ist schon so ein Ganzes. Und wenn offener, dann eine gewisse
 273 Herzenswärme ausströmen und halt auch zulassen, an sich ranlassen. #00:20:14-75#
 274

275 **I: Was entzieht dir eher die (Lebens-)Kraft und Energie? #00:20:37-76#**
 276

277 B1: Entziehen? Das ist im Prinzip das Darüber- Nachdenken, also Selbstvorwürfe und so, wenn
 278 man sich dann noch als Schuldigen sieht oder sich alles noch im Kopf durchpflügt, trotz all dem,
 279 was man eigentlich natürlich doch auch macht (...) ansonsten ist es dann allerdings, wenn man im
 280 Jetzt ist, und es eben auch schafft ins Jetzt zu kommen und die Sachen, die neu im Leben sind –
 281 sich eben darauf zu konzentrieren- dann ist es auch wieder ein bisschen krass. So wie jetzt mit
 282 meiner neuen Mitbewohnerin, wo man dann versucht, ein bisschen Vertrauen zu schaffen.
 283 #00:21:15-77#

284 **[neue Impulse?!] #00:21:17-78#**
 285 B1: Genau. #00:21:18-79#
 286

287 **I: Stell dir nun mal eine spezifische Situation vor, in der du ein negatives Erlebnis oder die**
 288 **Lasten deines Anliegens wieder zu spüren hast. Wie kannst du diese Beschwerden für dich**
 289 **selbst bestmöglich ausgleichen? #00:21:33-80#**
 290

291 B1: Ich glaube, noch gleich ich die gar nicht so richtig aus. Also wenn es bei mir verkrampft, dann
 292 bekomme ich es glaube ich immer noch nicht ganz hin. #00:21:54-81#

293 **[aber würde es dir helfen, dich an deine Aufstellungsszenen zu erinnern, dadurch den**
 294 **Widerstand zu leisten?] #00:22:02-82#**
 295 B1: Hmm, ja doch! #00:22:03-83#

296 **[oder, dass du dir die Geste mit der Jackenöffnung vor Augen bringst?] # 00:22:04-84#**
 297 B1: Ja doch das stimmt. So was dann eher (...) Also es hilft dann schon eher, wenn man solche
 298 kleinen Tools hat, wie zum Beispiel mit der Jacke. Schon ja. #00:22:15-85#

299

300 **I: Würdest du dann auch zustimmen- auch wenn du es jetzt nicht immer tust oder noch**
301 **daran arbeitest- dass du mithilfe deiner Aufstellung Strategien entwickeln und modifizieren**
302 **konntest, sodass du dich mit Negativität oder deiner Problematik besser konfrontieren**
303 **kannst? #00:22:32-86#**

304 B1: Ja auf jeden Fall. Wie schon gesagt, ich habe jetzt die Großväter auch als Foto neben mir
305 hängen am Schreibtisch, mit meinem Vater. Und sobald du dann drauf schaust, hast du automatisch
306 wieder diesen positiven Impuls, das schon ja. #00:22:50-87#

307

308 **[wie du jetzt vorher erwähnt hast: wenn Negativität vorherrscht oder irgendein Konflikt**
309 **wieder hochkommt, nimmst du es eher körperlich wahr?] #00:23:02-88#**

310 B1: Ja #00:23:04-89#

311 **[und psychisch nimmst du es eher mit intensiven Gedankenkreisen und Darüber- Grübeln-**
312 **Müssen wahr?] #00:23:07-90#**

313 B1: Ja genau. Ich bin auch einfach ein unabdingbarer Kopfmensch, wo es nur schwer geht, es
314 auszuschalten. #00:23:10-91#

315

316 **I: 2 Monate sind nun ja seit dem Aufstellungsseminar vergangen, in welchem du dir ja**
317 **eigentlich konkrete Bewältigungsansätze und Ziele erarbeitet hast. Bist du denn mit deinen**
318 **erarbeiteten Lösungsschritten oder dem Lösungsweg so weit im Einklang? #00:23:26-92#**

319

320 B1: Ja! #00:23:28-93#

321 **[und inwiefern zeigt es Wirkung?] #00:23:30-94#**

322 B1: Es zeigt insofern Wirkung, dass – auch wenn man jetzt nicht schon in einer neuen
323 Partnerschaft ist- aber zumindest wieder mehr an eine Person herangerückt ist und ehm, wo man
324 halt schon viel versucht, das umzusetzen, was man in der Aufstellung gelernt hat. So weit ist es
325 natürlich noch nicht ganz (schmunzelnd)- aber ja, man geht nicht mehr mit einem Gelee zum
326 Treffen! (lachend) #00:24:03-95#

327 **[in diesem Sinne macht es sich schon in einer unterschiedlichen Qualität für dich sichtbar?**
328 **Dass du zum Beispiel sagen kannst `hier habe ich mehr Verantwortung übernommen...hier**
329 **bin ich nicht mehr so abhängig von Etwas`?] #00:24:15#96#**

330 B1: Ja definitiv! #00:24:16-97#

331

332 **I: Wieviel Mühe und Mobilität bist du bereit für deine weiteren Ziele, deinen Weg zu**
333 **investieren? #00:24:41-98#**

334

335 B1: Grundsätzlich sehr viel. Wie darf ich die Mobilität jetzt verstehen? #00:24:50-99#

336 **[wieviel du einsetzen würdest, zum Beispiel auch wie du es nun mit der Zuhilfenahme mit**
337 **der Psychotherapie getan hast] #00:24:54-100#**

338 B1: Schon sehr viel, ja. Man nimmt es schon sehr ernst. Und geht es auch schon mit maximaler
339 Energie, oder so viel, wie man zurzeit hat an. #00:25:05-101#

340 **[so war die Aufstellung für dich zunächst ein Anreizpunkt und Grundbaustein für weitere**
341 **Schritte hinsichtlich deiner Problembehandlung und Verarbeitungsprozesses nun?] #00:25:16-102#**

342

343 B1: Genau so kann man das sehen. #00:25:17-103#

344 **I: Legen wir nun den Blick auf das Erleben im eigenen Umfeld: in deinem privaten, sozialen**
345 **Gefüge und deinen zwischenmenschlichen Beziehungen. Gibt es Kontexte, in denen du dich**
346 **wohler fühlst und in anderen nicht? #00:25:32-104#**

347

348 B1: Ja grundsätzlich ist es so: Menschen, denen man sich all die Jahre schon geöffnet hat, oder die
349 man eh schon länger kennt, auch zum Beispiel Arbeitskollegen- da fällt es grundsätzlich leicht. #
350 00:25:55-105#

351 **[hast du hier aber Veränderungen verspüren dürfen seit der Aufstellung?] #00:25:58-106#**

352 B1: Nein würde ich nicht sagen. Allein deshalb, weil es sich wenn schon über all die Jahre hin
353 geöffnet hat. Also die Probleme mit der Verslossenheit auch noch nicht da waren. #00:26:11-
354 106#

355

356 **I: In diesem Zusammenhang würde mich interessieren: Was denkst du selbst, wie du auf**
357 **deine Umwelt wirkst? Wie reagierst du auf sie? #00:26:48-107#**

358

359 B1: Schwierig (lachend). Also eigentlich sagt man mir nach, dass die Leute mich generell
360 eigentlich sehr gut annehmen. Ich bin eigentlich so der nette Kerl, der eigentlich sehr positiv
361 aufgenommen wird. #00:27:17-108#

362

363 **I: Hast du innerhalb der letzten Monate nach der Aufstellung eine Veränderung in deiner**
364 **Umgebung, mit deinen Mitmenschen oder in spezifischen Lebensbereichen wahrgenommen?**
365 **So dass sich dir jemand gegenüber vielleicht anders verhalten oder anders auf dich gewirkt**
366 **hat? #00:27:42-109#**

367

368 B1: Ist mir jetzt nichts besonders aufgefallen, was nennenswert wäre. #00:27:45-110#

369

370 **I: Dann würde ich gerne auf die therapeutische Unterstützung im Aufstellungsprozess zu**
371 **sprechen kommen, mit der dich Franziska während des Seminars begleitet hat. Als du an der**
372 **Reihe warst, fiel es dir leicht Zugang zu Franziska zu finden und dein Anliegen im Gespräch,**
373 **in der Gruppenrunde offenzulegen? #00:28:04-111#**

374

375 B1: Ja voll. Sie ist von ihrer Art und von ihrem Wesen sehr mitfühlend, einfühlsam. #00:28:18-
376 112#

377

378 **I: Was erschien dir als Bereicherung, als besonders unterstützend in ihrer therapeutischen**
379 **Begleitung? #00:28:22-113#**

380 B1: Sie macht was, dass du dich gut fühlst. Sie nimmt dich wahr und schaut auch auf ihre Leute, im
381 Raum und beim Geschehen. #00:28:51-114#

382

383 **I: Was bleibt dir am methodischen Vorgehen positiv im Gedächtnis, oder wurde dir im**
384 **Nachhinein noch ersichtlich? Zum Beispiel beim Ablauf, die Symbolik, die Gesten...**
385 **#00:29:05-115#**

386

387 B1: Ja dass sie schon vor allem weiß, welche Knöpfe sie drücken muss. Dass sie weiß, welche
388 Fragen sie stellen muss und es gut lenken kann. Dass sie die Figuren mit einem gut raussucht,
389 indem man erst einmal erzählt und daraufhin, dass herausucht und dann eben auch in gute Bahnen
390 weiterleitet. Dann auch, dass man diesen und jenen Satz sagen soll. Dass sie es auch nicht nur
391 laufen lässt, sondern einen schon auch zum Ziel hinführt. Sie lenkt einfach. #00:29:44-116#

392

393 **I: Als du am Ende selbst als Protagonist in dein räumliches Aufstellungsbild getreten bist, wie**
394 **hilfreich empfandst du Franziskas sprachliche Kommunikation, mithilfe von Nachfragen,**
395 **Hinweise auf deine körperliche Befindlichkeit? #00:30:05-117#**

396

397 B1: Ja schon sehr gut. Es hat ja funktioniert. #00:30:15-118#

398 **[also hast dich sehr verstanden und aufgehoben gefühlt?] #00:30:17-119#**

399 B1: Ja! #00:30:18-120#

400

401 **I: Und welche Wirkung hatten diese spezifischen ritualisierten Sätze auf dich beim**
402 **Nachsprechen? Musstest du erst einmal darüber nachdenken, ob du das überhaupt**
403 **aussprechen magst oder hat es gut gepasst? #00:30:37-121#**

404

405 B1: Also ich fand, es hat gepasst. Es gab jetzt keinen Widerstand es nicht zu sagen. Man lässt sich
406 da dann auch einfach fallen. Ich glaube, wenn es komisch gewesen wäre, hätte ich es auch nicht
407 ausgesprochen. #00:30:56-122#

408

409 **I: Du hattest demnach das Gefühl, dass du mithilfe von Franziskas Unterstützung bisher**
410 **blockierte Energien freisetzen und dich schon während der Aufstellung ein Stück weit für**
411 **dich neu orientieren konntest? #00:31:11-123#**
412

413 B1: Ja für die Aufstellung definitiv. Sie macht einen `funktionierend` quasi. Sie holt einen gut ab.
414 #00:31:28-124#
415

416 **I: Hast du auch schon darüber nachgedacht, ein weiteres Aufstellungsseminar zu besuchen,**
417 **um dein Anliegen noch weiter zu bearbeiten? #00:31:40-125#**

418 B1: Ich habe nicht darüber nachgedacht, weil ich es nicht vor habe. Also ich fand es halt als ersten
419 Impuls für mich sehr wichtig. Hab dann aber bei der Therapie auch gemerkt, dass ich dieses
420 Zweier-Gespräch brauche, intensiver als bei der Aufstellung. Ich wüsste jetzt auch nicht, was es
421 noch bringen könnte, weil diesbezüglich keine Frage mehr offen war. Für mich war dieses
422 Tieferbohren dann auch wichtiger, weil ich meines Erachtens einfach ein `Kopf-Mensch` bin und
423 dies in einer Zweier-Konstellatation das dann so besser passt. #00:32:21-126#

424 **[aber es war ein guter Grundbaustein?] #00:32:28-127#**

425 B1: Ja das definitiv! #00:32:30-128#
426

427 **I: Systemtheoretiker sind der Überzeugung, dass man die räumlichen Bilder nach einer**
428 **Aufstellung leichter zusammenfalten, einpacken und zuhause immer wieder ausfalten kann**
429 **(Zitat angeführt). Konntest du am Ende des Seminars für dich selbst etwas Konkretes, ein**
430 **Lösungsbild, oder bestimmte Worte, Aussagen hinsichtlich deines Problemanliegens**
431 **verankern und verinnerlichen? #00:33:19-129#**
432

433 B1: Also im Prinzip ist es das räumliche Bild, was bei mir noch m stärksten präsent ist- mit dem
434 Herz an der Hand, hinten die wärmende Männergeneration. Und es ist einfach noch präsent, ich
435 weiß nicht, ob es noch eine Auswirkung hat: Die Szene, als ich meine Mutter hineingeführt habe
436 und mein ICH dann sofort weggetreten ist, weg von ihr. #00:33:46-130#

437 **[du würdest also schon sagen, dass dieses räumliche Bild lange anhält und man es nicht so**
438 **schnell vergisst?] #00:33:52-131#**

439 B1: Ja! #00:33:35-132#
440

441 **I: Wie würdest du dich zu folgender Aussage äußern: Das Nicht-gleich- Sprechen über die**
442 **Aufstellungsgeschehnisse, sondern viel eher das visuelle, körperbezogene Verankern des**
443 **Aufstellungsbildes wirkt nachhaltig und befreiend- im Vergleich zu einer Psychotherapie und**
444 **Gesprächsführung. #00:34:20-133#**
445

446 B1: Ich glaube es ist auch deshalb als erster Baustein gut, weil es eben erst einmal etwas
447 Spielerisches und Räumliches hat. Ich glaube, es ist einfacher für jemanden, wenn man nicht gleich

448 nur sprechen mag wie in einer Psychotherapie. Es ist einfach greifbarer, gerade weil es räumlich ist
449 und einen Rollenspielcharakter hat. Man kann es leichter verstehen, für sich etwas herausnehmen
450 und nach Hause mitnehmen. #00:35:11-134#

451

452 **I: Wenn du dir selbst nun nach der Zeit die Frage stellst: Wer bin ich? Wer möchte ich sein?**
453 **Wohin möchte ich mich immer noch entwickeln? (Wunderfrage) Was kommt dir instinktiv**
454 **in den Kopf? #00:35:25-135#**

455

456 B1: Schwere Frage, ja. Die ich eigentlich auch nur schwer beantworten kann. #00:35:35-126#

457 **[fühlst du dich dann aber eher als geschlossene oder gleichbleibende Identität- oder fühlst du**
458 **dich frei und flexibel in deiner Wandlung?] #00:35:44-127#**

459 B1: Gleichbleibend nicht. Ich sehe mich schon wachsend und verändernd. Das passiert ja schon,
460 das passiert ja eh immer. Aber wo es hingehen soll? Puh, das weiß ich gerade selbst nicht.
461 #00:36:09-128#

462 **[aber gibt es eine Veränderung seit der Aufstellung, wie du dich selbst wahrnimmst? - was**
463 **dein Selbstbild und deine Entwicklung angeht?] #00:36:13-129#**

464 B1: Ehm ja. Aber es ist trotzdem noch am Ordnen, also es ist für mich noch nicht abgeschlossen.
465 Ich sortiere noch. #00:36:28-130#

466

467 **I: Ist es dir vorstellbar, dass du infolge achtsamer mit dir umgehst- und auch mit Anderen,**
468 **die mit deinem Anliegen im Zusammenhang stehen? #00:36:44-131#**

469

470 B1: Ich hoffe es. Achtsam sein ist ja wichtig. #00:36:46-132#

471

472 **I: Könntest du mir kurz beschreiben, welche Meinung du zu folgender Aussage hast:**
473 **Aufstellung wird zur Umstellung. Sie ist eine neue Art von Auslegung in Richtung**
474 **Veränderung, Heilung, Befreiung, Wahrheit, Realitätssinn... #00:37:08-133#**

475

476 B1: Teils, teils. Also sofortige Hilfe und Umstellung kann ich vollkommen unterstützen.
477 Veränderung, Befreiung, Heilung... Für die ersten Schritte, ja. Ob es dann eine komplette Heilung
478 ist oder wird, hängt wieder davon ab, mit welchem Anliegen man kommt. Wahrheit ist eher
479 schwierig. Es gibt eigentlich keine Wahrheit, die ist zu dreidimensional, sodass man die totale
480 Wahrheit erhalten kann (...) Realitätssinn, ja- eben auch je nach Anliegen wahrscheinlich. Dann
481 aber auch eher Erkenntnis, weil es ist schwer zu sagen, was ist Realität. Das hat man schon bei
482 vielen gemerkt, dass da der Groschen gefallen ist und irgendwas passiert. #00:38:21-134#

483

484 **I: Du kannst somit auch sagen, dass du eine tiefgreifende Änderung mithilfe der Aufstellung**
 485 **erfahren, sodass du sagen kannst `das ist spürbar und nachwirkend` und deine Ziele**
 486 **verfolgen kannst? #00:38:34-135#**

487

488 B1: Ja (zustimmend nickend) #00:38:37-136#

489

490 **I: Dann kommen wir auch schon zur letzten Frage, wenn du sie nicht schon beantwortet hast**
 491 **für dich: Welche Haltung hast du von dir selbst eingenommen? Fühlst du dich für deinen**
 492 **weiteren Weg gewappnet, gestärkt? #00:38:50-137#**

493

494 **B1: (lachend) Ja das auf jeden Fall. #00:38:52-138#**

495 **[also kannst du auch innere Balance für dich finden?] #00:38:58-139#**

496 B1: Jaaaa. Es ist natürlich noch am Tun (...) Also mir wäre es einfach lieber gewesen, wenn die
 497 Beziehung nicht kaputt gegangen wäre und sich das vorher alles aufgeklärt hätte. Dann wäre das
 498 jetzt alles total einfach. So ist man jetzt ein bisschen in dieser Vergangenheit, die man loslassen
 499 muss und das Emotionale ist ja trotzdem noch da, wenn man die Beziehung beendet und das geht
 500 halt auch nicht so schnell weg... #00:39:28-140#

501 **[aber da bist du dir im Verlauf nun bewusst geworden, dass du damals an deine Grenzen**
 502 **gekommen bist und diese auch zu achten hattest?] #00:39:35-141#**

503 B1: Ja (zustimmend) #00:39:38-142#

504 **[und du hast auch immer noch das Bedürfnis nach ihr und hast noch nicht komplett**
 505 **abgeschlossen in deinem Verarbeitungsprozess?] #00:40:15-143#**

506 B1: Ja sicher (...) aber da muss man jetzt einfach schauen, was die Zukunft bringt. Aber sie war halt
 507 ein Mensch, mit dem man sich sehr wohl gefühlt hat. Und dann kommt dieses 'Oh Gott, oh Gott,
 508 findet man wieder solch einen Partner, der so gut zu einem passt? ` Der Klassiker halt. (lachend)
 509 #00:40:37-144#

510 **[du siehst aber trotz allem genügend Lebenskraft und Energie in dir aufkommen, um deine**
 511 **Zukunft in die Hand zu nehmen?] #00:40:44-145#**

512 B1: Ja! Ja. (überzeugend) #00:40:47-146#

513

514 **I: Gut, dann war es das so weit. Gibt es denn deiner Meinung nach noch eine Frage, die ich**
 515 **dir stellen sollte? Oder Etwas, was noch nicht für dich geklärt ist, oder ich nicht konkret**
 516 **angesprochen habe- für dich aber von Bedeutung wäre? #00:41:03-147#**

517

518 B1: Ich habe mir eigentlich zuvor nichts gedacht, wollt mich überraschen lassen und gar nicht viel
 519 darüber denken. Es kommt ja eh immer alles anders und es kann immer alles anders sein, als man
 520 denkt (schmunzelnd). #00:41:22-148#

Transkript des Interview 2

Datum: 18.05.2017
Ort: bei interviewten Person zuhause
Geschlecht: weiblich
Alter: 59
Dauer: 1 Stunde und 7 Minuten
Name: Prb 2

1 **I: Beschreibe mir doch zunächst einmal, was dich spezifisch zu diesem Aufstellungsseminar**
2 **geführt hat und wie es dir gefallen hat? # 00:00:16-1#**

3 B2: Es war eine große Notwendigkeit für mich, dass ich dort hingehe, aufgrund meiner
4 Erkrankung, die ich habe. Ich habe nämlich zur damaligen Zeit auch gar nicht gewusst welche, ich
5 wusste nur, dass ich eine Erkrankung habe. Ich habe es aber geahnt, dass es eher eine schwierigere
6 Geschichte ist (...) Und die Franziska Tillmanns habe ich durch das Haus des Friedens
7 kennengelernt und gesehen, sie ist die Richtige für diese Aufstellung. Der Hauptgrund war die
8 Erkrankung. #00:01:16-2#

9 **[dein Anliegen ist somit auch immer noch aktuell und spürbar?] #00:01:19-3#**

10 B2: (zunickend)

11

12 **I: Dann möchte ich gerne wissen welche Erwartungen du in deine Teilnahme an das**
13 **Aufstellungsseminar gesetzt hast? # 00:01:26-4#**

14

15 B2: Ja ich habe mir erwartet: Trost, Aufklärung (...) Begegnung- mit den Menschen die damit ganz
16 eng im Zusammenhang stehen (...) Lösung, Heilung (...) ich hatte große Erwartungen, extrem große
17 Erwartungen. Dann aber auch wieder nicht. Also einerseits schon, andererseits aber war es auch
18 eher nur ein 'Hineintauchen' und schauen, was kommt. #00:02:10-5#

19

20 **I: Und konnten diese Erwartungen, ein Teil davon erfüllt werden? #00:02:15-6#**

21

22 B2: Ein Teil konnte erfüllt werden.- Also vielleicht kommen wir auch eh später dazu, aber es ist
23 was ganz Wichtiges auch geschehen. Was Grundsätzliches. Ich bin jetzt nicht gesund. Also die
24 Erwartung, dass ich ganz gesund bin, war vielleicht auch gar nicht so extrem ausgeprägt. Natürlich
25 aber ein Teil. Aber andere Erwartungen sind schon auch erfüllt worden. #00:02:52-7#

26

27 **I: Somit habe ich jetzt eine gute Vorstellung von deinen Motiven und Erwartungen. Nun**
28 **würde ich unser Gespräch gerne konkretisieren und dich befragen, was während deiner**
29 **eigenen Aufstellung mit dir geschah. Kannst du dir diesen Erlebenszustand noch ins**
30 **Gedächtnis rufen? – Wenn du zum Beispiel daran denkst, wie deine StellvertreterInnen**
31 **agiert und sich geäußert haben. #00:03:11-8#**

32

33 B2: Ja ich war sehr gerührt, sehr schockiert, ersetzt teilweise, erstaunt. Also es waren ganz viele
34 verschiedene Gefühle, Facetten. Wirklich ganz viele sind da aufgekommen. Ich war erschüttert, ich
35 war glücklich, ich war schwerst traurig. Es war alles da, was man sich vorstellen kann. Die ganze
36 Bandbreite. Aber es waren einzelne Szenen, die für mich hängen geblieben sind. #00:03:43-9#

37

38 **I: Und gab es einen Zeitpunkt oder irgendein Ereignis im Aufstellungsprozess an dem du**
39 **dich eher unwohl gefühlt hast (also eher nicht berührt)? #00:03:53-10#**

40

41 B2: Nein, also das nicht. Unwohl vielleicht, weil ich schockiert war, was da jetzt kommt. Aber
42 nicht im Sinne von dem Setting oder was da passiert hinsichtlich der Aufstellungsebene.
43 #00:04:07-11#

44 **[also eigentlich nur eher hinsichtlich deiner Emotionen, die du verspürt hast**
45 **währenddessen?] #00:04:12-12#**

46 B2: Genau ja. #00:04:14-13#

47

48 **I: War demnach auch ziemlich viel klar, sichtbar und deutlich für dich, was aufgestellt**
49 **wurde? #00:04:19-14#**

50

51 B2: Manches war sehr erstaunlich, was da rausgekommen ist. Manches sehr klar, also ganz klar.
52 #00:04:27-15#

53

54 **I: Konntest du demnach die Geschehnisse in der Aufstellung auch nachvollziehen, warum das**
55 **so war und welche Ursachen dem zugrunde lag? #00:04:36-16#**

56

57 B2: Ja, Ja (zustimmend). #00:04:42-17#

58

59 **I: Hast du körperliche oder gefühlsmäßige Auffälligkeiten bei dir während dem ganzen**
60 **Geschehen bemerkt? #00:04:49-18#**

61

62 B2: Joah körperlich, ich würde sagen `alle Zustände`. Also angefangen von Schweißausbrüchen,
63 über Zittern, über Weinen, über Lachen, Herzklopfen (...) Alles. Alles Mögliche. Und emotional
64 auch dasselbe. Alles da. #00:05:17-19#

65

66 **I: Kannst du dich auch noch daran erinnern, wie es dir am Ende des Aufstellungsseminars**
67 **erging? Zum Beispiel am Ende in der letzten Besprechungsrunde im Kreis, als du auch noch**
68 **einmal dein Feedback zum Ganzen gegeben hast? #00:05:30-20#**

69

70 B2: Ganz zum Schluss, da muss ich kurz überlegen (...) Da habe ich dann auf einmal gemerkt, dass
71 ich das, was ich am Anfang gesagt habe, was ich möchte -dass da was nicht stimmt dabei. 'Mein
72 'Warum will ich gesundwerden? Warum will ich eine Veränderung? Was ist meine Motivation?'
73 und dann war was am Schluss, was ich gesagt habe, wo ich merkte, das passt nicht. Da geht's noch
74 um etwas Anderes, wie was ich sage. Das ist zu oberflächlich, was ich sage. Da geht's um eine viel
75 tiefere Ebene. Und das habe ich eben plötzlich ganz am Schluss erkannt(...) oder ich habe es
76 vielleicht nicht direkt erkannt aber bemerkt, da muss ich tiefer gehen. Das, was ich gesagt habe,
77 war einfach nicht das, um was es wirklich geht. #00:06:43-21#

78

79 **I: Mit welchem Gefühl bist du dann letztendlich nach Hause gegangen? #00:06:49-22#**

80

81 B2: Mit einem sehr aufgewühlten und auch einem sehr frohen Gefühl. Das war so wie: ich habe
82 noch die Chance weiterzuleben. Und das war wie eine Bestätigung, dass ich weiterleben werde.
83 Und es ist natürlich erschütternd und aufwühlend, aber gleichzeitig auch so gut, so wunderbar (in
84 sich lachend) #00:07:16-23#

85 **[also auch auf jeden Fall ein Gefühl der Erleichterung(...), der Stärke? # 00:07:20-24#**

86 B2: Ein Gefühl der Erleichterung, ja. Stärke. Zuversicht. Vertrauen, in das, was da passiert. Was
87 Heilung anbelangt: ich war tagelang, wochenlang nur in einem Hoch drinnen. Obwohl auch immer
88 wieder die Zweifel kommen und dann auch die Angst. Aber ich habe eine Bestätigung bekommen,
89 sehr lösend. #00:07:52-25#

90

91 **I: Und würdest du dazu jetzt sagen, dass dir diese Gefühlswahrnehmung eher fremd vorkam,**
92 **oder konntest du sie dir selbst schon gut zuschreiben? #00:08:06-26#**

93 B2: Nein, das war ich. Ja absolut. #00:08:18-27#

94 **[weil du eben vielleicht davor das Gefühl der Zuversicht nicht so intensiv verspürt hast?]**
95 **#00:08:23-28#**

96 B2: Ich habe sozusagen von einer anderen Ebene die Zustimmung bekommen, zu der ich ja nicht
97 immer den Zugang oder den Bezug habe. Ich hätte ihn schon, aber das ist nicht so einfach. Aber
98 durch diese Methode ist dieser Zugang da zu dieser Ebene. (...) in einer bestimmten Form. In einer
99 sehr klaren Form #00:08:41-29#

100 **[also so wie ein Baustein, der für dich gesetzt wurde?] #00:08:42-30#**

101 B2: Genau ja. (zustimmend) #00:08:45-31#

102

103 **I: Wie ich mich zurückerinnern kann und so wie du es auch vorher schon vorweggenommen**
104 **hast, hast du auch die Rolle als Repräsentantin eingenommen, oder warst nur stille**
105 **Beobachterin im Sitzkreis am Rande. Kannst du mir da kurz beschreiben, wie du zunächst**
106 **die Rolle als Stellvertreterin empfunden hast? #00:09:05-32#**

107

108 B2: Ich muss ganz ehrlich sagen, ich weiß sonst immer, was ich genau spüre und als was ich da
109 aufgestellt worden bin. Aber diesmal hat meine Aufstellung alles überschattet, so dass ich dann
110 eigentlich ziemlich schnell vergessen habe, was da so drum herum geschehen ist. Außer, dass ich
111 immer abstrakte Gefühle dargestellt habe. Oder die Großmutter-, oder die AhnInnenrolle, wo ich
112 gemerkt habe, dass ich diejenige bin, die den Enkeln ein gutes Gefühl vermitteln kann oder so was
113 wie Liebe fließen lassen kann. Oder einmal war ich auch die Sicherheit. #00:10:14-33#

114

115 **I: Fiel es dir denn leicht, solch eine fremde Position einzunehmen? Also auch, weil du es**
116 **schon des Öfteren nun miterlebt hast? #00:10:21-34#**

117

118 B2: Ja da geht es ums Fühlen, das ist für mich so wieso stetig da und wichtig (schmunzelnd)

119

120 **I: Wie hast du aber konkret die Impulse verspürt- Die anderen Gedanken, Gefühle**
121 **anzunehmen? Es scheint, als hätte man ja die Art von Impuls `okay, da passiert gerade was**
122 **in mir`. #00:10:39-35#**

123

124 B2: Das fließt. Da brauche ich nichts tun. Da mache ich mir auch gar keine Gedanken. Ich geh da
125 rein in die Rolle und dann bin ich es. Es ist nichts, wo irgendwelche Widerstände da sind. #00:11:17-
126 36#

127

128 **I: Hattest du demnach auch das Gefühl- da du es jetzt angesprochen hast wer oder was du**
129 **vertreten hast- dass es auch passend für dich war? #00:11:29-37#**

130

131 B2: Ich glaube schon ja. Auch bei meinen früheren Rollen gab es da ein gewisses Schema. Manchmal
132 bi ich auch die verrückte, spirituelle Frau (...) Das ist schön ja. #00:11:46-38#

133

134 **I: Nun bezüglich deiner Position als stille Beobachterin am Rande des Sitzkreises- ist dir da**
135 **irgendwas Besonderes aufgefallen bei den anderen Aufstellungen? #00:12:00-39#**

136

137 B2: Ja bei manchen- habe ich es mitgelebt. Da hat es auch einige gegeben, das hat einfach
 138 beeindruckt und beschäftigt (...) aber trotzdem war dann meine Aufstellung und das Ganze ist weit
 139 weg gerückt von mir, war einfach mit mir beschäftigt. #00:12:31-40#

140

141 **I: Also du kannst im Nachhinein auch sagen, dass du eigene Vorteile aus der Rollenübernahme**
 142 **und aus der Beobachtung ziehen konntest? #00:12:41-41#**

143

144 B2: Nicht so stark, wie ich es früher immer hatte, wo es ganz klar war. Auch bei meinen ersten
 145 Aufstellungen, die ja schon ganz lange her sind, habe ich Rollen übernommen. Aber dieses Mal war
 146 es anders. Es hat mich so erschüttert, was da passiert ist bei mir, dass alles andere eher so in die Ferne
 147 gerückt ist und ging mir einfach ziemlich nah. #00:13:20-42#

148

149 **I: Und wie hast du allgemein das Gruppensetting empfunden? Hast du dich leicht und schnell**
 150 **einfinden können? (...) Wie war die Atmosphäre? #00:13:34-43#**

151

152 B2: Ja. Also es war auch eine ganz entspannende Gruppe meiner Meinung nach. Sehr homogen,
 153 jetzt woher sie kommen und warum und von der Fürsorglichkeit her- waren 3 Personen dabei, die
 154 bisschen außergewöhnlich waren. Aber es war okay, es hat sich gut ergeben und die Atmosphäre
 155 war in Ordnung und gut. #00:14:03-44#

156

157 **I: Nun würde ich gerne den Fokus auf die Folgetage nach deinem Aufstellungs- Wochenende**
 158 **legen. Wie erging es dir beim Wiedereinfinden in dein normales Alltagsgeschehen?**
 159 **#00:14:17-45#**

160

161 B2: Also ich war da so drinnen, mit dem Positiven, was da passiert ist und habe aber auch ganz
 162 aufmerksam darauf geschaut, was schwierig ist und habe mir das sehr zu Herzen genommen. War
 163 aber auch einfach sehr guter Dinge. Jeden Tag, habe mir das zur Arbeit mitgenommen, im Zug
 164 gelesen (deutet auf zusammengefaltetes Blattpapier von Aufstellung, welches ihr Protokoll
 165 beinhaltet), habe dieses Protokoll geschrieben danach und dann hast du mir eines von der
 166 Beobachtung auch noch zugeschickt, was mir sehr geholfen hat. So kann ich mir Szenen auch ganz
 167 gut merken. Ja und habe mir das jeden Tag durchgelesen, bin damit schlafen gegangen, die Träume
 168 waren besser und positiver. Ich habe das Ganze ja mit in den Schlaf genommen. Ja das waren die
 169 ersten Wochen danach, so circa 3 Wochen. #00:15:16-46#

170 **[so viel es dir auch eher leicht, deine Gefühle und Reflexionen zu regulieren und zu**
 171 **verinnerlichen?] #00:15:20-47#**

172 B2: Nicht immer- also die Zweifel und Ängste sind halt trotzdem sehr stark und kommen immer
 173 wieder mal. Aber die ersten 3 Wochen war es ziemlich gut. #00:15:33-48#

174

175 **I: Gut, bleiben wir nun bei dir und deiner gegenwärtigen allgemeinen Lebenssituation. Hat**
176 **dir das Aufstellungsseminar dazu verholffen, deine Willenskraft zu steigern? Fühlst du dich**
177 **nun eher bekräftigt, dein Leben, deine Wünsche nach eigenem Ermessen zu gestalten?**
178 **#00:15:52-49#**

179

180 B2: Absolut ja. Es ist einfach eine gute Basis und Bestätigung entstanden, um gewisse Sachen zu
181 verstehen. Daran zu glauben. Ich habe mir das auch zu Herzen genommen (...) mein verstorbener
182 Freund wollte ja seine Ruhe haben, was sich in der Aufstellung gezeigt hat. Und ich habe mir
183 gedacht, okay es passt. Gehe jeden Tag zum Friedhof, ist wie ein kleiner Garten für mich. Aber es
184 ist irgendwie akzeptiert, das zum Beispiel befolge ich nun. Und das sind so Sachen, wo ich ganz
185 aufmerksam werde. Auch bezüglich des Seelenanteils an sich, den ich aufgestellt habe, die Ich-
186 Essenz, die mich schützte und zu mir sagte `pass auf, du stürzt dich dann wieder sofort ins Leben...
187 und ich bin die, die dir die Kraft gibt, oder es dir ermöglicht, dass du weiter lebst` - und dieses
188 Aufpassen-Müssen, dieses Achten und Hinschauen, das ist da. #00:18:03-50#

189

190 **I: Wo würdest du dich dann heutzutage nach der Aufstellung auf einer Skala ansiedeln, wenn**
191 **0 ein „ohnmächtig/ausgeliefert“ ist und 10 dahingegen ein „mächtig/stark“ beschreibt?**
192 **#00:18:17-51#**

193

194 B2: In Hinsicht auf die Aufstellung? Da bin ich ganz oben, also 8/9 auf jeden Fall. #00:18:30-52#

195 **[und davor, wo hättest du dich da angesiedelt?] #00:18:33-53#**

196 B2: Puh, ja da war es aber schon im unteren Drittel (lachend). Also ziemlich am Anfang, so 3/ 4,
197 wenn überhaupt (Änderung bemerken und Leichtigkeit zeigend). #00:18:47-54

198

199 **I: Fühlst du dich nach diesem zeitlichen Verlauf auch bereit, Dinge zu verändern, wenn du**
200 **dir über mögliche Konsequenzen, die eintreten könnten, bewusst bist? Also wenn du weißt,**
201 **dieses oder jenes Handeln könnte auch Folgen haben und du würdest ein Risiko eingehen?**
202 **#00:19:03-55#**

203

204 B2: Risiko?... wenn ich jetzt was verändere bei mir? (...) Also nein, das ist ja auch eben das, was
205 für mich wichtig ist. Das ist ja so kein Risiko, ich habe ja nichts zu verlieren außer das, mein Leben
206 #00:19:12-56#

207 **[manche Menschen gehen ja auch bewusst Dinge nicht an, weil sie denken, das könnte mit**
208 **negativen Folgen behaftet sein und deshalb wenden sie sich ab davon] #00:19:39-57#**

209 B2: Also ob es negativere Folgen, als das haben kann, weiß ich nicht (lachend) (...) alles, was ich
210 mache ist gut so oder wichtig vor allem. #00:19:55-58#

211

212 **I: Merkst du aber auch Kontexte, in denen du sagen würdest, da fehlt diese Willenskraft zur**
213 **Veränderung ein bisschen, lässt nach oder zeigt sich in Schwäche? #00:20:11-59#**

214

215 B2: Ja es ist schon eine Art Diszipliniiertheit und diese Art von Widerstand ist manchmal da, dass ich
216 lieber in die Ablenkung gehe, oder in die Verdrängung oder in die Verleugnung anstatt dass ich sage,
217 so jetzt bestätigst du in dem und dem, dass du selbst weiter kommst (...) weil es aber auch einfach
218 schmerzvoll ist diese Beschäftigung, mühsam (...) gehört dazu, aber man kann sich auch nicht
219 dauernd damit beschäftigen, teils teils. Aber ich kann mir das schon merken, ich kenn mich ja.
220 #00:21:01-60#

221

222 : Eine wichtige Frage in deinem Kontext: **I: Leidest du zurzeit an körperlichen Symptomen**
223 **oder nennenswerten psychischen Beeinträchtigungen?** #00:21:11-61#

224

225 B2: Naja, körperliche Symptome. Die Erkrankung, die ich habe, die ist ja wie ein Phantom, nichts
226 Greifbares. Und deshalb ist es für mich selbst auch so schwierig, zu identifizieren, ob das nun ein
227 Symptom der Erkrankung ist- oder nicht. Ich weiß das gar nicht (...) Juckreiz, Nachtschweiß
228 manchmal ein bisschen, aber das kann dann auch wieder mit den Ängsten zusammenhängen.
229 Müdigkeit und Eisenmangel- ist halt schwierig zu sagen, ob das direkt mit der Erkrankung im
230 Zusammenhang steht. Psychische Beeinträchtigung ist auf jeden Fall da. Komischerweise ist es
231 weniger belastend, als wie ich noch nicht wusste, was ich habe und die Chance höher war, zu
232 behandeln (...) ich würde sagen: guter Tag, schlechter Tag #00:22:43-62#

233 **[und zum Zeitpunkt der Aufstellung? War da eine spezifische Symptomatik zu spüren?]**
234 **#00:22:53-63#**

235 B2: Sehr schlimm. Ganz schlimm. Also große Verunsicherung, große Zweifel, große Ängste (...)
236 Angst. #00:23:06-64#

237 **[die Angst hat sich aber im zeitlichen Verlauf nun wieder ein bisschen aufgehoben?]** #00:23:10-
238 **65#**

239 B2: Die ist zurückgegangen. Also es nicht so, dass sie nicht da ist. Aber sie zeigt sich nicht mehr in
240 dieser massiven beruhigenden Form (...) Ich habe ja auch Medikamente genommen, manche die das
241 Herz beruhigen, Antidepressiva- immer unterschiedliche Dosierung. Und da ging es auch um das
242 Einschlafen, den Einschlaf- Anstoß. Und das habe ich jetzt auch ein bisschen reduziert und ich glaube
243 so schaffe ich das auch ganz gut. Für mich einfach Klarheit finden. Bin wieder relativ stabil,
244 psychisch. #00:24:34-66#

245

246 **I: Wenn du nun darüber nachdenkst, was dir in deinem Leben Energie schenkt, was ist das?**
247 **Vor allem in Bezug auf dein beschriebenes Anliegen: was kräftigt dich, was nährt dich,**
248 **sodass du dich lebendig fühlen kannst?** #00:24:51-67#

249

250 B2: Also was mir wirklich Energie gibt ist die Arbeit, wenn ich es nicht übertreibe. Ich schaue auch
251 auf einen afghanischen jungen Flüchtlingsmann, der gibt mir Kraft, der gibt mir Energie. Also das
252 ist sehr schön (...) Es gibt eigentlich viel, was mir Energie gibt, die kann ich dann auch schnell
253 annehmen. Ich war jetzt auch 2 Wochen lang in Andalusien und das ist nur Schönheit gewesen (...)

254 Nur Wärme, Sonne, die wunderschönen Kathedralen und Kirchen, diese Natur, die dort explodiert-
 255 das kann ich voll annehmen, das packt mich. #00:26:03-68#

256

257 **I: Dann aber auch die Gegenfrage- Was entzieht dir eher die (Lebens-)Kraft und Energie?**
 258 **#00:26:10-69#**

259

260 B2: Die Angst. #00:26:13-70#

261

262 **I: Stell dir nun mal eine spezifische Situation vor, in der du ein negatives Erlebnis oder die**
 263 **Lasten deines Anliegens wieder zu spüren hast- diese Angst, die Zweifel... Wie kannst du**
 264 **diese Beschwerden für dich selbst bestmöglich ausgleichen? #00:26:44-71#**

265

266 B2: Ja wichtig ist für mich eine Mischung aus Ablenkung- jeglicher Art, positives Denken, wieder
 267 ins Lot kommen und präsent sein, im Augenblick sein- so wie jetzt, da sehe ich das alles um mich
 268 herum und genieße das. Ja, Präsenz ist ganz wichtig, voll da sein. Im Leben stehen. #00:27:22-72#

269 **[hilft es dir dann auch, dich an deine Aufstellungsszenen zu erinnern, dadurch den**
 270 **Widerstand zu leisten?] #00:27:28-73#**

271 B2: Ja das ist eben ganz eng damit verknüpft und das tue ich auch manchmal. Also nicht dauernd,
 272 aber so darüber nachdenken- was war da, was ist gesagt worden, um was geht es- das ist auch so
 273 etwas, was mich herunterbringt. #00:27:50-73#

274

275 **I: Würdest du dann auch zustimmen, dass du mithilfe deiner Aufstellung Strategien**
 276 **entwickeln und modifizieren könntest, sodass du dich mit Negativität oder deiner**
 277 **Problematik besser konfrontieren kannst? #00:28:05-74#**

278

279 B2: Auf jeden Fall, absolut. Es ist wie eine Versicherung, es liegt ja auch immer noch genau hier
 280 (darauf zeigend). Ich muss ja auch nicht reinschauen, ich weiß eh gut genug, was drinnen steht.
 281 Manchmal nehme ich es auch eben mit wohin, nicht um zu lesen, sondern es ist einfach was ganz
 282 Positives. #00:28:41-75#

283

284 **I: Du hast es vorher schon angesprochen, aber wo nimmst du diese Negativität dann direkt**
 285 **wahr- psychisch oder körperlich? #00:28:58-76#**

286

287 B2: Ganz klar psychisch. (...) auch hinsichtlich der Arztbesuche-und Untersuchungen (...) jetzt die
 288 Ärztin ist in Ordnung, aber vorher war ich schon sehr unglücklich. #00:29:50-77#

289

290 **I: 2 Monate sind ja nun seit dem Aufstellungsseminar vergangen, in welchem du dir deine**
 291 **konkreten Bewältigungsansätze und Ziele erarbeitet hast. Bist du denn mit deinen**
 292 **erarbeiteten Lösungsschritten oder dem Endbild im Einklang? #00:30:15-78#**

293

294 B2: Noch nicht. #00:30:18-79#

295 **[aber es zeigt schon auch Wirkung?] #00:30:23-80#**

296 B2: Das zeigt es ja. Es ist ein Weg, aber es ist noch nicht das, womit ich zufrieden bin- also noch
 297 nicht so weit, dass ich glauben kann, jetzt bin ich da, wo ich hingehöre. Aber es sind noch Wege,
 298 wie ein Puzzle, das sich zusammenführt. #00:30:38-81#

299 **[wie würde denn eine weitere Lösung dann aussehen? Wie könnte ein Plan aussehen, den du**
 300 **dir noch erarbeiten kannst?] #00:30:50-82#**

301 B2: Ich bin da eben auch auf den spirituellen Weg (...) Habe mir auch ein Selbstheilungsprogramm
 302 ausgewählt und arbeite mithilfe solch einer Methode, die negative Überzeugungen lösen können-
 303 wo man auch darauf schaut, was hinter diesen Überzeugungen eigentlich steht- und das ist auch
 304 eine Methode, bei der der Körper involviert ist. Das ist auch was, was mich sehr aufbaut- es gibt
 305 Hinweise. Und da bin ich auch einfach dabei, die mir anzuschauen, was ich machen könnte.
 306 #00:32:22-83#

307

308 **I: Aber es ist dir schon ein Stück weit möglich, alte Denk- und Verhaltensmuster und nun auf**
 309 **deine neue stärkende Kraft zu vertrauen? #00:32:33-84#**

310

311 B2: Ja. In dem Zustand bleibt mir vielleicht auch gar nichts anderes über. Aber ich versuche es zum
 312 Beispiel auch in der Arbeit loszulassen. Es verändert sich halt so viel, also ich bin jetzt dann auch in
 313 Pension und ich eigentlich in der Arbeit aufgehe. Und das alles sind Veränderungen. Ich komme da
 314 auch nicht raus, das ist auf allen Ebenen. (...) Angst dann eben auch darauf bezogen, also nicht um
 315 die Existenz (...) das Leben gestaltet sich halt komplett anders. Aber es ist auch viel mehr Neugier
 316 als Angst: wie wird das, was mache ich da draus... und dass ich nicht nur durchgehend auf meine
 317 Symptome oder Erkrankung erachte, sondern dass ich mich auf das konzentriere, was gesund und
 318 gut ist. Die Ärztin wollte mir zum Beispiel auch ein Medikament verschreiben, was ich abgelehnt
 319 habe, weil es für mich die gesunden Anteile zerstört (...) 00:36:31-85#

320 **[ich kann mich auch noch daran erinnern, als du selbst Protagonistin in deiner Aufstellung**
 321 **warst, dich deine Ich-Essenz schützend gehalten hast und du trotzdem meintest, dass zum**
 322 **Symptom hinschauen musst] #00:36:51-86#**

323 B2: Ja das ist aber auch immer noch und wieder so. Und da geht's mir schlecht. Und die Ärztin meint
 324 nur, das ist kein Befund, das sind nur Werte. Sie lässt meine Angst auch nicht zu. Ihr Mitgefühl ist
 325 schon da, aber meine Angst- die will sie nicht. Schulmedizin, ich hätte ja auch sagen können, dass
 326 ich alles so annehme und mache, wie sie es sagen. Aber das wollte ich nicht. Es ist einfach immer
 327 wieder sehr schwierig, was Genaues zu erfahren, nur ein herum Gerede. #00:38:07-87#

328 **[hier hast du dich selbst dann aber sehr gut ermächtigen können und ankämpfen?] #00:30:17-**
 329 **88#**

330 B2: Genau! Ich habe das gemacht, auch auf die Gefahr hin, dass was passiert. Das ärgert mich eben
331 auch sehr, dass sie mir gar nicht genau sagen können, um was es geht. Jede Sicherheit wird mir
332 genommen. (...) ich muss mich nun einfach auf das konzentrieren, was ich glaube, dass es richtig ist.
333 (...) Das, was ich spüre, auch auf spiritueller Ebene. #00:39:19-88#

334

335 **I: Legen wir nun den Blick auf das Erleben im eigenen Umfeld: in deinem privaten, sozialen**
336 **Gefüge und deinen zwischenmenschlichen Beziehungen. Gibt es Kontexte, in denen du dich**
337 **wohler fühlst und in anderen nicht? #00:39:35-89#**

338 B2: Ja klar. #00:39:38-90#

339 [hat sich was seit dem Aufstellungsseminar verändert?] #00:39:40-91#

340 B2: Sie sind alle entzückt und begeistert, als ich vom Aufstellungsseminar berichtet habe, weil es
341 mir jetzt gut geht, da sind sie natürlich auch beruhigt (lachend). Sie freut es auch immer, wenn ich
342 irgendwas davon erzähle, was mich aufbaut (...) bei ihnen sind durch das Ganze natürlich auch die
343 Ängste da, mit ihren Anteilen mit denen sie selbst nicht so gut umgehen können (...) ja sie sind auf
344 jeden Fall eine Unterstützung. #00:40:47-92#

345

346 **I: Fühlst du dich in bestimmten Bereichen aber auch noch in einer gewissen Abhängigkeit**
347 **lebend und auch handlungseingeschränkt dadurch? (...) in Bezug auf dein soziales Gefüge, dass**
348 **dich irgendetwas trotzdem abhält, an dir zu arbeiten? #00:41:03-93#**

349 B2: Ja klar, aber das ist dann alles auf meinem eigenen Mist passiert, da haben die anderen nicht viel
350 mit zu tun. Das kommt von mir. Sie wissen ja, was los ist bei mir. Sie reagieren auch total gut, wenn
351 ich sage, dass es mir zu viel wird. Also das ist schon meins, meine Geschichte und da muss ich mir
352 auch nichts vormachen. #00:42:00-94#

353

354 **I: In diesem Zusammenhang würde mich auch interessieren: Was denkst du selbst, wie du**
355 **auf deine Umwelt wirkst? Wie reagierst du auf sie? #00:42:07-95#**

356

357 B2: Das ist sehr schwer. Ich glaube, das habe ich noch nie gut beurteilen können, wie ich auf meine
358 Umwelt reagiere. #00:42:28-96#

359 **[aber kannst du dir zum Beispiel Situationen vorstellen- auch im Zusammenhang mit der**
360 **Aufstellungsveränderung- in denen zu früher eher zurückhaltend warst und jetzt eher wieder**
361 **darauf eingehen kannst?] #00:42:38-97#**

362 B2: Ja das auf jeden Fall. Einfach positiver und offener und gleichzeitig aber auch verschlossener,
363 distanzierter. Aber es ist wichtig, dass ich es mehr bewusst auswähle, das zeigt sich schon. Es ist
364 ausgewogen. Diese extremen Pole sind nicht so besetzt, sondern mehr ausgeglichen. Und manchmal
365 ist es ja auch einfach wichtig, sich zurückzuziehen und nicht überall mitmachst. Das kann ich jetzt
366 besser beurteilen, weil ich nicht mehr so völlig fremdbestimmt durch das Geschehen gehe.
367 #00:43:41-98#

368

369 **I: Hast du innerhalb der letzten Monate nach der Aufstellung eine Veränderung in deiner**
370 **Umgebung, mit deinen Mitmenschen oder in spezifischen Lebensbereichen wahrgenommen?**
371 **So dass sich dir jemand gegenüber anders verhalten, präsentiert oder anders auf dich**
372 **gewirkt hat? #00:27:42-99#**

373

374 B2: Ja! Es sind enge Freundinnen, die vorsichtiger und rücksichtsvoller geworden sind. Die aber
375 auch extrem fordernd geworden sind in ihrer Art. Und viel mehr auf mich eingehen, wenn ich jetzt
376 nicht gerade so Liebesgeschichten oder so hören möchte. Überhaupt im Freundesbereich sehe ich
377 das sehr positiv nun. Und ob die das alle wissen, natürlich nicht. Nur die engsten Freunde. In der
378 Arbeit, die wissen es auch nicht, weil ich da auch das Team nicht gefährden will. Die sind es aber
379 ohne, dass sie es wissen. Also man muss es anscheinend auch nicht wissen, um sich positiv anders
380 zu verhalten. #00:46:14-100#

381 **[daraus kannst du dann auch positive Energie schöpfen?] #00:46:24-101#**

382 B2: Ja also sie machen es mir keineswegs schwer und lassen mich nicht alleine. #00:47:00-102#

383

384 **I: Dann würde ich gerne auf die therapeutische Unterstützung im Aufstellungsprozess zu**
385 **sprechen kommen, mit der dich Franziska während des Seminars begleitet hat. Als du an der**
386 **Reihe warst, fiel es dir leicht Zugang zu Franziska zu finden und dein Anliegen im Gespräch,**
387 **in der Gruppenrunde offenzulegen? #00:47:19-103#**

388

389 B2: Also insgesamt und das ist jetzt unabhängig davon wer dort gesessen wäre, war es schwierig für
390 mich. Es ist einfach ein schwieriges Thema. Und dann spreche ich es wieder aus, dann ist es wieder
391 so komplett da und emotionsbeladen. Das war jetzt aber unabhängig vom Therapeuten. Das wäre mir
392 bei jedem so ergangen. Aber einen guten Zugang habe ich schon zu ihr. #00:47:55-104#

393

394 **I: Kannst du etwas nennen, was dir speziell als Bereicherung, als besonders unterstützend in**
395 **ihrer therapeutischen Begleitung? #00:48:07-105#**

396

397 B2: Also was mich bei ihr prinzipiell fasziniert und beeindruckt ist, dass sie eine sehr weise Frau ist,
398 sie weiß sehr viel in vielen Bereichen und hat sich ja auch die verschiedensten Religionen angeschaut.
399 Sie ist nicht einseitig, sondern lässt viel zu, so dass man sich bei ihr auch öffnen kann. Sie ist eine
400 sehr liebenswerte Frau, aber kann auch sehr streng sein, aber grundlegend solch eine gütige Frau und
401 das ist es auch worum es geht, so empfindsam (...) #00:50:03-106#

402

403 **I: Was bleibt dir am methodischen Vorgehen positiv im Gedächtnis, oder wurde dir im**
404 **Nachhinein noch ersichtlich? Zum Beispiel beim Ablauf, die Symbolik, die Gesten...**
405 **#00:50:10-107#**

406

407 B2: Was ich immer wieder so erstaunend anschau ist dieses Hingeführt- Werden, dann Loslassen
 408 und dann fließt es. Am Anfang war ich dann nur fasziniert, es war wie ein Wunder, es geht für mich
 409 so Richtung Ohnmacht. Ja das ist so dieser Kern, dieses Hineintreten, diese Begegnung mit den
 410 anderen (...) ich mache das sehr gern. #00:51:07-118#

411

412 **I: Als du am Ende selbst als Protagonist in dein räumliches Aufstellungsbild getreten bist, wie**
 413 **hilfreich empfandst du Franziskas sprachliche Kommunikation, mithilfe von Nachfragen,**
 414 **Hinweise auf deine körperliche Befindlichkeit? #00:51:26-119#**

415

416 B2: Sehr, sehr. Also es war sehr einfach und klar, sehr direkt und passend auch ihre ritualisierenden
 417 Sätze. #00:51:41-110#

418 **[und fiel dir das Nachsprechen zu einem Moment leichter, oder gab es einen Zeitpunkt, an**
 419 **dem du dachtest `nein, das will ich jetzt nicht aussprechen`] #00:51:49-111#**

420 B2: Das war kein einziges Mal, nein. Es war nur sehr schwer für mich, als Franziska meinte „schau
 421 mal zum Tod rüber“. Aber es war auch gut, sehr schwer zunächst, aber sie es so hinein gefügt (...) und das bewundert mich auch, dass sie in ganz viele schwerwiegende Geschichten hineingeht, wie
 422 den Tod, in das Negative, in das Verborgene, was man vielleicht gar nicht aufstellen würde- aber um
 423 was es eigentlich wirklich geht. Also nein, ich hatte kein einziges Mal das Gefühl, dass es nicht
 424 passen würde. Es war eher eine Stütze. #00:52:59-112#

425

426 **[also du hast dich auch aufgehoben und verstanden gefühlt?] #00:53:02-113#**

427 B2: Ja, in jeglichem Sinne. #00:53:04-113#

428

429 **I: Hattest du demnach das Gefühl, dass du mithilfe von Franziskas Unterstützung bisher**
 430 **blockierte Energien freisetzen und dich schon während der Aufstellung ein Stück weit für**
 431 **dich neu orientieren konntest? #00:53:19-114#**

432 B2: Ja. (zustimmend) #00:53:21-115#

433 **[oder sie konnte dir dazu verhelfen?] #00:53:22-116#**

434 B2: Ja die Umarmung des Lebens! Da ist es schon passiert. Die Umarmung des Lebens, meine
 435 Mutter- und das war wie ein Mentor, was meine Mutter mir gegenüber sagte, wie sehr sie mich
 436 unterstützt hat und mir den Segen gab (...) das sind so die Highlights für mich. Die Seele- Ich-
 437 Essenz, die neben mir stand... #00:54:04-117#

438

439 **I: Hast du auch schon darüber nachgedacht, noch ein weiteres Aufstellungsseminar zu**
 440 **besuchen, um dein Anliegen weiter zu bearbeiten? #00:54:12-118#**

441

442 B2: Nein, aber würde ich erneut an einem teilnehmen, dann bei ihr. Aber das war solch eine
 443 essenzielle Aufstellung für mich- die muss jetzt da stehen, da braucht es nicht noch irgendwas dazu.
 444 Das wäre dann nicht stimmig. Das war so intensiv und schon so existentiell, was soll man da noch
 445 fragen?! Was sollte ich noch machen, dass die Heilung voranschreitet- nein. Es ist einfach gesagt

446 worden und geht in die Richtung (...) irgendwann vielleicht einmal, und das kommt. Wenn ich
447 vielleicht wieder eine Frage habe. Das irgendwann werde ich auch erleben (kichernd) und jetzt aber
448 nicht brauchbar. #00:55:22-119#

449

450 **I: Systemtheoretiker sind der Überzeugung, dass man die räumlichen Bilder nach einer**
451 **Aufstellung leichter zusammenfalten, einpacken und zuhause immer wieder ausfalten kann**
452 **(Zitat angeführt). Konntest du am Ende des Seminars für dich selbst etwas Konkretes, ein**
453 **Lösungsbild, oder bestimmte Worte, Aussagen hinsichtlich deines Problemanliegens**
454 **verankern und verinnerlichen? – dem hast du ja schon zugesprochen und es hat sich ja auch**
455 **immer noch verstärkt. du würdest also schon sagen, dass dieses räumliche Bild lange anhält**
456 **und man es nicht so schnell vergisst? #00:55:56-120#**

457 B2: Ja! 00:55:57-121#

458

459 **I: Dann- wie würdest du dich zu folgender Aussage äußern: Das Nicht-gleich- Sprechen über**
460 **die Aufstellungsgeschehnisse, sondern viel eher das visuelle, körperbezogene Verankern des**
461 **Aufstellungsbildes wirkt nachhaltig und befreiend- ... im Vergleich zu einer Psychotherapie**
462 **und Gesprächsführung. #00:56:21-122#**

463

464 B2: Das Visuelle und das Andauern, eindeutig #00:56:37-123#

465

466 **I: Wenn du dir selbst nun nach der Zeit die Frage stellst: Wer bin ich? Wer möchte ich sein?**
467 **Wohin möchte ich mich immer noch entwickeln? (Wunderfrage) Was kommt dir instinktiv**
468 **in den Kopf? #00:56:50-124#**

469 B2: Ja ich würde sagen (...) aus dem Elfenturm herauskommen und nicht glauben, dass man selbst
470 alleine alles machen und packen muss, und habe auch gesehen, dass andere unterstützen können.
471 Da geht es auch einfach um Liebe. Und um annehmen. #00:57:23-125#

472

473 **I: Du hattest bei der Aufstellung den Vergleich des chinesischen Mönchs angebracht, der**
474 **geerdet und fröhlich ist, humorvoll und sich begeistern lassen kann. Hat die Aufstellung hierbei**
475 **hinsichtlich deiner Wandlung des Selbstbildes etwas bewirkt? #00:57:43-126#**

476

477 B2: Also Erdung ist es eine gewaltige! Man kommt einfach von Hirngespinnsten weg, landet auf der
478 Erde und lebt das Leben. Du bist einfach da und präsent. (...) vor der Aufstellung wollte ich gar nicht
479 mehr nach Spanien fahren zum Beispiel. Und danach war es ein: natürlich fahre ich nach Spanien.
480 #00:58:19-127#

481

482 **I: Ist es dir vorstellbar, dass du infolge achtsamer mit dir umgehst- und auch mit Anderen,**
483 **die mit deinem Anliegen im Zusammenhang stehen? #00:58:29-128#**

484

485 B2: Da bemühe ich mich sehr, ja. Und sie ja auch. #00:58:34-129#

486

487 **I: Könntest du mir kurz noch beschreiben, welche Meinung du zu folgender Aussage hast:**
488 **Aufstellung wird zur Umstellung. Sie ist eine neue Art von Auslegung in Richtung**
489 **Veränderung, Heilung, Befreiung, Wahrheit, Realitätssinn... #00:58:53-130#**

490

491 B2: Genau so sehe ich das (bei jedem Attribut mitnickend). Passt alles dazu! #00:59:00-131#

492 **[und in dieser Weise hast du auch selbst deinen Wandlungsprozess erfahren? Ich kann mich**
493 **da noch an die Szene erinnern, als du auf den Tod schautest und sagtest „für dich hat es noch**
494 **Zeit, aber ich akzeptiere dich“] #00:59:14- 132#**

495 B2: Genau. Er hat noch Zeit und ist auch nicht so schlimm. Ich habe den angeschaut und er war
496 wirklich nicht so schlimm. Zum ersten Mal. Und das war ein ganz wichtiger Punkt. #00:59:37-133#

497 [und diese tiefgreifende Änderung kann auch immer noch nachwirken, auch jetzt nach unserem
498 Gespräch noch?] #00:59:40-134#

499 B2: Ja, sehr. #00:59: 42-135#

500

501 **I: Dann kannst du somit auch sagen, dass du eine Haltung von dir selbst eingenommen, mit**
502 **der du eigentlich viel positiver mit dir umgehst- überrascht vielleicht auch ein bisschen.**
503 **#00:59:54-136#**

504

505 B2: Das auf jeden Fall. #00:59:56-137#

506 **[und dass du dich für den weiteren Weg gewappnet und gestärkt fühlst?] #01:00:06-138#**

507 B2: Ja- denn wie gesagt, ich war zuvor ja komplett derangiert. Erst einmal eben die sehr mühsame
508 Diagnose erfahren, aber jetzt geht es mir besser, danach noch mehr. Nach der Aufstellung! Und ich
509 war wirklich derangiert, für so eine lange Zeit. #01:00:31-139#

510

511 **I: Kannst du dann auch immer noch deine Grenzen achten? #01:00:39-140#**

512

513 B2: Ja das ist eher das Allerschwierigste, weil ich ja auch jemand bin, der immer über seine Grenzen
514 gegangen ist, oder sehr nahe an sie gegangen ist. Aber bei mir ist es ja auch so, dass ich das eigentlich
515 muss durch meinen körperlichen Zustand. Das sehe ich ja ganz klar. Und das ist aber alleine schon
516 meinem Herzinfarkt zu danken, dass ich da nun sehr darauf achte. Das war schon 1 Jahr vorher. Ich
517 achte schon sehr darauf, aber es ist eher durch das Physische begleitet und bedingt. Ich war sonst
518 immer bereit für alle möglichen Geschichten. Geht halt jetzt einfach nicht mehr in der Form. Außer
519 in Spanien, da habe ich einen Tag einfach alles gemacht, worauf ich Lust hatte und wollte. Da war
520 ich wieder so wie früher. Ganz über den Körper gefühlt, da bin ich über die Grenze gegangen, ja (...)
521 und dann merkte ich, es ist wieder Zeit sich zurückzuziehen. Im wahrsten Sinne des Wortes habe ich
522 mich dann auch verlaufen. (...) Ich werde das nur jemals schwer akzeptieren, dass ich mir die Energie

523 nehmen soll- nicht zwecks des Alters. (...) Mein Psychisches hinkt immer noch ein bisschen nach.
524 Aber die Verarbeitung geht weiter in diesem Sinne. #01:03:18-141#

525 **[mit einem sehr guten Grundbaustein, wie man bei dir sehen kann.] #01:03:24-142#**

526 B2: Jaaaa, das ist schon ganz schön abgegriffen (nimmt ihr Blattpapier der Aufstellung in die Hand
527 und lacht). Dieses Draufverlassen- Können ist schon grundsätzlich da. Und sonst könnte ich mich
528 auch nicht so als lebensfroh bezeichnen! Und oft denke ich mir `ah du bist gut unterwegs`. #01:04:04-
529 143#

530

531 **I: Ja da sind wir eigentlich eh schon am Ende angelangt. Gibt es denn deiner Meinung nach**
532 **noch eine Frage, die ich dir stellen sollte? Oder Etwas, was noch nicht für dich geklärt ist,**
533 **oder ich nicht konkret angesprochen habe- für dich aber von Bedeutung wäre? #01:04:17-**
534 **144#**

535 B2: Ich bin da eigentlich sehr ungezwungen in dieses Interview hineingegangen. Aber ich sehe jetzt
536 auch nichts, was fehlen würde. Ich möchte mich auf jeden Fall sehr bedanken für dieses Protokoll,
537 dass du die Beobachtung mitgeschrieben hast. Ich habe mir ja schon auch Einiges aufgeschrieben,
538 aber eben nicht so detailliert. Da habe ich mich einfach vereinigen können und ich glaube das es eine
539 grundsätzlich gute Idee ist, das bei Aufstellungsseminaren durchzuführen- für jeden der teilnimmt.
540 Es geht ja auch eben um genau diese Einzelheiten und Kleinigkeiten. (...) Ich glaube auch der
541 Untersuchungszeitpunkt deinerseits mit dem Interview jetzt ist der passende Zeitpunkt im Verlauf,
542 dass man so nach 2-3 Monaten nachfragt, das durchzugehen. Und gerade, wenn man es wieder
543 ausspricht, kommt ja wieder was dazu. Und es ist wieder eine gute Grundlage. #01:07:48-145#

Transkript des Interview 3

Datum: 22.05.2017
Ort: bei Interviewerin zuhause
Geschlecht: weiblich
Alter: 34
Dauer: 1 Stunde und 5 Minuten
Name: Prb 3

1 **I: Beschreibe mir doch zunächst einmal, was dich spezifisch zu diesem Aufstellungsseminar**
2 **geführt hat und wie es dir gefallen hat? # 00:00:22-1#**

3

4 B3: Was hat mich hingeführt? Begonnen hat es mit einer Trennung vor 9 Monaten und ich bemerkt
5 habe, dass es mit meinem Vater ganz viel zu tun hat, dieser Mann. Dieser Vater war eben schon in
6 anderen früheren Beziehungen auch schon ein Thema. Das ist mir da so bewusstgeworden, bei
7 dieser Trennung- da ist mir mein Vater wieder aufgefallen. Dann wollte ich mir das genauer
8 anschauen mithilfe einer Familienaufstellung eben. Und da kam auch mein Wunsch dazu, mich mit
9 meiner Familie zu versöhnen, weil da auch immer Spannungen waren zwischen meinen
10 Geschwistern und mit den Eltern- also mein Vater ist mittlerweile schon tot. Aber es war mir
11 einfach wichtig, da mal hinzuschauen, was ist meine Rolle drinnen; wie kann ich damit umgehen,
12 dass ich eher die Außenseiterposition eingenommen habe. Das wollte ich mir einfach anschauen:
13 also das mit meinem Vater, meine Rolle in der Familie und die Versöhnung. #00:01:49-2#

14 **[also ist dein Anliegen auch immer noch aktuell?] #00:01:53-3#**

15 B3: Diese Versöhnung mit der Familie? #00:01:55-4#

16 **[ja, dass du das Problem an sich immer noch zu spüren hast?] #00:01:58-5#**

17 B3: Nein das Problem an sich- also es hat sich dadurch schon wirklich sehr viel aufgelöst. Es ist
18 schon ein sehr guter Weg gewesen mithilfe der Aufstellung. (...) Ja und von demher hat es mir auch
19 sehr gut gefallen, weil mir auch bewusstgeworden ist, dass mir sehr viel klarer wurde- was mir
20 vorher eigentlich auch schon klar war, aber diese ganze Klarheit noch nicht richtig spürbar war-
21 und das nun fühlen zu können. Es war aber auch etwas Neues dabei, etwas was mir zuvor eben
22 nicht klar war. Und eben die Art und Weise wie die Franziska es gemacht hat, diese liebevolle und
23 respektvolle Art und trotzdem auch sehr weise- hat mir auch sehr gut gefallen ja.

24

25 **I: Welche Erwartungen hast du denn in deine Teilnahme an das Aufstellungsseminar**
26 **gesetzt? # 00:02:54-6#**

27

28 B3: Dass ich die Situation mit meinem Vater einfach klarer sehe, so dass ich sehen kann, um was
29 es wirklich geht. Und auch die Versöhnung und meine Rolle in meiner Familie, was mir da
30 eigentlich fehlt. #00:03:10-7#

31

32 **I: Und konnten diese Erwartungen- ein Teil davon- erfüllt werden, oder blieben manche**
33 **unerfüllt? #00:03:15-8#**

34

35 B3: Also im ersten Moment, gerade so am ersten Tag, hat es sich so angefühlt, als wäre etwas
36 unerfüllt geblieben. Aber im Nachhinein denke ich mir, das passt schon so. Das Unerfüllte am
37 Anfang bezog sich vielleicht auf meine Geschwister und mit der Mama, dass ich mir da was
38 Intensiveres vorgestellt habe- wie es wirklich ist und was sie von mir denken. (...) aber vom
39 Gesamtbild her war es erfüllt. #00:03:50-9#

40

41 **I: Nun würde ich unser Gespräch gerne konkretisieren und dich fragen, was während deiner**
42 **eigenen Aufstellung mit dir geschah. Kannst du dir diesen Erlebenszustand noch ins**
43 **Gedächtnis rufen? – Wenn du zum Beispiel daran denkst, wie deine StellvertreterInnen**
44 **agiert und sich geäußert haben. Wie erging es dir in der außenstehenden Position? #00:04:12-**
45 **10#**

46

47 B3: Ja ich glaube, dass die Leute sehr gepasst haben auf die Rolle, die ich ihnen ausgewählt habe.
48 Ich war dann irgendwie in einem Zustand, wo ich in so ein Gefühl hineingekommen bin. Ich habe
49 dann die Leute. Ich habe die Leute an sich dann gar nicht mehr so wahrgenommen. Es war eher so
50 ein Gefühl, dass zwar ich gespielt worden bin, aber es war eigentlich ich- mit Fleisch und Blut. Das
51 Ich habe ich eigentlich gar nicht so wahrgenommen. Ich war da eigentlich drinnen, also ich habe
52 das so wahrgenommen, als wäre ich das. Und dieses Gefühl, was ich da gehabt habe, das war
53 eigentlich das Neue für mich. #00:05:12-11#

54

55 **I: War demnach auch ziemlich viel klar, sichtbar und deutlich für dich, was aufgestellt**
56 **wurde? Oder war irgendetwas schockierend, überraschend? #00:05:34-12#**

57 **(...) [oder konntest du es nachvollziehen? Oder die Ursachen erkennen, die den**
58 **Geschehnissen zugrunde lagen? #00:05:42-13#**

59 B3: Ja ich konnte es nachvollziehen. Und es war auch okay und passend (...) Also für mich waren
60 die Positionen stimmig. Dieses Weggehen von meinem Papa (...) Ich dachte mir aber eigentlich,
61 dass ich bisschen mehr Nähe zu meiner Mutter habe, das war vielleicht ein bisschen irritierend (...) dass ich sie so in ihrer Rolle auch gar nicht richtig wahrgenommen habe, ihre Äußerungen (...) Und
62 es war auch bisschen was Neues, was mich eben irritiert hat- also es haben mich ein paar Sachen
63 irritiert. Aber dies ist dann wohl eben genau dieses `darauf kommen und hinschauen`- eben auch
64 diese Distanziertheit zu meinen Geschwistern. Auch dass gerade meine ältere Schwester ihre
65 Emotionen so rausgelassen hat. Mein Bruder war komplett abseits. Das war irgendwie auch klar,
66 aber da war ich irgendwie auch enttäuscht, weil ich mir mehr erwartet habe. Und es war dann eben
67 auch diese Erkenntnis, dass jeder so seinen eigenen Sachen beschäftigt ist und dadurch
68 auch gar nicht kann, nicht mehr aus sich rausgehen können. Da ist mir im Nachhinein einfach viel

70 Klarheit gekommen, dass ich das auch akzeptiere. Da waren einfach Erwartungen da, die ich
71 gehabt habe an die Familie. Wo es mir mit meiner jetzigen angenommenen Einstellung aber
72 einfach besser geht, weil ich nicht jeden Tag mit diesen Erwartungen nach Hause komme, sondern
73 sehe- das und das ist so, das ist der Grund dahinter, jeder ist mit seinem Drama beschäftigt
74 gewesen, hat versucht herauszukommen- und ich kann jetzt auch endlich für mich sein. Mir geht's
75 auch eben viel besser, wenn ich mir diese Erwartungen nicht mache und kann und ich kann viel
76 mehr für meine Familie, also es passt viel besser, wie wenn ich die ganze Zeit enttäuscht werde.
77 #00:08:28-14#

78

79 **I: Hast du auch irgendwelche körperliche oder gefühlsmäßige Auffälligkeiten bei dir**
80 **während dem ganzen Geschehen bemerkt- ein Unbehagen, ein Unwohlsein? #00:08:43-15#**

81

82 B3: Also es war schon sehr emotional. Alleine vor der Aufstellung, bin ich schon sehr nervös
83 gewesen. Und dann auch als die Familie reingekommen ist, habe ich gemerkt, dass ich zu weinen
84 anfangte. Dann wurde es ein bisschen besser und ich war auch einfach nur gespannt, was kommt.
85 Aber dann eben auch sehr schmerzhaft mit meinem Papa. Klar zu sehen, dass ich ihm einfach nicht
86 das bedeutet habe, so wie es für mich war und ich es geglaubt habe. Das war schon sehr
87 schmerzhaft. Als er dann auch sagte, er kann das Leid eh tragen- da habe ich mich dann richtig
88 verarscht gefühlt von ihm. #00:09:32-16#

89 **[aber Hauptsache du hast ihm dieses Leid in deiner Aufstellung symbolisch zurückgegeben...**
90 **ich glaube, das war ja ein wichtiger Schritt?] ##00:09:42-17#**

91 B3: Ja, dass es nicht mehr an mir lastet. Und dass ich sehe, dass es ein Mann eh tragen kann- oder
92 auch jeder sein eigenes Leid im Endeffekt tragen kann. #00:09:55-18#

93 **[auf das kommen wir eh später noch zu sprechen...] #00:09:57-19#**

94

95 **I: Kannst du dich auch noch daran erinnern, wie es dir am Ende des Aufstellungsseminars**
96 **erging? Zum Beispiel am Ende in der letzten Besprechungsrunde im Kreis, als du auch noch**
97 **einmal dein Feedback zum Ganzen gegeben hast? #00:10:12-20#**

98

99 B3: Ja ich war einfach sehr erschöpft. Ich war dann auch ehrlich gesagt sehr froh, als es vorbei war.
100 Ich war danach wirklich extrem fertig. Ich konnte kaum was machen. Auch am Tag danach noch
101 fertig. Hatte auch nicht das Bedürfnis, mit irgendjemanden zu reden darüber. #00:10:45-21#

102 **[und mit welchem begleitenden Gefühl hast du dich nach dem Seminar auf dem**
103 **Nachhauseweg gemacht? War es eher ein Gefühl von Erleichterung, Verwirrtheit...]**
104 **#00:10:59-22#**

105 B3: Traurigkeit, Erschöpfsein. Traurig auch einfach, weil ich eben meine Ressourcen außerhalb
106 dieses Systems habe und nicht innerhalb. Das habe ich zu diesem Zeitpunkt einfach sehr
107 schmerzhaft empfunden. Ich dachte eigentlich, dass ich mehr Bindung habe. Das zu akzeptieren
108 war sehr schmerzhaft (...) Einfach diese Erwartungen, die ich an meine Familie gesetzt habe, dass
109 diese nicht in dem Ausmaß vorhanden waren, wie ich es mir vorstelle. Das war schmerzhaft
110 loszulassen. Und im Nachhinein jetzt war es aber leichter. #00:11:50-23#

111 [hat dich auch ein Art Schwächegefühl körperlich eingeholt?] #00:11:55-24#

112 B3: Ja Müdigkeit eben extrem, und Erschöpfung. #00:11:57-25#

113 **I: Wie ich mich zurückerinnern kann und so wie du es auch vorher schon vorweggenommen**
 114 **hast, hast du auch die Rolle als Repräsentantin eingenommen, oder warst nur stille**
 115 **Beobachterin im Sitzkreis am Rande. Kannst du mir da kurz beschreiben, wie du zunächst**
 116 **die Rolle als Stellvertreterin empfunden hast? Fiel es dir denn leicht, solch eine fremde**
 117 **Position einzunehmen? #00:12:22-26#**

118

119 B3: Ja also es ist mir eigentlich sehr leicht gefallen, wie ich das spüre. Eigentlich auch in jeder
 120 Rolle und ich bin ja auch fast jedes Mal aufgestellt worden. Es ist mir eigentlich immer sehr gut
 121 gelungen, dass ich das auch spüren kann, also auch gemerkt habe, was da jetzt ist. #00:12:45-27#

122 [Also konntest du dich auch automatisch von deinen Impulsen leiten lassen?] #00:12:52-28#

123 B3: Genau. Es war aber jetzt nicht so stark wie bei meiner Aufstellung, aber es war schon
 124 emotional, nur nicht so extrem. #00:12:59-29#

125 **[Gab es da aber Gefühls- oder Gedankenmomente, die dich überrascht haben, weil du**
 126 **körperliche Signale bemerkt hast?] #00:13:18-30#**

127 B3: Also wirklich überrascht hat es mich nicht, weil es einfach die Situation ist, in der man das so
 128 empfindet. Ich hatte nur einmal eine Situation mit dem Mann, der auch dann meinen Vater
 129 repräsentiert hat- da war ich bei seiner Aufstellung die Ehefrau. Da hatte ich so das starke Gefühl`
 130 ich bin so glücklich verheiratet` obwohl das für die Aufstellung selbst gar nicht wichtig war, aber
 131 ich wollte das unbedingt loswerden, weil ich das so stark empfunden habe. #00:14:10-31#

132

133 **I: Hattest du demnach auch das Gefühl, dass du auch passend für deine Rollen ausgesucht**
 134 **wurdest? #00:14:37-32#**

135

136 B3: Ja den Eindruck hatte ich schon. Es war einmal so eine Situation- das war bei der Aufstellung
 137 mit der Bindungsangst- weil Bindungsangst auch natürlich zu meinem Thema passt, und da hat es
 138 mich gefreut, dass ich eigentlich eben nicht diese Bindungsangst repräsentieren musste, sondern als
 139 die Zukunfts- Freundin ausgewählt wurde, die ihm dann Tipps gibt, was man machen kann
 140 (schmunzelnd). Und das war eben für mich ein bisschen überraschend, weil ich mich in der Rolle
 141 gar nicht so gesehen habe. Aber das habe ich eh positiv gefunden, ja. #00:15:08-33#

142

143 **I: Und wie erging es dir in der Rolle als Beobachterin, die du dann ja so gut wie nur einmal**
 144 **erleben konntest? #00:15:19-34#**

145

146 B3: Ja es war sehr spannend einfach. Aber auch mal wichtig nur zu beobachten, weil das
 147 Repräsentieren schon anstrengender war. Und ich war dann auch mal ganz froh, das nur von außen
 148 zu erleben. #00:15.41-35#

149

150 **I: Und wie hast du allgemein das Gruppensetting empfunden? Hast du dich leicht und schnell**
151 **einfinden können? (...) Wie war die Atmosphäre? #00:15:55-36#**

152 B3: Ja, aber es war nicht zu allen so am Anfang. Aber ich habe mich prinzipiell wohlgefühlt. Das
153 hat aber bestimmt auch mit mir selbst zu tun gehabt, da ich mich sicher gefühlt habe mit meinem
154 Thema, dass ich es anschauen kann. (...) Und es war alles total rund, von der Atmosphäre,
155 Dynamik her. Am Anfang dachte ich eben, ich werde mit dieser einen Person nicht warm, aber es
156 hat sich dann eigentlich auch ganz gut so ergeben. Er wollte vielleicht eigentlich auch gar nicht
157 teilnehmen. (...) Ich hätte auch gern zu einer Person mehr Kontakt gehabt (...) Ich kann gar nicht
158 erklären warum, aber ich fand sie einfach sympathisch und wollte da mehr Bezug zu ihr haben (...) #00:16:59-37#

160

161 **I: Nun würde ich gerne den Fokus auf die Folgetage nach deinem Aufstellungs- Wochenende**
162 **legen. Wie erging es dir beim Wiedereinfinden in dein normales Alltagsgeschehen? Konntest**
163 **du bestimmte Gefühle oder Reflexionen wahrnehmen, einordnen, regulieren? #00:18:40-38#**

164

165 B3: Also für mich war die Zeit danach wirklich schon anstrengend, also das Wochenende noch. Ich
166 habe irgendwie einen Groll gegen meine Familie gehabt eine Zeit lang. Meine Mama hat mich
167 dann auch angerufen, oder meine Schwester- aber ich hatte nicht das Bedürfnis, ihnen was zu sagen
168 und ich habe auch bis jetzt nichts darüber erzählt, obwohl ich meine Sachen eigentlich immer
169 erzähle. Ich habe mir einfach mehr erwartet, dass mehr raus kommt von der Bindung her. Das ist
170 mir jetzt auch einfach klar geworden, dass ich da jetzt auch einfach nicht so schnell hinein dränge.
171 Und war dann auch Zuhause, meine Mama hatte auch ein bisschen Angst davor- ich auch- aber es
172 war dann okay. Da habe ich dann auch gemerkt, ich muss eben auch verzeihen, dass meine Mama
173 nicht genügend da war. Das gelingt mir Gott sei Dank auch, ja. #00:19:52-39#

174 **[hat diese Art von innere Ausrichtung eine längere Zeit gebraucht?] #00:20:04-40#**

175 B3: Ja es hat schon ein paar Wochen gebraucht. Und es arbeitet eigentlich auch immer wieder
176 immer noch nach. Ich habe jetzt auch Männer geballt kennengelernt- ganz parallel zur Aufstellung
177 auch- und ich dann bei 2 wieder bemerkt habe, die könnten wieder genau das Muster haben und ich
178 das für mich aber auch ziemlich schnell herausgefunden habe. Ich wusste dann, ich spiele mit dem
179 Feuer, aber wollte mich trotzdem darauf einlassen, weil ich mich nicht abspalten will, sondern viel
180 eher schauen: wo stehe ich. Und das war jetzt schon ein paar Mal so und gerade muss ich mich
181 wieder abgrenzen, da der Eine jetzt auch mehr möchte. Ich fühle mich auch extrem hingezogen zu
182 ihm, aber er tut mir irgendwie wieder leid. Also ich habe ein extremes Mitgefühl für ihn, was aber
183 gar nicht notwendig ist für die Situation. Und ich muss ihm einfach in der Art sagen: `du trägst dein
184 Leid alleine`- also im Stillen natürlich. Ich versuch ihm das einfach zu erklären, warum er da nicht
185 passt, aber das war natürlich ein Fehler, weil er das nicht versteht. Das würde ich auch nicht mehr
186 machen, aber wir haben eigentlich gute Gespräche geführt und ich habe mir gedacht, das passt
187 vielleicht, wenn ich da jetzt Sachen erkläre, warum ich da jetzt vorsichtig wäre. Aber ja, es ist
188 natürlich jetzt daneben gegangen... #00:21:51-41#

189 **[aber man merkt ja wirklich, dass du das für dich komplett wahrgenommen hast und da**
190 **ganz anders an die Sachen herangehst?] #00:22:04-42#**

191 B3: Ja also auch mein Ex-Freund hat mir letzts wieder eine Mail geschrieben, dass es ihm
192 schlecht geht wegen der Trennung etc., worauf ich dann wortwörtlich geantwortet habe- genauso
193 wie in der Aufstellung, dass er das alleine schafft und ein erwachsener Mann ist und mich nicht

194 braucht. (Strategien umsetzen). Das war dann wirklich ein sehr gutes Gefühl. Er wollte meine
195 Trigger-Punkte wieder erreichen und ich bin aber mit einer ganz neuen Art damit umgegangen.
196 #00:22:39-43#

197 **[vielleicht hat sich der Bewältigungsprozess bei dir im Verlauf der Zeit auch einfach**
198 **automatisch eingeklinkt, ohne dass du es groß bemerkt hast?] #00:22:50-44#**

199 B3: Durch die Aufstellung? Ja, weil es bei mir vielleicht auch daran liegt, dass ich schon lange dran
200 bin. Die Aufstellung war für mich dann auch diese I- Tüpfelchen, alles ganz klar zu sehen. Aber
201 schauen wir mal, wie sich das noch weiterentwickelt. #00:23:12-45#

202

203 **I: Gut, bleiben wir nun bei dir und deiner gegenwärtigen allgemeinen Lebenssituation. Hat**
204 **dir das Aufstellungsseminar dazu verholffen, deine Willenskraft zu steigern? Fühlst du dich**
205 **nun eher bekräftigt, dein Leben, deine Wünsche in vielen Lebensbereichen nach eigenem**
206 **Ermessen zu gestalten? #00:15:52-49#**

207 B3: Ja schon. Also ich kann jetzt noch nicht sagen, dass ich voller Tatenkraft bin- also ich bin
208 schon noch ein bisschen in dieser Rolle drinnen, aber das schlechte Gewissen und die
209 Schuldgefühle `ich kann mein Leben nicht alleine leben und ich muss was für wen aufopfern` sind
210 einfach weg. (...) Diese 2 Männer haben das auch ganz deutlich gespiegelt und da sehe ich, dass ich
211 mich abgrenzen muss. Und das ist für mich einfach das Neue, wo ich auch die Sicherheit habe, dass
212 ich da richtig bin, aber es fällt mir halt noch nicht leicht. #00:24:20-50#

213 **[auch hinsichtlich deiner `erwachsener Anteile`, die du in der Aufstellung erwähnt hast –**
214 **erwachsen werden, dich so fühlen und auch handeln können?] #00:24:31-51#**

215 B3: Dieses Erwachsene- also da merke ich schon, dass sich etwas verändert hat. Aber es ist alles
216 wie gesagt sehr frisch und das dauert noch, bis ich da drinnen bin in dem Ganzen. #00:24:42-52#

217

218 **I: Wo würdest du dich dann heutzutage nach der Aufstellung auf einer Skala ansiedeln, wenn**
219 **0 ein „ohnmächtig/ausgeliefert“ ist und 10 dahingegen ein „mächtig/stark“ beschreibt?**
220 **#00:25:00-53#**

221 B3: 7, schon stärker ja. #00:25:05-54#

222 **[und vor der Aufstellung, wo hättest du dich da angesiedelt?] #00:25:10-55#**

223 B3: Schon eher 4. Schon niedriger. Weil mir das auch einfach noch nicht so klar war- dieses Leid
224 abgeben und auch hinsichtlich der Familiensituation, dass ich da raus muss aus dem System, mit
225 meiner Lebensfreude und um mein eigenes Leben zu leben. Und dass sie das eh schon einzeln
226 machen, nur ich noch nicht. Loslassen, und dass ich auch mein Leben leben darf und diese
227 Schuldgefühl nicht haben brauche. (...) ich hätte schon früher weggetragen werden müssen, so wie
228 die kleine D. in der Aufstellung, jedoch war das nicht möglich. #00:26:10-55#

229

230 **I: Fühlst du dich nach diesem zeitlichen Verlauf auch bereit, Dinge zu verändern, wenn du**
231 **dir über mögliche Konsequenzen, die eintreten könnten, bewusst bist? Also wenn du weißt,**
232 **dieses oder jenes Handeln könnte auch Folgen haben und du würdest ein Risiko eingehen?**
233 **Würdest du trotzdem sagen `ich habe die Stärke und Kraft und möchte es verändern`?**
234 **#00:26:32-56#**

235

236 B3: Ja schon. Also das habe ich auch vorher schon gehabt, nur leider immer in die falsche Richtung
237 (schmunzelnd) (...)Risikobereitschaft habe ich allgemein ja. #00:26:48-57#

238

239 **I: Merkst du aber auch Kontexte, in denen du sagen würdest, da fehlt diese Willenskraft zur**
240 **Veränderung ein bisschen, lässt nach oder zeigt sich in Schwäche- eben auch in Bezug auf die**
241 **Männer nun? #00:27:00-58#**

242

243 B3: Joah. Weil es dann eben nicht 100% so ist. Ich bin mir schon sicher, dass es so ist, aber ich
244 muss schon auch viel überlegen, viel in mich hinein spüren. Dieses Extreme, also dass ich wirklich
245 ein riesiges Mitleid für diesen Mann empfunden habe, war so überdimensional und hat einfach
246 nicht gepasst. Aber es ist eben mein Recht `Nein` zu sagen. Und da merke ich schon, dass ich da
247 schon noch diese Eigenart parat habe und es mir noch nicht leicht fällt, sofort `Nein` zu sagen (...)
248 Aber durch diese Klarheit, komm ich dazu nun `Nein` sagen zu können. #00:28:00-59#

249 **[auch wahrscheinlich mit dem Gedanken dahinter, nicht wieder verletzt werden zu wollen?]**
250 **#00:28:04-60#**

251 B3: Genau, weil ich dann einfach schon weiß, was solche Typen wollen. Und was mir eben auch
252 extrem auffällt, ist dieses große Mitleid ihm gegenüber- und das passt nicht und das kommt eben
253 von meinem Vater. Und auch gleichzeitig aber diese Anziehung zu ihm. Das sind alles so Sachen-
254 ich glaube nicht, dass die so sein sollen in einer Beziehung. Und das sind einfach die Sachen, die
255 ich kenne und nun weiß ich auch woher sie kommen. #00:28:33-61#

256 **[aber das ist ja auch das Wichtigste, wenn du weißt, woher es kommt.] #00:28:40-62#**

257 B3: Genau und durch die Aufstellung habe ich das auch einfach noch einmal durchlebt. Dann spürt
258 man das. Und bei mir ist es jetzt auch wirklich so, dass ich sagen kann, ich bin draußen. Ich habe es
259 schon mit so vielen Männern durchlebt und irgendwann merkt man, es geht einfach nicht auf so.
260 (...) Wenn sich das bei mir vielleicht ganz heraus bildet so, dann werde ich von denen auch gar
261 nicht mehr angezogen, denke ich mir. #00:29:28-63#

262

263 **I: Leidest du zurzeit an körperlichen Symptomen oder nennenswerten psychischen**
264 **Beeinträchtigungen? #00:29:39-64#**

265

266 B3: Nein eigentlich nicht. #00:29:41-65#

267 **[und zum Zeitpunkt der Aufstellung, war da irgendetwas auffällig?] #00:29:24-66#**

268 B3: Nein auch nicht. Es war jetzt allein aufgrund des Themas natürlich was da, aber nichts
269 Auffälliges. (...) Aber über die Jahre ist es auffällig, z. B habe ich es lange nicht geschafft, zum
270 Rauchen aufzuhören und zu solchen Suchtmitteln zu greifen. Das sind zwar jetzt Kleinigkeiten,
271 aber auch das Männerthema: Dass ich die Männer im Endeffekt gebraucht habe. Jetzt schaff ich das
272 eben. Aber früher hatte ich keine Zeit, wo ich gar keinen Mann hatte. Und das war wie ein Art
273 Suchtmittel. Das hat sich eben bei mir auch verändert. Ist jetzt keine psychische Störung, aber im
274 Endeffekt stimmte da was nicht. #00:30:52-67#

275

276 **I: Wenn du nun darüber nachdenkst, was dir in deinem Leben Energie schenkt, was ist das?**
277 **Vor allem in Bezug auf dein beschriebenes Anliegen: was kräftigt dich, was nährt dich,**
278 **sodass du dich lebendig fühlen kannst? #00:31:20-68#**

279 B3: Sport, gesunde Ernährung. Dass ich darauf schaue, dass ich mir bestimmte Sachen auch
280 erlaube, nicht zu strikt bin. Aber momentan ist ja noch Bewegung. #00:31:38-69#

281

282 **I: Fallen dir dazu auch positive Dinge ein, die dich in bestimmten Situationen unterstützen**
283 **und zum Handeln befähigen? #00:31:45-70#**

284 B3: Bezüglich der Familiensituation? [**Ja zum Beispiel**]. Dass ich da nun wirklich sehr gut auf
285 mich schaue, mir auch meine Grenzen einfach setze. Vorher- Nacher, mir einfach nichts
286 Anstrengendes plane. (...) und auch dass ich immer wieder merke, ich muss für mich in die Stille
287 gehen, spazieren gehen, einfach reinspüren wie es mir wirklich geht und es für mich abklären. Also
288 keine voreiligen Entschlüsse ziehen (...) eher mit mir selbst sein. Was mir eben auch gut tut, ist das
289 Wissen, dass ich in gewissen Dingen nun klarer bin. #00:32:51-71#

290

291 **I: Und was entzieht dir eher die (Lebens-)Kraft und Energie, wenn du darüber nachdenkst?**
292 **#00:32:59-70#**

293 B3: Wenn ich mich wieder auf solche Diskussionen einlasse... Oder dieses Umwerben eben und
294 gleichzeitig auf die Tränenpresse drücken. Und da merke ich eben, dass ich sofort wieder in diese
295 Kindheitsrolle hineinkomme, muss mich total rechtfertigen. #00:33:19-71#

296

297 **I: Stell dir nun mal eine spezifische Situation vor, in der du ein negatives Erlebnis oder die**
298 **Lasten deines Anliegens wieder zu spüren hast. Wie kannst du diese Beschwerden für dich**
299 **selbst bestmöglich ausgleichen? Du sagtest jetzt gerade schon Sport, Freizeit, Zeit für dich.**
300 **Aber wie gehst du noch spezifisch damit um? #00:33:45-72#**

301

302 B3: Ja auch einfach enge Freundinnen, die Bescheid wissen über dieses Muster, mit denen ich auch
303 gut reden kann- die einem auch ganz klar die Meinung sagen. [**Klarheit?**] Ja eben, im Endeffekt
304 ist es eigentlich nur die Klarheit. Wenn es mir schlecht geht, mich für mich sorgen, schlafen oder
305 halse mir nichts Anderes mehr auf, wenn es mir zu viel ist. #00:34:30-73#

306 **[hilft es dir dann auch, dich an deine Aufstellungsszenen zu erinnern- vielleicht genau an die**
307 **Szenen, die dir diese Klarheit übermittelt haben, dass du somit Widerstand leisten kannst?]**
308 **#00:34:39-74#**

309 B3: Ja schon. Also vor allem dieses `Leid tragen`. Das ist für mich so der springende Punkt, weil
310 ich es nicht mehr tragen möchte. Ich erinnere mich dann bewusst dran. #00:34:53-75#

311

312 **I: Würdest du dann auch zustimmen, dass du mithilfe deiner Aufstellung Strategien**
313 **entwickeln und modifizieren konntest, sodass du dich mit Negativität oder deiner**
314 **Problematik besser konfrontieren kannst? #00:35:05-76#**

315 B3: Die Strategie vielleicht eher hinsichtlich eines Glaubenssatzes, sagen zu können, dass der
316 Mann das Leid selbst trägt und ich das hervorrufen kann, eben ich keine Schuldgefühle mehr
317 brauche und einfach lebe. Das sind schon so diese Glaubenssätze, die mir helfen ja. #00:35:31-77#

318

319 **I: Wenn du diese Art von Negativität wieder erlebst, wo nimmst du sie dann eher wahr-**
320 **psychisch oder körperlich? #00:35:44-78#**

321 B3: Beides. Ich bin auch einfach ein Mensch, der ganz viel körperlich spürt und bin dann ganz oft
322 auch fast am krankwerden. Spüre das seelisch aber genauso, wenn ich sehr traurig und antriebslos
323 bin. Körperlich dann einfach sehr erschöpft und müde. Und muss dann auch einfach aufpassen,
324 dass ich meine Ruhe habe und liege. #00:36:11-79#

325 **[also eigentlich auch genauso wie du dich nach dem Aufstellungsseminar gefühlt hast?]**
326 **#00:36:22-80#**

327 B3: Genau ja, körperlich erschöpft, aber auch seelisch einfach total platt. #00:36:24-81#

328

329 **I: 2 Monate sind nun seit dem Aufstellungsseminar vergangen, in welchem du dir eigentlich**
330 **auch deine konkreten Bewältigungsansätze und Ziele erarbeitet hast. Bist du denn mit deinen**
331 **erarbeiteten Lösungsschritten oder dem Aufstellungs- Endbild im Einklang? Dass du sagen**
332 **kannst, es hat wirklich eine positive Wirkung und diese zeigt sich auch? #00:36:56-82#**

333 B3: Ja schon, vor allem eben aufgrund dieser Glaubenssätze, die ich jetzt angenommen habe und
334 auch merke, dass eine Erleichterung da ist, weil diese Schuldgefühle nun auch einfach weg sind.
335 Dieses 'Auf-Mich-Schauen', dass ich das auch darf. Es geht da echt eher um diese Schuldgefühle.
336 #00:37:14-83#

337 **[also die Lösungsumsetzung macht sich bei dir auch schon in unterschiedlichen Qualitäten**
338 **sichtbar? (...) Hier und da vielleicht mehr Verantwortung übernimmst, nicht mehr so sehr in**
339 **Abhängigkeit stehst?] #00:37:33-84#**

340 B3: Genau ja. (...) Und dass ich eben auch mit meiner Familie lockerer umgehen kann, weil ich
341 eben auch diese Erwartungen nicht mehr so hoch habe. Und ich selbst auch das Verständnis
342 aufbringe, dass jeder einfach für sich hat schauen müssen. #00:37:49-85#

343 **[und wie würdest du deinen Einfluss, deine Kraft und Energie, auf diese kontinuierliche**
344 **Lösungs-und Problembewältigung einschätzen? Wenn jetzt 0=machtlos wäre, und 10=**
345 **mächtig?] #00:38:08-86#**

346 B3: (...) Mein Einfluss, ja ich glaube schon so 6/7. Ich glaube, dass das ganz viele Dynamiken hat,
347 die man einfach erleben muss. Geistig hat man vielleicht den Einfluss gar nicht so stark, sondern
348 dass man manche Sachen einfach erleben darf und sie spürt. Und da hat man halt bedingt Einfluss.
349 Aber ich glaube zu sagen 'gehe diese Richtung', kann ganz viel bewirken. Und sich mit mentalen
350 Bildern zu stärken, da habe ich natürlich schon Einfluss darauf. Da habe ich dann sicher 8. Aber ob
351 dieser Schritt dann wirklich aufgelöst ist, da kann ja unbewusst auch noch was ganz Anderes daran
352 hängen. #00:39:18-87#

353 **[somit kannst du auf deine eigene Kraft vertrauen und du dich in gewisser Weise mithilfe**
 354 **der Aufstellung ermächtigt hast, etwas umzusetzen und dadurch auch mehr Vertrauen hast?]**
 355 **#00:39:32-88#**

356 B3: Hmm (zustimmend) **[eben auch gerade alte Denk-und Verhaltensmuster loslassen].** Ja
 357 genau. #00:39:41-89#

358

359 **I: Legen wir nun den Blick auf das Erleben im eigenen Umfeld: in deinem privaten, sozialen**
 360 **Gefüge und deinen zwischenmenschlichen Beziehungen. Gibt es Kontexte, in denen du dich**
 361 **woher fühlst und in anderen nicht- hinsichtlich deiner Familie, die eh das Anliegen war?**
 362 **#00:40:07-90#**

363 B3: Ja da fühle ich mich jetzt auf jeden Fall wohler durch diese Erwartungslosigkeit und dass auch
 364 Missverständnisse geklärt wurden, so dass jeder halt mit seinem Teil beschäftigt war (...) und
 365 allgemein im Umgang mit Männern, dass sie ihr Leid tragen- das macht es sicher einfacher und
 366 schenkt mir mehr Selbstvertrauen. #00:40:34-91#

367

368 **I: Gibt es aber immer noch externe, soziale Einflüsse, die es schwierig machen, mit deinem**
 369 **Anliegen gut umzugehen? #00:40:44-92#**

370 B3: Eben wenn dieser Kontakt mit diesem Mann, der dann trotzdem so dieses Mitleid in mir
 371 ausgelöst hat- oder Mitgefühl, Anziehung. Diese Gefühle, die ich eigentlich schon zu gut kenne, ja.
 372 #00:41:00-93#

373

374 **I: Was denkst du selbst, wie du auf deine Umwelt wirkst? Wie reagierst du auf sie? Wie**
 375 **nehmen sie dich wahr? #00:41:14-94#**

376 B3: Ich glaube schon nicht ganz klar, also dass da immer noch ein Gefühl der Unsicherheit oder ein
 377 Gefühlschaos herrscht. Aber dass es da einen Weg gibt, den ich nur noch ganz klar formulieren
 378 muss. Das ist jetzt auch mein nächster Schritt, wo ich das ganz klar formuliere. #00:41:41-95#

379 **[vorher hast du ja auch schon erwähnt, dass du eher distanziert bleibst, also nicht sofort mit**
 380 **ihnen darüber sprichst, obwohl sie nachfragen...] #00:42:00-96#**

381 B3: Ich glaube, dass ich da noch zu durchlässig war einfach. Und das ist der nächste Schritt eben,
 382 klarer formulieren und mich gar nicht auf solche Diskussionen einlassen, wenn ich das Gefühl
 383 habe. Dann höre ich auf mein Gefühl. Das ist eben auch das Vertrauen in mein eigenes Gefühl nun,
 384 was ich schlussendlich eh mache- aber ich reiche den kleinen Finger immer noch ein bisschen und
 385 hoffe, dass ich nicht die ganze Hand gebe. Aber warum muss ich mich überhaupt durch dieses
 386 Spiel durchdringen? Es ist jetzt auch kein Spiel mehr, dass sich über all die Jahre zieht, sondern
 387 vielleicht nur mehr auf 1 Woche. Aber es ist trotzdem noch dieser Ansatz zu da. #00:42:40-97#

388

389 **I: Hast du denn dann innerhalb der letzten Monate nach der Aufstellung eine Veränderung**
 390 **in deiner Umgebung, mit deinen Mitmenschen in spezifischen Lebensbereichen**
 391 **wahrgenommen? So dass du bemerkt hast, sie verhalten, präsentieren sich dir anders**
 392 **gegenüber, obwohl du gar nicht auf sie zukamst? #00:43:05-98#**

393 B3: Das wäre mir so konkret jetzt gar nicht aufgefallen. Aber die Spannung die sonst im Raum war
 394 ist jetzt einfach weg. (...) Sie wusste auch nicht was ich aufgestellt habe. Meine Mutter wollte jetzt
 395 eben auch, dass wir darüber reden. Aber ich habe hier klar gesagt, dass nicht. Aber dadurch, dass wir
 396 uns kurz miteinander gut verstanden haben, akzeptiert sie das und es passt für sie. Wir haben ja auch
 397 wirklich harte Zeiten hinter uns gehabt und sind auch schon lange an dieser Versöhnung dran. Und
 398 sie hat glaube ich auch wieder eine große Angst gehabt, dass es sich durch die Aufstellung wieder in
 399 eine andere Richtung schlägt. #00:44:26-99#

400 **[dass es sich auch einfach ein bisschen automatisch bei euch nun eingelenkt hat. Eben nicht**
 401 **primär darüber reden] #00:44:34-100#**

402 B3: Genau ja. Vor allem haben wir eh schon 10 Jahre lange hin und her geredet (lachend) #00:44:44-
 403 101#

404

405 **I: Dann würde ich gerne auf die therapeutische Unterstützung im Aufstellungsprozess zu**
 406 **sprechen kommen, mit der dich Franziska während des Seminars begleitet hat. Als du an der**
 407 **Reihe warst, fiel es dir leicht Zugang zu Franziska zu finden und dein Anliegen im Gespräch,**
 408 **in der Gruppenrunde offenzulegen? #00:45:07-102#**

409 B3: Also ich habe mich mit der Franziska schon sehr wohlfühlt, habe auch das Vertrauen gehabt.
 410 Dieses Vorne-Sitzen war mir dann vielleicht schon ein bisschen zu viel, zu stressig. **[du hattest**
 411 **auch kein Vorgespräch mit ihr?]** Nein, das wäre vielleicht wichtig gewesen ja. #00:45:23-105#

412 **[aber du hattest schon das Gefühl, dass du dich öffnen kannst?] #00:45:29-104#**

413 B3: Dass ich mich öffnen kann, ja, aber irgendwie hatte ich den Eindruck, ich kann es nicht so
 414 unterbringen, wie ich es eigentlich wollte. Aber das hat eher was mit mir zu tun gehabt, nicht mit
 415 dem Wohlfühlen. Eben eher dieses Aprubte, schnelle Darlegen, was los ist. #00:45:45-105#

416

417 **I: Kannst du Etwas nennen, was dir speziell als Bereicherung, als besonders unterstützend in**
 418 **ihrer therapeutischen Begleitung auffiel? #00:45:57-106#**

419 B3: Einfach diese Sicherheit, die sie ausgestrahlt hat und auf jeden Fall ihre Intention, die sie
 420 durchgehend aufbringt und zeigt; ein hohes Einfühlungsvermögen und Empathie; und vor allem der
 421 Respekt, der bei ihrer Aufstellungsarbeit einfach wichtig ist, dass sie eben auch sehr sanft mit
 422 jedem einzelnen Teilnehmer umgeht, aber auch in die Strenge ziehen kann. Also ich könnte mir
 423 wirklich keine besser vorstellen- wie sie das so gemacht hat. #00:46:29-107#

424 **[weil du jetzt die Strenge ansprichst: nicht dass du das Gefühl hattest, du musst irgendetwas**
 425 **tun, was gar nicht deinen Vorstellungen entspricht?] #00:46:41-108#**

426 B3: Nein das gar nicht. Einfach dieses Sanfte und gleichzeitig Kräftige von ihr- man hat gewusst,
 427 sie kann das gut abgrenzen. Es hat einfach sehr gut gepasst ja, nicht zu viel. #00:46:59-109#

428

429 **I: Was bleibt dir am methodischen Vorgehen positiv im Gedächtnis, oder wurde dir im**
 430 **Nachhinein noch ersichtlich? Zum Beispiel beim Ablauf, die Symbolik, die Gesten, die**
 431 **Dynamiken... #00:47:10-110#**

432 B3: Hinsichtlich der Symbolik fand ich es zum Beispiel toll die Aufstellung mit Kerzen zu
 433 unterstützen. Auch dass eben unterschiedliche Aufstellungs- Qualitäten zum Vorschein kommen
 434 wie zum Beispiel eine `Lebensfreude` aufstellen. [**dass man abstrakte Begriffe oder Attribute**
 435 **aufstellen kann.**] Genau ja. #00:47:34-111#

436 [**und das Aufstellen an sich, der methodische Vorgang? Zum Beispiel Sätze für die**
 437 **RepräsentantInnen wie `erde dich, fühle nach wie du stehst... wenn du bereit bist, gehe**
 438 **deinen Impulsen nach`**] #00:47:39-112#

439 B3: Dass man sich da eben reinspüren kann, was ganz wichtig ist. Und der Kontakt mit den
 440 Händen am Anfang beim Einführen, dass man das nicht zu schnell macht. #00:48:14-113#

441

442 **I: Als du am Ende selbst als Protagonist in dein räumliches Aufstellungsbild getreten bist, wie**
 443 **hilfreich empfandst du Franziskas sprachliche Kommunikation, mithilfe von Nachfragen,**
 444 **Hinweise auf deine körperliche Befindlichkeit?** #00:48:36-114#

445 B3: Ja schon sehr beeindruckend. Also sie hat auf jeden Fall die richtigen Fragen gestellt. Auch,
 446 dass jeder zu Wort kommen kann, darauf hat sie geachtet. Ich hatte nie den Eindruck, dass ich
 447 irgendetwas nicht sagen kann. Dass ist wohl auch eine Kunst, dass man das schafft, weil jeder
 448 etwas sagen möchte und es dann zum passenden Zeitpunkt kommt (...) und sie hat es dann auch
 449 immer gleich umgedeutet oder hat gewusst, was es zu bedeuten hat. Und da spricht dann wirklich
 450 auch einfach viel Erfahrung ihrerseits heraus, sehr viel Gespür- ja beides auf jeden Fall. (...) und
 451 manchmal eben einen Impuls gehabt zu haben und sie hat die Qualität davon richtig erkannt und
 452 beschrieben. Da wäre ich vielleicht gar nicht darauf gekommen. #00:49:34-115#

453 [**würdest du somit auch nicht sagen, dass es einen Moment gab, in dem du ihren**
 454 **ritualisierten Satz nicht hättest nachsprechen können? Oder hast du vielleicht irgendwann**
 455 **auch länger gebraucht?**] #00:49:40-116#

456 B3: Es hat einmal einen Satz gegeben, da habe ich länger gebraucht ja, bei dem ich gemerkt habe,
 457 da bin ich nicht ganz drinnen. Ist nicht ganz stimmig für mich. Aber der fällt mir gerade nicht mehr
 458 ein (...) ich glaube es hat einfach in diesem Moment nicht 100% gepasst. Ansonsten war es wirklich
 459 immer stimmig. #00:50:18-117#

460 [**dann hast du es aber trotzdem ausgesprochen?**] #00:50:21-118#

461 B3: Ich habe es dann trotzdem ausgesprochen ja. (...) ja ich glaube es war irgendwas in der Vater-
 462 Szene mit dem Abgeben. Und dass das einfach nicht leicht war für mich. #00:50:57-119#

463 [**oder weil du vielleicht auch nicht wusstest, ob er es überhaupt annehmen wird?**] #00:51:09-
 464 **120#**

465 B3: Ja stimmt ja. Und das ihr Satz zum Nachsprechen an für sich stimmig war, aber ich nicht bereit
 466 für war. 00:51:15-121#

467 [**und grundlegend würdest du sagen, sie hat ein Gespür dafür, was zu sagen und zu machen**
 468 **ist?**] #00:51:26-122#

469 B3: Ja extrem. Das ist es ja so bewundernswert, das kann man ja nicht lernen, oder? (lachend?)
 470 #00:51:40-123#

471

472 **I: Hattest du demnach das Gefühl, dass du mithilfe von Franziskas Unterstützung bisher**
473 **blockierte Energien freisetzen und dich schon während der Aufstellung ein Stück weit für**
474 **dich neu orientieren konntest?... Blockaden lösen #00:53:02-124#**

475 B3: Ja schon. Auch das dazwischen Tanzen- ich habe zwar nicht die ganze Zeit mitgetanzt weil ich
476 so erschöpft war- die Leichtigkeit und Bewegung verspüren zu können. Das waren einfach auch so
477 lösende Inputs von ihr. Und es sind solche Zwischensätze- kann ich jetzt auch nicht genau sagen
478 was, aber im Sinne von ` dass das oft ein Thema ist, man es akzeptieren muss, dass Etwas so ist`
479 (...) und `dass es von der höheren Ebene auch nicht mehr so extrem dramatisch erscheint- dass es
480 jedem so ergehen kann` [**das Akzeptieren**] #00:53:01-125#

481 **I: Hast du auch schon darüber nachgedacht, noch ein weiteres Aufstellungsseminar zu**
482 **besuchen, um dein Anliegen weiter zu bearbeiten? #00:53:11-126#**

483 B3: Also ich habe mir schon einmal gedacht, dass ich mir ein neues vorstellen könnte. In
484 mittelfristiger Zukunft (kichernd). #00:53:18-127#

485 **[also jetzt noch nicht, weil du merkst, du bist noch im Fluss?] #00:53:26-128#**

486 B3: Genau und weil ich mir das Thema` Kinderwunsch` vielleicht anschauen möchte. Weil ich so
487 gut wie keinen verspüre und mir das ein bisschen komisch vor kommt (...) ich habe auch nach dem
488 Seminar noch überlegt, ob ich mir noch eine Einzelstunde bei der Franziska nehme und das privat
489 bespreche, da es mir eben in der 1. Woche so schlecht gegangen ist. Das hat sich jetzt aber
490 aufgelöst. Aber ja, vielleicht wäre es sinnvoll, wenn ich trotzdem noch einmal mit ihr über das
491 Ganze rede. Das kann ich mir auch vorstellen. #00:55:20-129#

492

493 **I: Dann ein kurzer theoretischer Input: Systemtheoretiker sind der Überzeugung, dass man**
494 **die räumlichen Bilder nach einer Aufstellung leichter zusammenfalten und zuhause immer**
495 **wieder ausfalten kann (Zitat angeführt). Konntest du am Ende des Seminars für dich selbst**
496 **etwas Konkretes, dein Lösungsbild, oder bestimmte Worte, Aussagen hinsichtlich deines**
497 **Problemanliegens verankern und verinnerlichen? #00:55:48-130#**

498 B3: Ja das am Schluss mit den Glaubenssätzen oder hinsichtlich des Bildes und der Aussage `ich
499 kann mein Leid alleine tragen und ich lasse es dich tragen` und eben auch die Erkenntnis, dass
500 meine eigenen Ressourcen außerhalb des Systems liegen. Und das auch wichtig ist. Auch dass ich
501 einfach da herausgehe, dort meine Stärken entwickel und meinen Weg gehe, nur draußen.
502 #00:56:41-131#

503 **[also kannst du sagen, dass es dir damit die Kraft gibt, dich zu entfalten?] ,00:56:47-132#**

504 B3: Ja (zustimmend). #00:56:50-133#

505

506 **I: Dann- wie würdest du dich zu folgender Aussage äußern: Das Nicht-gleich- Sprechen über**
507 **die Aufstellungsgeschehnisse, sondern viel eher das visuelle, körperbezogene Verankern des**
508 **Aufstellungsbildes wirkt nachhaltig und befreiend. #00:57:10-134#**

509 B3: Für mich leuchtet das Nicht-drüber-Sprechen ein, das habe ich ja auch in meinem Fall
510 gemacht. Und ich neige allgemein dazu, zu viel darüber zu reden. Beim Reden mit engen
511 Freundinnen oder der Familie, habe ich auch schon gemerkt, dass es mir eigentlich nicht mehr so
512 gut tut. Da kommen dann wieder Meinungen dazu, und ich entferne mich eher wieder von mir

513 selbst. Ist zwar manchmal befreiend, aber ich habe das für mich sehr stark reduziert. #00:57:47-
514 135#

515 **[und wie siehst du es im Vergleich zu einer Psychotherapie oder einer Gesprächsführung?**
516 **Woran siehst du die Stärken und Vorteile in der Aufstellungsarbeit?] #00:57:57-136#**

517 B3: Ja es ist einfach trotzdem was Anderes. Beim Aufstellen spürt man es einfach auch. Da kann
518 man es wirklich verinnerlichen. Es ist nicht nur kognitiv, sondern man spürt es. Man kann diese
519 Dynamiken herholen, die schon jahrelang da sind und man sie nicht beachtet und nun einen Blick
520 drauf werfen und sehen kann. Da spielen halt viele Schutzmechanismen mit. (...) und eben Sehen,
521 Spüren und das Visuelle. Wobei ich immer sage, ich würde es nicht jedermann empfehlen. Ich sehe
522 das auch sehr gefährlich. #00:58:59-137#

523

524 **I: Wenn du dir selbst nun nach der Zeit die Frage stellst: Wer bin ich? Wer möchte ich sein?**
525 **Wohin möchte ich mich immer noch entwickeln? (Wunderfrage) Was kommt dir instinktiv**
526 **in den Kopf? #00:56:50-124#**

527 B3: Also da geht es bei mir wirklich darum, meine Möglichkeiten zu entfalten und mein Leben so
528 lebe und gestalte, wie ich mich wohlfühle und es passt. Und ich für mich mein Leid trage, aber
529 nicht für jemanden anderen. Und vor allem nicht nur mein Leid trage, sondern meine
530 Lebensfreude, mein Leben, die Möglichkeiten nutze. Mich mehr auf mich konzentrieren und
531 weniger auf andere. Auch wenn das jetzt egoistisch klingt. #01:00:07-125#

532 **[ist dann auch als eine Art Wandlung deines Selbstbildes anzusehen, oder?] #01:00:13-126#**

533 B3: Ja schon ja. Es hat bei mir halt schon vor der Aufstellung mit der Trennung letztendlich
534 angefangen. Seitdem ich schon sehr stark auf mich schaue. Aber es war mithilfe der Aufstellung
535 einfach noch einmal ein extremes Hinschauen und Bestärken, dass ich alles noch einmal klarer
536 sehe. Aber der Prozess hat vorher schon angefangen. #01:00:37-127#

537 **[aber es war eine effektive Unterstützung?] #01:00:39-128#**

538 B3: Genau absolut. #01:00:41-129#

539

540 **I: Könntest du mir kurz noch beschreiben, welche Meinung du zu folgender Aussage hast:**
541 **Aufstellung wird zur Umstellung. Sie ist eine neue Art von Auslegung in Richtung**
542 **Veränderung, Heilung, Befreiung, Wahrheit, Realitätssinn... #01:01:12-130#**

543 B3: Ja also diese Aussage stimmt sicher. Nur eben muss man aufpassen, dass diese `Wahrheit nicht
544 zu früh ist`, sonst kann es glaube ich einen auch ruinieren, weil es sehr schmerzhaft sein kann. (...)
545 #01:01:47-131#

546

547 **I: Nun würde ich dir auch schon die letzte Frage stellen: Welche Haltung hast du allgemein**
548 **für dich selbst eingenommen? Fühlst du dich gewappnet und gestärkt für deinen weiteren**
549 **Weg? #01:02:02-132#**

550 B3: Ja schon. Meine Glaubenssätze, das Schuldgefühl loslassen. Also am Anfang in der 1. Woche
551 habe ich mich nicht gestärkt gefühlt, sondern komplett einsam und alleine. Aber im Nachhinein ist
552 es einfach eine gute Stärkung. #01:02:20-133#

553 **[könntest du dann auch zustimmen, dass der Änderungsprozess zwar mit der Trennung**
554 **schon angefangen hat, aber diese tiefgreifende Änderung von dir selbst spürst du jetzt noch**
555 **besser mit und nach der Aufstellung?]** #01:02:36-134#

556 B3: Ja es wirkt immer noch nach. **[und du auch immer noch konkret deine Ziele vor Augen**
557 **hast]** Genau. Aber ich muss es mir trotzdem auch immer wieder herholen. Aber die Ziele sind dann
558 sehr klar da. Sie sind zwar nicht ständig im Blickfeld (schmunzelnd), aber ich bemühe mich schon
559 sehr darum und konzentriere mich darauf. #01:03:08-135#

560

561 **I: Ja dann sind wir auch schon am Ende angelangt. Gibt es denn deiner Meinung nach noch**
562 **eine Frage, die ich dir stellen sollte? Oder Etwas, was noch nicht für dich geklärt ist, oder ich**
563 **nicht konkret angesprochen habe- für dich aber von Bedeutung wäre?** #01:03:29-136#

564 B3: Bist du denn da selbst sehr involviert gewesen in die Aufstellungen? Also dass es dich auch
565 viel beschäftigt hat? #01:03:46-137#

566 I: Schon ja, also wie du es auch erwähnt hast: man hat halt auch die eigenen Bezüge dazu (...)
567 Mama- Komplex zum Beispiel, wenn du dann in einer Aufstellung siehst, was sich da bewegt und
568 was sich bei einem selbst so auch bewegen könnte. #01:04:16-138#

569 B3: Ich meine aber auch hinsichtlich deiner Erfahrungen jetzt zur Aufstellungsarbeit, weil du ja
570 auch schon öfters dabei warst. Dass du da das Gefühl auch hast eben die richtigen und treffenden
571 Fragen zu stellen oder etwas Genaueres herauszufinden; dass du da schnell in so Etwas
572 hineinkommst. Also auch während dem Seminar, dass du da schon recht Richtung Franziska
573 tendiert hast, automatisch wahrscheinlich. #01:04:53-139#

574 (...)

Transkript des Interview 4

Datum: 23.05.2017
Ort: bei interviewten Person
Geschlecht: weiblich
Alter: 27
Dauer: 1 Stunde und 25 Minuten
Name: Prb 4

1 **I: Beschreibe mir doch zunächst einmal, was dich spezifisch zu diesem Aufstellungsseminar**
2 **geführt hat und wie es dir gefallen hat? # 00:00:15-1#**

3 B4: Zum Seminar selbst bewegt hat mich meine Tante, die auch schon selbst aufgestellt hat. Und
4 mit ihr war ich auch zuvor bei einer Aufstellung, habe aber nicht selbst aufgestellt, sondern nur
5 zugeschaut habe bzw. als Repräsentantin eingesprungen bin. Es hat mir selbst aber schon gefallen
6 und ich wollte es irgendwann einmal selbst ausprobieren. Dann habe ich das so vor mir
7 hergeschoben und das hat sich aber so manifestiert, dass ich sagte, okay jetzt bietet es sich an und
8 ich probiere es aus #00:00:50-2#

9 **[weil du ein spezifisches Anliegen hattest?] #00:00:55-3#**

10 B4: Es waren halt ein paar Themen da im Sinne von `Wohin soll es gehen, woran liegt das` - auch
11 ein Thema, was dann in der Aufstellung stark herausgekommen ist (schmunzeln). Und das wollte
12 ich eben behandeln und das hat sich damit gut ergeben. #00:01:13-4#

13 **[aber das Mutter- Anliegen war auch primär, oder?] #00:01:17-5#**

14 B4: Ja ich habe mir kurz überlegt, ob das zeitlich funktioniert, dass ich auch andere Sachen
15 aufstellen kann. Und Franziska meinte, manchmal passt das mit 2 Themen, aber eben nur wenn
16 vielleicht nicht alle aufstellen. Demnach hat es dann nicht geklappt. #00:01:39-6#

17 **[also ist dein Anliegen auch immer noch aktuell?] #00:01:44-6#**

18 B4: Weniger aktuell. Ich habe nach der Aufstellung ein Gespräch zunächst mit meinem Vater, dann
19 auch mit meinem Mutter. Also sie hat auch nachgefragt, wie es war und was passiert ist. Sie kennt
20 eben auch die Franziska. Da haben wir uns eigentlich schon ziemlich ausgesprochen, ziemlich
21 intensiv auch. Sie musste sich halt alles anhören, was ich ihr zu sagen hatte. Und es war wirklich
22 intensiv. Dass ich ihr auch sagen konnte, was mich belastet (fängt an zu weinen). Aber es war
23 wirklich gut, es heraus zu bekommen. #00:02:45-7#

24 **[also es war noch da, aber weniger?] #00:02:48-8#**

25 B4: Ja weniger. Diese Aggression ist weniger. Es ist natürlich noch nicht ganz draußen (Tränen
26 kullern) ... **[aber es arbeitet!]** Aber es arbeitet ja. Sie hat auch das letzte Mal wieder gesagt- wir
27 waren unterwegs zusammen- dass sie es besser findet, wie wir miteinander auskommen. Und ich
28 habe wieder zu weinen begonnen. Ich habe das Gefühl, wenn mich daran irgendwas erinnert oder
29 ich ihr wieder was sagen muss, dann könnte ich das 100 Mal sagen- und sie hört sich das auch

30 immer an, egal wie böse oder verletzend es sein mag, aber das muss raus. Und sie meinte, dass sie
31 das auch versteht (...) Ja sie weiß, dass sie die Schuld hat. Und sie erkennt es daran, wie es mir
32 geht, dass es ihre Schuld ist. Ich habe ihr eben auch im 1. Gespräch nach der Aufstellung gesagt,
33 dass ich ihr ihre Sachen nie verzeihen werde und das weiß sie. Das hat einfach seinen Platz gehabt
34 und das sehe ich aber bis heute noch so (...) Ja das Vergangene ist immer noch etwas, was in mir
35 brodelte Und wie es mir heute geht, auch eben in der Situation wie 'lost' ich bin in so vielen Sachen
36 und Situationen- dass das einfach darauf zurückzuführen ist, wie es war und dass diese
37 Verunsicherung, die immer noch so tief sitzt, ihre Schuld ist. #00:04:50-11#

38 **[nicht leicht zu sagen, aber wichtig, dass du es für dich erkannt hast und weißt, woher es**
39 **kommt.] #00:04:53-10#**

40 B4: Ja ich weiß es ja. So wie ich reagiere und so wie ich die Situationen auch immer wieder
41 erkenne. Ich habe Angst, dass ich einfach mehr und mehr so zu ihr werde, weil sie ist so ein harter
42 Mensch. Aber ich sehe es einfach nicht, mit mir dann gut umzugehen und gelernt zu haben, dass es
43 hart ist, weil sie das auch so macht. Es ist sicher besser geworden. Aber das -das Vergangene-ist
44 sicher geladener. Jetzt ist es auch offener und ehrlicher. Sie hat auch gesagt, ich soll Sachen direkt
45 ansprechen und das versuche ich auch mehr. Aber es braucht noch Zeit. #00:05:59-11#

46 **[das ist ja auch okay] #00:06:01-12#**

47 **I: Und welche Erwartungen hast du in deine Teilnahme an das Aufstellungsseminar gesetzt?**
48 **#00:06:08-13#**

49 B4: Ich habe mir gedacht, ich möchte raus aus so einem kopflastigen Denken und dass ich mehr
50 Leichtigkeit spüren kann. Nicht sich die ganze Zeit Gedanken machen, was, wie und warum. Da
51 stecke ich immer noch fest. Und es ist immer noch ein Thema, dass ich mich nicht auf Etwas
52 einlassen kann und mir selbst im Weg stehe. Vielleicht auch einen Beruf zu finden, oder Sachen,
53 die meinen Partner angehen. Weil ich da einfach immer noch auf der Suche bin nach etwas
54 Besseren oder Neueren #00:07:02-14#

55 **[aber wurden die Erwartungen, oder ein Teil davon schon erfüllt?] #00:07:08-15#**

56 B4: Ja also in der Hinsicht mit meiner Mutter schon. Mit dem Gespräch, das es mir nach der
57 Aufstellung den Anreiz gegeben hat, dies zu besprechen. Das hat so ein bisschen die Gedanken
58 darüber genommen aber es plagen mich halt noch andere Sachen, die rein fließen und steuern. Und
59 das ist alles andere als Leichtigkeit und ist eher das Gegenteil. Es ist aber anders ja. #00:07:48-16#

60

61 **I: Kannst du mir denn schildern, was während deiner eigenen Aufstellung mit dir geschah.**
62 **Kannst du dir diesen Erlebenszustand noch ins Gedächtnis rufen? – Wenn du zum Beispiel**
63 **daran denkst, wie deine StellvertreterInnen agiert und sich geäußert haben. Wie erging es dir**
64 **in der außenstehenden Position? #00:08:05-17#**

65 B4: Also ich habe da sehr viel einfach wiedererkannt. Es war einfach sehr emotional für mich.
66 Damals schon und es ist auch immer noch so. Wenn ich irgendetwas Berührendes mitbekomme,
67 dass ich sofort zu weinen anfangen und ich kann es nicht verhindern. Das ist für mich eben auch
68 irritierend. So kann ich zum Beispiel auch keine Gespräche mit meinem Vorgesetzten führen, weil
69 ich viel zu schnell, emotional werde und mich aufrege über andere und zu weinen anfangen (...) In
70 der Aufstellung selbst habe ich einfach diese Wut, überhaupt diese Aufgebraustheit, so eine
71 Geladenheit. Also Alles durch die Bank, von allen Seiten sozusagen auf einmal. **[also körperlich,**
72 **als auch psychisch miterlebt?] Ja! Und deshalb habe ich dann auch einfach schon so zu weinen**

73 begonnen, weil ich mir dachte, das sind alles Leute, die beeinflusst haben oder beeinflussen werde,
74 wie es mir geht. Und das war schon traurig. Und emotional. #00:09:42-18#

75

76 **I: Gab es aber auch einen Zeitpunkt oder ein Ereignis, wo du gemerkt hast, dass du dich total**
77 **unwohl gefühlt hast?] #00:09:49-19#**

78 B4: Nein. Also unwohl? Nein. Nachdem ich das alles schon kenne, war es mir sozusagen nicht neu.
79 Ich war schon in unangenehmeren Situationen. Also auch familiär waren mir diese Gefühle
80 bekannt. #00:10:20-20#

81 **[also konntest du auch alle Geschehnisse im Aufstellungsprozess nachvollziehen? Oder die**
82 **Ursachen erkennen, die den Geschehnissen zugrunde lagen? #00:10:28-20#**

83 B4: Ja. Also es war mir viel klar. Wenn man so in Gedanken verloren ist mit sich selbst, dass man
84 dann einfach nicht weiter das Thema betrachtet, so wie man einfach Gedanken durchlaufen lässt-
85 aber es nie wirklich behandelt sozusagen. Einfach nur anschaut, und wieder weiterziehen lässt. Und
86 wenn man das halt auch mit diesem Thema macht, dann behandelt man es nie. Und eben der
87 Anlass mit meiner Mutter, hat dann einfach den Anreiz gegeben für ein Gespräch. #00:11:11-21#

88

89 **I: War demnach auch ziemlich viel klar, sichtbar und deutlich für dich, was aufgestellt**
90 **wurde? Oder war irgendetwas schockierend, überraschend? #00:11:22-22#**

91 B4: Naja ich wusste es eigentlich schon. Nachdem ich gewusst habe, dass meine Mutter mich als
92 Lastenabgabe oder als ihr Ersatz, den sie nicht haben konnte, abzuladen und versucht hat alles in
93 einer Form auf mich zu projizieren- das habe ich immer gespürt. Ich konnte es nicht in Worte
94 fassen und wusste aber auch, dass sie nicht anders kann (...) das mit den vergangenen Sachen in der
95 Aufstellung mit den Großeltern, das wusste ich nicht, aber das war dann irgendwie auch klar. Und
96 das habe ich nun jetzt auch meiner Mutter erzählt, dass das in der Aufstellung herausgekommen ist-
97 dass ihre Oma sie anscheinend so gemocht hat, aber meine Oma/ihre Mutter sie auch nicht so
98 lieben konnte- und das habe ich ihr auch direkt so gesagt: `ich weiß, dass du mich nie lieben
99 konntest` - aber ihre Oma das tun konnte und sie liebte. Dann meinte sie nur: `ja dann freue ich
100 mich ja schon auf die Enkelkinder` #00:12:55-23#

101

102 **I: Kannst du dich auch noch daran erinnern, wie es dir am Ende des Aufstellungsseminars**
103 **erging? Zum Beispiel am Ende in der letzten Besprechungsrunde im Kreis, als du auch noch**
104 **einmal dein Feedback zum Ganzen gegeben hast? #00:13:09-24#**

105 B4: Also ich war auf jeden Fall immer noch sehr emotional. Jetzt auch noch, kann sich nicht so
106 schlagartig ändern. Aber ich war irgendwie erholt und ruhiger, obwohl ich so fertig war, weil es
107 einfach anstrengend war. Ich konnte eben ohne zu weinen über das Thema reden. Ruhiger, ja.
108 #00:13:45-24#

109 **[und mit welchem begleitenden Gefühl hast du dich nach dem Seminar auf dem**
110 **Nachhauseweg gemacht? Wie würdest du das beschreiben? War es eher ein Gefühl von**
111 **Erleichterung? #00:14:10-25#**

112 B4: Also am Samstag ging es mir anders als am Sonntag. Am Samstag habe ich auf dem
113 Nachhauseweg wieder zu weinen begonnen. Und mir die Sachen, die mir gesagt und offenbart

114 wurden einfach wieder in Erinnerung gerufen. Es war halt hart. Ich habe es ja eh eigentlich gewusst
115 und dann ist es aber noch einmal direkt in Worte gefasst worden. Da hatte ich es sozusagen
116 Schwarz auf Weiß. Das war schon noch einmal schwierig. Der M. (ihr Freund) wusste halt gar
117 nicht wie mit umzugehen, der kann damit nichts anfangen und weiß auch nicht, wie so etwas
118 abläuft. Er wollte halt wissen, was passiert ist und ich habe dann auch angefangen zu reden. Aber
119 er saß nur da und wusste nicht, was er mit machen soll. Und ich fragte ihn, ob er nicht irgendwas
120 dazu sagen könnte und von ihm kam nur, dass er damit nichts anfangen und nichts sagen kann. Das
121 war dann nicht das, was ich in diesem Moment gebraucht hätte. Eher mit jemanden reden, der das
122 selbst auch kennt. Ich habe dann auch noch mit meiner Tante telefoniert, die das ja selbst auch
123 kennt und mir Feedback geben und spüren konnte. #00:15:30-26#

124 **[also du warst emotional und körperlich einfach nur fertig und es hat dich sehr**
125 **mitgenommen?] #00:15:41-27#**

126 B4: Ja total. #0015:43-28#

127

128 **I: Wie ich mich zurückerinnern kann und so wie du es auch vorher schon vorweggenommen**
129 **hast, hast du auch die Rolle als Repräsentantin eingenommen, oder warst nur stille**
130 **Beobachterin im Sitzkreis am Rande. Kannst du mir da kurz beschreiben, wie du zunächst**
131 **die Rolle als Stellvertreterin empfunden hast? Fiel es dir denn leicht, solch eine fremde**
132 **Position einzunehmen? #00:16:03-29#**

133 B4: Es war für mich das erste Mal, als ich zu einer Aufstellung bin, leichter glaube ich, da ich
134 damals einfach planlos hingegangen bin und nicht wusste, was mich erwartet. Da hatte ich glaube
135 ich eher den Zugang auf eine Emotionen- Palette wie jetzt. Und bei dieser Aufstellung war es
136 anders. In vielen Situationen habe ich nicht mal zugehört, was mir gesagt wurde. Ich wurde ja dann
137 nach meiner Aufstellung noch einmal als Repräsentantin ausgewählt. Aber ich konnte bei Vielem
138 einfach nicht mehr richtig zuhören, auch weil ich einerseits mit mir beschäftigt war. Andererseits
139 eine Mischung aus Nicht-Wollen oder ich habe dann einfach gesagt, was mir in den Sinn
140 gekommen ist. Aber es hat sich dann eh normal entwickelt und es wurde herausgefunden, was für
141 eine Dynamik da drinnen ist (...) Aber so stark wie bei manch anderen Stellvertretern. Da dachte
142 ich mir manchmal: übertreibt die jetzt gerade nicht vollkommen? Das gibt es doch so gar nicht. Das
143 könnte ich gar nicht- aber vielleicht bekomme ich auch explizit deshalb nicht diese Rollen. Aber
144 ich dachte mir nur, ist das jetzt echt oder fühlt sie das wirklich gerade so. (...) und ich glaube bei
145 mir war es eher mehr an der Oberfläche, aber trotzdem richtig. #00:18:05-30#

146 **[also du hattest auch das Gefühl, dass du frei sprichst und dich bewegst im**
147 **Aufstellungsprozess?] #00:18:08-31#**

148 B4: Ja! Also eben auch besonders gut hat mir diese Herz- Aufstellung gefallen. Das war auch
149 irgendwie leicht zu erklären und man kennt es auch wahrscheinlich selbst. #00:18:20-32#

150

151 **I: Hattest du demnach auch das Gefühl, dass du von den aufstellenden Personen passend für**
152 **deine Rollen ausgesucht wurdest? Dass es für dich stimmig war als Repräsentantin? #00:18:31-**
153 **33#**

154 B4: Ja. Immer! Auch schon beim 1. Mal bei der anderen Aufstellung. Ich war nie eine böse Mutter
155 oder so was. Ich war immer eine nette Person, oder positive Gefühle oder das Leben, das Licht.
156 Das war nett, und auch nicht weiter belastend in dem Sinne. #00:19:22-34#

157

158 **I: Und wie erging es dir nur in der Rolle als Beobachterin, wenn du am Rand saßt und nur**
159 **zugeschaut hast? War da was Besonderes auffällig? #00:19:34-35#**

160 B4: Also das war wie beim 1. Aufstellen vor ein paar Jahren, dass ich eigentlich bei jeder
161 Aufstellung geweint habe. Das war dieses Mal auch wieder so. Es war immer irgendwas in mir,
162 was das aufgelöst hat. Einfach sehr mitgelebt. #00:20:16-36#

163

164 **I: Kannst du im Nachhinein sagen, dass du eigene Vorteile aus der Rollenübernahme und aus**
165 **der Beobachtung ziehen konntest? Positive Erkenntnisse, die allgemein noch nachwirken?**
166 **#00:20:31-37#**

167 B4: Nicht in dem Sinne. Ich habe das alles andere sofort wieder vergessen, als das vorbei. Bei mir
168 kommt das so oft jeden Tag selbst, dass ich das miterlebe und mich auch gar nicht extra mehr mit
169 beschäftigen will. Das ist eh schon automatisch da. Das ist auch eher unabhängig von den
170 Aufstellungen jetzt, so dass ich zum Beispiel weine oder miterlebe. Das hat mich glaube ich nicht
171 weiter beeinflusst. #00:21:13-38#

172

173 **I: Und wie hast du allgemein das Gruppensetting empfunden? Hast du dich leicht und schnell**
174 **einfinden können? (...) War die Atmosphäre harmonisch? #00:21:27-39#**

175 B4: Manche Sachen verstehe ich nicht, wie manche Leute dazu kommen, aufzustellen. Wie der
176 eine Mann, der erzählte, dass seine Frau das gemacht hat. Aber dass er bis zum Schluss eigentlich
177 nicht loslassen kann. Das es das gibt. Das wundert mich, dass jemand einfach es so stark nicht
178 zulassen will, dass er diese Emotionen hat. Einfach so ein Schutzwall. (...) Und auch bei der einen
179 anderen Frau- da sprachen irgendwie zwei Personen aus einer Person, so das Gegenteil vom
180 Auftreten und Erscheinen und was aus ihr herauskommt (...) Und das passt aber auch. Die Leute
181 fühlen dann wohl mehr in einem anderen, oder in einer anderen Rolle, und können Emotionen
182 zeigen, die er wahrscheinlich selbst in seinem Leben nicht kennt oder nicht zulässt. (...) Ich musste
183 halt darüber schmunzeln, dass er zum Beispiel einfach nicht sehen wollte, was da passiert und was
184 da ist. (...) Es retten dann auch irgendwie die anderen Leute, die einem dann halt auch wirklich den
185 Spiegel vorhalten- oder die Franziska, die dann noch eindringlich etwas nachsagt. #00:23:43-40#

186

187 **I: Dann würde ich gerne den Fokus auf die Folgetage nach deinem Aufstellungs-**
188 **Wochenende legen. Das hast du nun schon ein bisschen beschrieben. Wie erging es dir beim**
189 **Wiedereinfinden in dein normales Alltagsgeschehen? Konntest du bestimmte Gefühle oder**
190 **Reflexionen wahrnehmen, einordnen, regulieren? #00:24:05-41#**

191 B4: Ich habe ein bisschen was aufgeschrieben gehabt davon. Nochmal die Aussagen, was mir so in
192 den Kopf gekommen ist. Das tat auf jeden Fall gut, dass du auch mir dein Protokoll geschickt hast.
193 Es ging ja eben nicht, gleichzeitig in der Rolle sein und aufmerksam zuzuhören, zuschauen,
194 mitzuerleben und dann noch Notizen zu machen. (...) Ich war schon leichter, an sich freier. Aber es
195 war schon schwierig, weil M. das nicht so nachempfinden konnte, was da passiert. Er meinte 'mach
196 halt eine richtige Therapie, die dich nicht so dastehen lässt und dich wieder vor irgendwelchen
197 Unklarheiten, ungeklärten Tatsachen stellt'. #00:25:18-44#

198 **[aber hat er dabei nicht auch gesehen, dass es dir im Grunde schon besser geht- du aber halt**
199 **trotzdem emotionsbeladen bist verständlicher Weise?]** #00:25:25-43#

200 B4: Er kann das nicht umsetzen. Er ist ja auch selbst in einer Therapie (...) Ich habe ihm auch
201 gesagt, dass ich es ihm wünschen würde, dass er es mal macht. Er hat so viele Themen, die noch
202 nicht richtig bearbeitet wurden. Er bräuchte das auch in dieser Form- dieses Augen- Öffnen. Aber
203 das ist ganz schwierig, wenn man nur klassische Therapieansätze kennt. #00:26:03-44#

204 **[würdest du damit zustimmen, dass er dich auch ein bisschen davon abgehalten hat, deine**
205 **innerer Ausrichtung nachzugehen und dich komplett auf deine Aufstellungsprozesse**
206 **einlassen kannst?]** #00:26:15-45#

207 B4: Ja! Ich habe dann schon gewusst, dass ich das Gespräch mit meiner Mutter haben werde. Aber
208 es wäre sicher leichter gewesen, wenn er mich nicht so `ins schlechte Licht gestellt` hätte- oder das
209 Ganze so als sinnlos bewertet hätte. #00:26:50-46#

210 **[aber allgemein würdest du schon sagen, dass du vieles regulieren konntest im Alltag?]**
211 **#00:26:54-47#**

212 B4: Ja also ich habe jetzt nicht jede Sekunde losgeweint und habe auch nicht dauernd daran
213 gedacht. Aber die ersten Tage, so Montag und Dienstag, waren schon so, dass ich noch bisschen
214 mehr nachgedacht habe. Aber dann ist es auch einfach wieder ein bisschen verschwommen und hat
215 sich auch verlaufen. #00:27:21-48#

216

217 **I: Gut, bleiben wir nun bei dir und deiner gegenwärtigen allgemeinen Lebenssituation. Hat**
218 **dir das Aufstellungsseminar dazu verholfen, deine Willenskraft zu steigern? Fühlst du dich**
219 **nun eher bekräftigt, dein Leben, deinen Weg, den du ja auch aufgestellt hast, nach eigenem**
220 **Ermessen zu gestalten?** #00:27:42-49#

221 B4: (...) (nachdenklich). Jein. Also es war stärker da, in der ersten Woche sicherlich. Da habe ich
222 mir auch die Vorsätze mit dem Aufstehen umgesetzt: Neuer Tag, neuer Weg- das ging da ein
223 bisschen besser. Aber jetzt fühle ich mich eigentlich wie vorher, was das angeht. Also ich bin froh,
224 dass ich das mit meiner Mutter beredet und angesprochen habe, das war ja auch mein Anliegen in
225 der Aufstellung und hat sich somit erledigt (...) Aber durch die Einflüsse, die jetzt stets noch
226 stattgefunden haben oder immer noch stattfinden, ist es total verschwommen. Es ist einfach wieder
227 verlaufen. #00:48:34-50

228 **[aber deine Kraft an für sich ist schon da und spürbar?]** #00:28:42-51#

229 B4: Mal mehr und mal weniger. Wenn ich etwas vor mir habe, wo ich glaube, das könnte gut
230 passen, wäre super – wie jetzt gestern beim Bewerbungsgespräch- dann denke ich halt sofort an
231 alles Positive. Dann war das Gespräch, was mich wieder so verunsichert hat. Und heute denke ich
232 mir wieder `es ist es wahrscheinlich nicht`. Und das ist, was so anstrengend emotional ist. Erstmal
233 so auf diesem Hoch und dann wieder sofort runter auf 0. Das ist das, was aufhält oder verhindert.
234 Ich kann mir einfach selbst nicht Zeit geben. Das ist eher der Punkt. Da ich mir da selbst eine zu
235 hohe Latte setze, mich von der Bahn abbringen lasse und es somit nicht erreichen kann oder will.
236 Und mich dann solche Gespräche, weil man mir ja sagt, es melden sich noch andere Kandidaten an
237 (...) Aber das ist es eben: von zu hoch, also im Vorfeld denken `alles gut so, so muss es sein`- weil
238 ich möchte irgendwas machen, wo ich mich selbst verkaufe und mit meiner Persönlichkeit einen
239 Benefit anstreben kann. Aber wer will jemanden, der immer gleich losheult bei allem? #00:31:14-
240 52#

241 **[vielleicht ist das auch ein guter Ansatzpunkt, auf den du noch einmal konkret drauf**
 242 **schauen solltest- mit einer Aufstellung? Eben weil du eigentlich die Kraft und Stärke in dir**
 243 **hast und spürst, aber dich Dinge zu schnell verunsichern, wenn sie dich emotional berühren**
 244 **oder an Etwas erinnern] #00:31:40-53#**

245 B4: Ja ich weiß nur nicht, inwiefern mir das als Aufstellung helfen würde. Ich habe jetzt eher auch
 246 an Lifecoach gedacht, dass das mich irgendwie auf eine Bahn bringen würde. #00:32:06-54#

247

248 **I: Darauf wäre ich auch noch später zu sprechen gekommen, ob du eben schon daran**
 249 **gedacht hast, noch einmal an einer Aufstellung teilzunehmen, um dein Thema- deine Themen**
 250 **nun- zu bearbeiten? #00:32:10-55#**

251 B4: Also ich habe nicht unbedingt an eine Aufstellung gedacht. Es ist einfach ein permanentes
 252 Thema, das wird jetzt auch nicht so schnell und einfach weggehen. Das habe ich schon so lange
 253 und seitdem ich denken kann. Ich weiß, dass ich mich einfach durchschlänge und mich vom einem
 254 zum nächsten fallen lasse. Dann einfach schaue, was das ist ohne selbst eine Entscheidung zu
 255 treffen. Aber ja, vielleicht ist das auch in Aufstellungen am besten aufgehoben. Ich weiß aber nicht,
 256 ob es gut funktioniert und ob es das wert ist. #00:32:54-56#

257 **[also momentan lässt du es ruhen?] #00:32:59-57#**

258 B4: Genau, also ich möchte es auf jeden Fall in den nächsten 3 Wochen für irgendwas entscheiden,
 259 weil mich das so lange und immer noch beschäftigt. Und ich gerade für Zeit habe, also ich habe
 260 keinen Job momentan und kann mich so auf mich gerne konzentrieren. Sollte ich ja auch, wenn
 261 nicht jetzt. Und vielleicht treffe ich ja eine Entscheidung in den nächsten 2 Wochen. #00:33:29-58#

262

263 **I: Wo würdest du dich denn nach der Aufstellung auf einer Skala ansiedeln, wenn 0 ein**
 264 **„ohnmächtig/ausgeliefert“ ist und 10 dahingegen ein „mächtig/stark“ beschreibt? #00:33:45-**
 265 **59#**

266 **B4:** Nicht nur auf das Mutter-Thema bezogen? **[allgemein ja, wie du dich siehst] 2! Oder 3.**
 267 **#00:34:00-60#**

268 **[und wie war das vor der Aufstellung? Kannst du nicht sagen, dass sich da groß was bei dir**
 269 **verändert hat?] #00:34:07-61#**

270 B4: Das Problem ist, dass ich ja eigentlich schon vor der Aufstellung wusste, dass sie das Problem
 271 ist. Dass es bei rausgekommen ist, hat es mir nur offenbart und wurde ausgesprochen. Aber es hat
 272 mich nicht überrascht, ich wusste es ja. Es war in dieser Hinsicht nicht lebensverändernd.
 273 Verändernd war eher das Gespräch, dass ich es mal abwerfen konnte und es lässt aber nicht die
 274 Vergangenheit los. Oder so wie ich jetzt bin, das ist halt einfach so verknüpft, dass ich das einfach
 275 nicht tragen kann. (verknüpft, viel Einfluss System lebend). Und jetzt ist das alles vergessen und
 276 ich wische es weg. Aber `abgeworfen`- das ist es halt auch nicht, weil ich auch einfach zu plastisch
 277 und zu emotional bin und das immer noch in mir arbeitet, jeden Tag. Es holt mich ein und es
 278 beschäftigt mich. Es ist dadurch nicht leichter geworden, weil es eben die anderen Themen gibt, die
 279 mich beschäftigen **[da geht es dann in die Richtung des Ausgeliefertseins, also immer noch?]**
 280 **Ja. #00:35:33-62#**

281

282 **I: Wenn du jetzt Dinge bewusst angehst, würdest du dich für diese auch entscheiden und**
283 **verändern wollen, wenn du dir über mögliche Konsequenzen, die eintreten könnten, bewusst**
284 **bist? Also wenn du weißt, dieses oder jenes Handeln, Entscheiden könnte auch Folgen haben**
285 **und du würdest ein Risiko eingehen? #00:36:00-63#**

286 B4: Ich denke halt zu weit schon. Ich denke halt gleich schon an das Negative. Wenn ich dann
287 schon merke- wie jetzt bei dem Bewerbungsgespräch für den Job- dass es nicht gleich passt, muss
288 ich mir noch andere anschauen. Wenn sie sich nicht sicher sind, dann will ich es gar nicht. Bevor
289 ich einen positiven Schritt mache und einmal abwarte, denke ich schon an das Schlechte und rede
290 es mir schlecht und mache mich auch schlecht. #00:36:25-64#

291 **[aber du gehst ja trotzdem das Risiko ein? Du bist zum Beispiel trotzdem zum Gespräch**
292 **gegangen?]** #00:36:28-65#

293 B4: Ich bin aber positiv zum Gespräch gegangen, also hatte keinerlei negativen Gedanken daran.
294 Ich gehe etwas eben positiv an, aber wenn man etwas irritiert, dann schalt ich sofort ab (...)
295 #00:36:49-66#

296

297 **I: Dann interessiert mich nun allgemein deine körperliche und seelische Befindlichkeit:**
298 **Leidest du zurzeit an körperlichen Symptomen oder nennenswerten psychischen**
299 **Beeinträchtigungen, die dich in deiner Lebensgestaltung beeinträchtigen? #00:37:28-67#**

300 B4: Ich glaube, körperlich gar nichts. Da bin ich fit. Seelisch bezogen, dass ich mich halt wieder in
301 der Rolle sehe und befinde, vor allem in der Partnerschaft. Dass ich durch ihn aufgezeigt bekomme,
302 was ich für Eigenschaften habe in der Beziehung oder wie klein ich mich selbst mache und wie
303 unsicher ich dann bin. Das ist jetzt was, das nicht spezifisch durch die Aufstellung aufgetreten ist.
304 Aber ich weiß einfach, dass ich mich da kleiner mache, als ich bin. #00:38:08-68#

305 **[und zum Zeitpunkt der Aufstellung, war da irgendetwas auffällig?]** #00:38:18-69#

306 B4: (Kopf schüttelnd). #00:38:20-70#

307

308 **I: Wenn du nun darüber nachdenkst, was dir in deinem Leben Energie schenkt, was ist das?**
309 **Vor allem in Bezug auf dein beschriebenes Anliegen: was kräftigt dich, was nährt dich,**
310 **sodass du dich lebendig fühlen kannst? #00:38:55-71#**

311 B4: Zeit für mich, wo ich alleine bin. Weil ich lieber alleine bin, als mit Menschen. Und dann das
312 Training, der Sport, das Reiten. Ich stehe nun auch oft auf und gehe gleich in der Früh trainieren
313 und das tut mir gut. Es war mal weniger mit Übertraining. Aber es hat sich jetzt gut eingependelt,
314 auch mental. Dass es jetzt nicht mehr zu viel und zu intensiv ist. Sondern darauf fokussiere, welche
315 Übungen ich mag und gerne mache und das passt so. Es ist einfach ein guter Ausgleich, um dort
316 auch wirklich abzuschalten. (...) #00:40:03-72#

317

318 **I: Und was entzieht dir eher die (Lebens-)Kraft und Energie, wenn du darüber nachdenkst?**
319 **#00:41:07-73#**

320 B4: Ja dieses Verloren-Sein. Viel! Auch beziehungsmäßig sicher. #00:41:16-74#

321 **[hast du aber auch hinsichtlich deiner Mama- da war ja auch das Thema `Hilflosigkeit` und**
322 **`nicht empfangen können- ist das bei ihm vielleicht auch so ein derartiger Prozess, den du**
323 **spürst?]** #00:41:28-74#

324 B4: Mal mehr und mal weniger. Jetzt zum Beispiel nervt es mich wieder total. Dann gibt es wieder
325 Phasen, in denen er sich bemüht, aber dann ist er wieder so unaufmerksam und mit seiner Arbeit
326 beschäftigt. Und wir leben hier in einer WG zusammen. Und er sieht das aber auch nur als WG.
327 Das ist halt schwierig. Wir sind jetzt fast 4 ½ Jahre zusammen. Aber das ist halt keine Ausrede und
328 das habe ich ihm von Anfang an gesagt (...) und es würde halt an mir liegen, ich könnte nie
329 Entscheidungen treffen bei vielen. Er würde das jetzt so weitermachen, für ihn ist es das. Aber für
330 mich halt nicht. Und das ist halt auch ein Hauptmerk, dass ich da nicht gefestigt bin- oder auch nie
331 gefestigt war, egal bei welchem Mann. #00:42:29-75#

332 **[und vor allem sollte dir ja eine Beziehung die Kraft geben, auch für deine eigenen Dinge**
333 **und Lebensplanungen?!]** #00:42:45-76#

334 B4: Ja ich fühle mich nicht so gesättelt und abgehärtet, wie es vielleicht sein sollte und es mir die
335 Kraft gibt, die ich auch benötige. Er hilft mir natürlich, in allen Sachen. Aber es ist immer ein
336 `darum bitten` - ich muss ihn darum bitten. Und auch wenn ich es nicht ausspreche, muss ich darum
337 bitten in irgendeiner Form. Also er macht es nicht von selbst, was ich aber zum Beispiel
338 automatisch mache, weil ich da von mir aus mache. #00:43:13-77#

339 **[also auch eher ein Konflikt hinsichtlich `Geben und Nehmen`?]** #00:43:16-78#

340 B4: Ja genau. Ich habe ihm das aber auch schon gesagt, dass ich das Gefühle habe, ich gebe nur
341 und nehme nichts. Aber ich gebe und von ihm kommt halt immer nur: nehmen, nehmen... Aber das
342 sieht und versteht er halt auch nicht (...) Wenn er da ist, ist er trotzdem abwesend (...) bei mir und
343 meinem Anliegen war es halt eher die unausgesprochene Gewalt. Bei ihm sind es Themen, die ihn
344 nach all den Jahren immer noch nicht loslassen und er auch in Therapie war (...) und auch seine
345 Wutausbrüche sind oft Situationen, die mich irritieren. Jetzt ist es aber schon wieder weniger (...).
346 #00:45:35-79#

347

348 **I: Wir haben es gerade schon ein bisschen angesprochen. Aber stell dir nun mal eine**
349 **spezifische Situation vor, in der du ein negatives Erlebnis oder die Lasten deines Anliegens**
350 **wieder zu spüren hast – also die Schwere, das Verloren- Sein, die Hilflosigkeit. Wie kannst du**
351 **diese Beschwerden für dich selbst bestmöglich ausgleichen?** #00:46:09-80#

352 B4: (nachdenklich) **[hilft es dir zum Beispiel, dich an die Aufstellung zurück zu erinnern?]**
353 Hmm. Naja ich bin dann eher so, dass es an mir vorbeigeht. Und ich bin dann eher negativ als
354 positiv besetzt. Befinde mich dann auch wirklich in so einer Art Negativ-Spirale. Und dann sind es
355 eigentlich nur noch schwere negative Gedanken, die eigentlich alles nur noch negativer machen.
356 Und dann denke ich einfach nur: hoffentlich ist der nächste Tag besser. #00:46:53-81#

357 **[dann befasst du dich weniger damit, wie deine Aufstellungsbilder waren: dass du wachsen**
358 **und dich entfalten magst?]** #00:46:57-82#

359 B4: Sehr selten. Ja eigentlich kaum. #00:47:00-83#

360 **[also waren die Bilder und Prozesse der Aufstellung eher ein `ich weiß, es muss so sein und in**
361 **diese Richtung sollte ich gehen` - aber du kannst sie noch nicht ganz umsetzen?]** #00:47:28-
362 **84#**

363 B4: Kopfmäßig habe ich keine Zeit dafür. Oder ich lass es einfach nicht zu, weil ich mich nicht
 364 mehr damit beschäftigen möchte. Aber es wäre natürlich gut, sich das wieder in Erinnerung zu
 365 rufen, wie klar das alles war. #00:47:46-83#

366

367 **I: Und das Erleben von dieser Art nimmst du wie gesagt eher psychisch war, als körperlich?**
 368 **#00:47:56-84#**

369 B4: Ja. #00:47:58-84#

370

371 **I: Dann baut die nächste Frage darauf auf: Es sind ja 2 Monate nun seit dem**
 372 **Aufstellungsseminar vergangen, in welchem du dir eigentlich auch die konkreten**
 373 **Bewältigungsansätze und Ziele erarbeitet hast. Du siehst dich selbst aber mit deinen**
 374 **erarbeiteten Lösungsschritten oder dem Aufstellungs- Endbild noch nicht ganz im Einklang?**
 375 **Also kannst nicht sagen, dass es wirklich eine positive Wirkung zeigt? #00:48:23-85#**

376 B4: Ich hätte es mir gewünscht, dass ich es klarer sehe und dass eines Tages wirklich diese
 377 Erkenntnis da ist. Aber ich glaube, das sehe ich immer noch nicht so. #00:48:40-86#

378 **[aber in gewisser Hinsicht- also wenn es um Lösungs-oder Problembewältigung zum Beispiel**
 379 **bezüglich deiner eigenen Verantwortung geht? Dass du es eben schon auch umsetzen kannst?**
 380 **(...) Es war ja auch eine Zielsetzung von dir, Entscheidungen zu treffen und diese letztendlich**
 381 **auch mit Eigenverantwortung gut umzusetzen] #00:49:02-87#**

382 B4: Ja, aber das sehe ich mich immer noch in so einer Ohnmacht. Dass ich keine Entscheidung
 383 treffe, was mache ich. Ich weiß nicht, wo ich stehe und wo ich hingehöre. Ich bin immer noch in so
 384 einer Schweb- Phase und die ist einfach extrem anstrengend (...) ja und dann kommen halt immer
 385 wieder irgendwelche Lebensereignisse dazu, wo ich dachte `okay das ist es` und es war es wieder
 386 nicht. Erneut etwas, wo ich nicht hingehöre bei dem 2-monatigen Praktikum zum Beispiel. (...)
 387 #00:49:51-88#

388

389 **I: Wie siehst du es denn dann, wenn du darüber nachdenkst, wie viel Mühe und Mobilität du**
 390 **noch in deine Ziele setzen kannst? #00:50:01-89#**

391 B4: Meine Motivation ist gegen 0. Das ist für mich total schwer dieses Abwägen. Es ist eher immer
 392 nur ein `Wozu und Warum`, `Wozu tut man sich das eigentlich alles an?!` - es ist halt alles sehr
 393 dunkel, sehr negativ. #00:50:43-90#

394

395 **I: Aber dann auf der anderen Seite: Wenn du jetzt klar sagen müsstest wie eine für dich**
 396 **bessere Lösung aussehen würde? Wie könnte eine mögliche Lösung noch aussehen**
 397 **hinsichtlich deines Aufstellungsthemas? Wenn der Fokus jetzt nicht mehr auf deiner Mama**
 398 **liegt, sondern eher auf dich, bei dir selbst ist- wie du aus dieser Negativ-Spirale**
 399 **herauskommen kannst? #00:51:13-91#**

400 B4: Also als neues Thema? #00:51:16-92#

401 **[ja wie könntest du merken, dass sich irgendwann positive Auswirkungen zeigen?]**
 402 **#00:51:22-93#**

403 B4: Indem ich etwas scheinbar durch Zufall oder mit der Zeit finde, was mir leicht fällt und ich
404 nicht sofort negative Gedanken entwickle. Ich kann nur nicht sagen, was es ist. Das ist einfach
405 noch nicht greifbar für mich. Auch weil ich nicht zulasse, ich kann einfach nicht und will mich
406 auch einfach schon nicht mehr damit beschäftigen, weil ich schon nicht mehr kann. Es ist mir
407 schon zu blöd, dass ich mich wieder in Etwas rein denke und erwarte- und dann ist es das wieder
408 nicht. Dann gehe ich dem Ganzen lieber aus dem Weg. Ja es müsste einfach was kommen,
409 vielleicht zieht mich irgendjemand mit, der mich zu einer Sache bringt und führt. Vielleicht ist es
410 das. Das hoffe ich sozusagen, dass ich etwas nicht alleine machen muss, oder alleine eine
411 Entscheidung treffe. Mich eher auf etwas einlasse durch jemanden anderen. Das ist jetzt quasi so
412 meine Hoffnung, dass sich da irgendwas ergeben könnte. #00:52:36-94#

413 **[die Zuversicht zu haben ist auch wichtig, ja] #00:52:43-95#**

414

415 **I: Dein soziales Umfeld haben wir auch schon ein bisschen angesprochen. Gibt es Kontexte,**
416 **in denen du dich wohler fühlst und in anderen nicht? Oder haben sich da seit der Aufstellung**
417 **Veränderungen gezeigt? (...) Bei der Mama, den Eltern, dem M.? #00:52:59-96#**

418 B4: Es ist sicher besser und ich fühle mich wohler mit meiner Mutter. Ja auch mit meinem Vater
419 besser. Ich glaube auch zwischen den beiden ist es jetzt auch anders, nachdem sie beide
420 mitbekommen haben, wie es mich belastet und überhaupt wie emotional das Ganze über die Zeit
421 war- was beide zusammen bestimmt auch berührt hat. #00:53:39-97#

422 **[aber fühlst du dich immer noch ein Stück weit in Abhängigkeit stehend? - was jetzt auch**
423 **deine Mama angeht?] #00:53:49-98#**

424 B4: Weniger! #00:53:51-99#

425 **[also sie schränkt dich nicht mehr so sehr in deiner Handlungsfähigkeit ein?] #00:53:54-100#**

426 B4: Naja, es ist schon immer wieder da in ihren Aussagen. Aber da geht es eher nur um das Thema
427 mit den Pferden, was sie auch bewahrt haben möchte in irgendeiner Form. Aber es ist viel weniger,
428 es berührt mich viel weniger. Es wird besser (...) Ja aber mit dem M. ist es halt nicht positiver oder
429 negativer nach der Aufstellung. Eher negativer, weil er einfach nicht verstehen konnte, was da
430 passiert ist und das hat mich einfach bisschen geärgert. Jetzt nicht nachhaltig. Mich ärgert eher sein
431 Zugang, so kategorisch- einen Therapieansatz so in der Art einfach gleich abzuschreiben (...) also
432 mein Vater war damals auch einmal mit zu einer Aufstellung und er hat das so emotional hart und
433 zu viel für ihn war, dass er das nicht mehr machen wollte, weil es zu schmerzhaft für ihn war (...)
434 Aber ich wünsche mir für M. ,dass er es machen wird (weinend). Er hat seine Sachen vielleicht
435 kopfmäßig geklärt, aber nicht emotional. Hat die Aggressionen noch in sich, trägt alles noch in
436 sich. Er muss sich das einfach auf einen anderen Weg anschauen und offensichtlich machen...
437 #00:56:33-101#

438 **[da ist bestimmt einfach auch viel Angst im Spiel- etwas an sich heran lassen, mit sich selbst**
439 **arbeiten und tiefer zu gehen gehen] (...) #00:57:02-102#**

440

441 **I: Das passt auch ganz gut zur nächsten Frage: I: Was denkst du selbst, wie du auf deine**
442 **Umwelt wirkst? Wie reagierst du auf sie? Wie nehmen sie dich wahr? (...) auch da du sagtest,**
443 **du musst zum Beispiel um etwas bitten... #00:57:18-103#**

444 B4: Also ich glaube nicht, dass ich groß anders geworden bin – jetzt nur durch die Aufstellung.
445 Aber prinzipiell, dadurch dass ich einfach nicht so sicher bin und sich das wieder durch viele
446 Ereignisse gezeigt hat. Und dann kommt einfach wieder diese Härte raus, das Kalte und Aussagen,
447 bei denen ich mir selbst denke `das war jetzt hart`. Das bemerke ich einfach, dass ich da so reagiere
448 und abblocke. #00:58:17-104#

449 **[ist aber vielleicht auch einfach dein eigener Schutzmechanismus?] #00:58:19-105#**

450 B4: Ja aber das führt zu nichts. Ich bin ja trotzdem da. Und kann nicht sagen, so jetzt gehe ich. Ich
451 bin da und lasse mich eben auch drauf ein. Ich denke mir, vielleicht ist es eine Phase- wäre ich jetzt
452 einen Tag heraus aus dieser Beziehung würde ich mir im nächsten Moment denken `was habe ich
453 getan?` Und dann bin ich wieder da und es zieht sich durch. Es bleibt einfach gedanklich schwer.
454 Die ganze Zeit immer wieder `ist es das? Ja, nein?`. Und das ist eben das Gegenteil von der
455 Leichtigkeit. #00:59:21-106#

456

457 **I: Hinsichtlich deines Mama- Themas konntest du schon innerhalb der letzten Monate nach**
458 **der Aufstellung eine Veränderung wahrnehmen? Oder in deiner Umgebung und bezüglich**
459 **anderen Mitmenschen? #00:59:39-107#**

460 B4: Ich habe es schon vielen erzählt, auch welche die das schon kannten. Aber ich konnte normal
461 darüber erzählen. Und habe das auch geschafft, ohne gleich los zu weinen. Deshalb habe ich es
462 dann auch ausgenutzt, es zu erzählen. Es ist ja auch ein spannendes Thema und eben gerade mit
463 Leuten zu reden, die einen Zugang dazu haben. (...) #01:00:48-108#

464

465 **I: Dann würde ich gerne auf die therapeutische Unterstützung im Aufstellungsprozess zu**
466 **sprechen kommen, mit der dich Franziska während des Seminars begleitet hat. Als du an der**
467 **Reihe warst, fiel es dir leicht Zugang zu Franziska zu finden und dein Anliegen im Gespräch,**
468 **in der Gruppenrunde offenzulegen? #01:01:05-109#**

469 B4: Also was sie immer schafft, das Weinen auszulösen. Ihre Stimmlage oder ihr Blick, sie schafft
470 es immer damit. Ich bin echt gut gelaunt hingekommen oder habe versucht guter Dinge zu sein,
471 und dann sitze ich da und sehe sie, und spüre wie ich weinen muss. Es ist aber kein Unbehagen,
472 weil es dort eine Atmosphäre ist, wo man das machen kann und es auch normal ist. Von demher
473 war das egal. Aber ja, es war offensichtlich, dass es das wieder auslöst. Aber ich habe trotzdem
474 ganz normal offen geredet, was mir in den Sinn gekommen. #01:02:05-110#

475

476 **I: Kannst du denn Etwas nennen, was dir speziell als Bereicherung, als besonders**
477 **unterstützend in ihrer therapeutischen Begleitung auffiel? #01:02:16-111#**

478 B4: Also nicht bei mir unmittelbar. Aber ich weiß wie sie arbeitet und aufgrund ihrer Erfahrung-
479 dass sie immer weiß, das Richtige zu sagen. Oder wenn man ansteht, dass sie es dann schafft den
480 nächsten Schritt einzuleiten. Oder auch wie sie Sachen tätigt oder wie sie etwas neu in Worte fasst.
481 Das finde ich sehr stark und wichtig. Ja und auch einfach diesen Anstoß geben können, einen
482 anderen Blickwinkel offenbaren. Das ist sicherlich wichtig und unverzichtbar bei einer
483 Aufstellung. Sonst steht man entweder an oder man kommt nicht weiter, kann gar nicht
484 weiterdenken, sehen. #01:03:23-112#

485

486 **I: Und was bleibt dir am methodischen Vorgehen positiv im Gedächtnis? Wenn du an die**
487 **Symbolik, die Sprache, die Gesten, die Dynamiken denkst ... #01:03:35-113#**

488 B4: In meiner Aufstellung oder allgemein? [**allgemein die Aufstellungsmethode/- ablauf**] Ja, dass
489 die emotionale Basis bei allen Menschen so vorhanden ist und es eben deshalb auch so gut
490 funktioniert und dass man sich nicht vorbereiten kann oder muss. Egal wie du da hinkommst, wie
491 fertig oder nicht, man schafft es einfach, sich da reinzudenken. Und das ist auch das Spannende
492 daran. (...) Dass viel mit, oder ausschließlich mit den Emotionen der Repräsentanten gearbeitet
493 wird. Aber auch mit Dingen, Stimmungen, abstrakte Eigenschaften und dass es halt wirklich zu
494 einer neuen Ansichtsweise und Sache führen kann. Das finde ich zu kommerziellen
495 Therapieformen sehr erfrischend und es diesbezüglich auch anders ist. Das macht es anders. Mit
496 fremden Menschen plötzlich sehr nah kommen. Aber das fällt nicht mal auf. Also diese Person
497 wird ja nicht zu neuen Person, sondern wird mit einem abstrakten Ding besetzt, eine Emotion
498 zugeschrieben. Und deshalb ist sie dann auch nicht mehr fremd. Das ist es, was es so leicht macht.
499 Denn jeder kennt auch die Emotionen. Also du musst nicht die Person kennen, um die Emotion zu
500 kennen. Das macht es einfacher reinzukommen. #01:05:34-114#

501

502 **I: Als du am Ende selbst als Protagonist in dein räumliches Aufstellungsbild getreten bist und**
503 **deine Position als Lina eingenommen hast, wie hilfreich empfandst du Franziskas sprachliche**
504 **Kommunikation, ihre Führung mithilfe von Nachfragen, Hinweise auf deine körperliche**
505 **Befindlichkeit? #01:05:54-115#**

506 B4: Gut ja, stark. Diese wichtigen Punkte und Aussagen wie `betrachte es doch so` oder `sie konnte
507 nicht anders` - das erklärend mit einer Aussage. Das braucht nicht mehr, denn man spürt es eh. Man
508 braucht auch kein Zutexten, sondern nur einen Mittelweg mit solchen Aussagen. #01:06:42-116#

509 **[fandst du diese Aussagen auch immer passend im Moment? #01:06:46-117#**

510 B4: Ja die Aussagen fand ich passend. Irritiert -oder was ich nicht passend gefunden habe bei
511 meiner Aufstellung war dieses Hin- und Weggehen, diese Geste und Bewegung auf meine Mutter
512 zu und wieder weg. Das hätte ich nicht gebraucht. Das hat nichts in mir verändert. Ich weiß nicht,
513 ob ich das damals gesagt habe, dass es was geändert hat. Aber ja, das habe ich eher als Ablenkung
514 empfunden, wie als was, was mich jetzt näher bringen würde. #01:07:29-118#

515 **[das hatte vielleicht eher was mit direkter Konfrontation zu tun und sehen, was es bewirken**
516 **kann] #01:07:38-119#**

517 B4: Ja aber da habe ich eben nichts gespürt. Nichts, was irgendwie etwas geändert hätte.
518 #01:07:56-120#

519 **[aber allgemein hat es dir geholfen, diese Dinge nachzusprechen oder nachzustellen? Und**
520 **hat sich auch gut angefühlt?] #01:08:00-121#**

521 B4: Ja. Also es ist jetzt auch wieder lange her. Mein Weg war leichter. Aber alles davor war immer
522 noch sehr emotional, weil es halt um das Thema ging. Und wie sie da zum Weg gegangen ist, war
523 es irgendwie aktueller [**das erscheint ja auch eher noch als das Hauptthema nun**] #01:08:29-
524 122#

525

526 **I: Hattest du demnach das Gefühl, dass du dich mithilfe von Franziskas Unterstützung schon**
527 **während der Aufstellung ein Stück weit für dich neu orientieren konntest? #01:08:44-123#**

528 B4: Ja es wurde aufgezeigt, dass da was Anderes ist, was eben ein Thema ist. (zu neuen Themen,
529 Anliegen leiten, etwas NEUES fördern) Aber das weiß ich ja auch, sonst hätte ich das Thema mit
530 Wohin und Weg` auch nicht angesprochen. #01:09:10-124#

531 **[hat es auch Blockaden auflösen können?] #01:09:09-125#**

532 B4: Also während der Aufstellung war es leichter, ja. In der Aufstellung war es wirklich sichtbar,
533 dass es da einen Weg gibt und es leichter werden kann. Das war auch vielleicht eine Sekunde im
534 Körper spürbar, dass es leichter werden kann. Also es war kurz da (mit Tränen kämpfen).
535 #01:09:36-126#

536 **I: Darauf baut meine nächste Frage auch auf: ein kurzer theoretischer Input-**
537 **Systemtheoretiker sind der Überzeugung, dass man die räumlichen Bilder nach einer**
538 **Aufstellung leichter zusammenfalten und zuhause immer wieder ausfalten kann (Zitat**
539 **angeführt). Konntest du am Ende des Seminars für dich selbst etwas Konkretes, dein**
540 **Lösungsbild, oder bestimmte Worte, Aussagen hinsichtlich deines Problemanliegens**
541 **verankern und verinnerlichen? #01:10:06-127#**

542 B4: Ja. Also ich sehe schon vor meinen Augen wie es abgelaufen ist. Wenn ich mich wirklich
543 hinsetze, dann kann ich das auch wieder nachempfinden und durchdenken. #01:10:32-128#

544 **[ist es denn auch noch nachwirkend?] #01:10:37-129#**

545 B4: Das nicht wirklich. Ich sehe es jetzt nicht mit derselben Emotionalität wie ich es damals
546 gespürt habe- also ich kann es jetzt schon von draußen betrachten. Es ist jetzt vielleicht ein anderer
547 Zugang. Auch weil ich das Hauptthema, mit dem ich eigentlich hingekommen bin, quasi so
548 abgeschlossen habe oder zumindest angesprochen habe. Aber jetzt ist halt das andere Thema im
549 Weg und so präsent ist, dass ich anders, oder neu belastet oder besetzt wurde. Und dass ich deshalb
550 auch überhaupt keine Zeit habe, mich da wieder in die Szenen hineinzusetzen, hineinzudenken.
551 #01:11:26-130#

552

553 **I: Dann- wie würdest du dich zu folgender Aussage äußern- du hast es schon ein bisschen**
554 **angesprochen zuvor: Das Nicht-gleich- Sprechen über die Aufstellungsgeschehnisse, sondern**
555 **viel eher das visuelle, körperbezogene Verankern des Aufstellungsbildes wirkt nachhaltig**
556 **und befreiend. #01:12:25-131#**

557 B4: Ja ich rede generell gerne über solche Themen, weil ich es wiedergeben kann, wie es sich
558 anfühlt. #01:12:37-132#

559 **[wenn du es aber in Vergleich ziehst mit einer Psychotherapie oder einer Gesprächsführung,**
560 **so wie es dein Freund bevorzugt- Woran siehst du eher die Stärken und Vorteile in der**
561 **Aufstellungsarbeit?] #01:12:53-133#**

562 B4: Weil man quasi von außenstehend hineinkommen kann, eine Situation betrachten kann. Man
563 kann schon mit Figuren arbeiten, das habe ich auch schon gemacht, aber es ist halt nicht das
564 Gleiche, weil sie nicht sprechen können. Der Körper und die Seele fehlen (...) es ist für mich eher
565 nicht vergleichbar. #01:13:33-134#

566

567 **I: Wenn du dir selbst nun nach der Zeit die Frage stellst: Wer bin ich? Wer möchte ich sein?**
568 **Wohin möchte ich mich immer noch entwickeln? (Wunderfrage) Was kommt dir instinktiv**
569 **in den Kopf? #01:13:46-135#**

570 B4: Verloren. #01:13:50-136#

571 **[aber wohin möchtest du dich entwickeln?] #01:13:53-137#**

572 B4: Standhaft. Also wirklich diese Klarheit. #01:14:04-138#

573 **[ein Stück weit hast du diese Klarheit jedoch bekommen durch die Aufstellung?] #01:14:08-**
574 **139#**

575 B4: Nicht so wie ich es mir erwünscht hätte. Klar war, dass es dieses Gespräch hat geben müssen.
576 Das war aber auch schon vorher klar. Und ich wusste vorher, dass ich nicht drum herumkommen
577 werde. Aber es war somit der Anstoß da aufgrund der Aufstellung, dass ich es angegangen bin.
578 Und jetzt gibt es auch keinen Weg zurück (...) Was mich betrifft, mit meinem Selbstwertgefühl
579 oder mit dem Findungsprozess- da hat es nicht ganz geholfen, sonst würde ich nicht so negativ
580 denken. #01:14:56-140#

581

582 **I: Hat es dich denn dazu verleitet, ein Stück weit achtsamer mit dir umzugehen? Dass du**
583 **deine Grenzen eher achtest? Dein Anliegen ging ja auch in Richtung `Grenzen setzen**
584 **können`.] #01:15:15-141#**

585 B4: Also ich glaube in der Beziehung jetzt, bin ich oft nun ehrlicher vielleicht jetzt auch härter.
586 Was mir zum Beispiel immer noch nicht gefällt und ich nicht an mir mag, ist das Problem, dass er
587 dann oft trotzig reagiert, wenn ich ihn dabei erwische an einen wunden Punkt. Das ist leider
588 schwierig diesen Konflikt auszutragen. Aber ich spreche es direkt an und sage meine Meinung. Ich
589 renne nicht mehr einfach damit herum, sondern habe mir die Grenze gesetzt und schlucke es nicht
590 wieder, sondern ich sage es jetzt, so wie ich es sehe. Und dann führt das aber oftmals einfach
591 plötzlich zu einem Konflikt. Wir sind gut drauf, sind spazieren und ich sage irgendwas und er geht
592 plötzlich in den Gegenangriff. #01:16:25-142#

593 **[aber dann nimmt er dir doch eigentlich das, was sich positiv bei dir entfalten hat? Das ist ja**
594 **nicht sinnvoll und das, was du brauchst.] #01:16:39-143#**

595 B4: Ja. Ja! (...) Nur das zu Wort zu bringen. Mir gehen dann auch immer wieder die Beispiele
596 abhanden. Dann fällt mir nichts ein, weil es einfach schon so oft solche Kleinigkeiten sind, die ich
597 dann so schnell wieder vergesse, weil ich sie nicht aufschreibe. Und dann ist es wieder so dieses
598 `okay, ich habe eh kein Beispiel mit dem ich dir erklären kann, was ist` #01:17:01-144#

599 **[und dann wieder das Gefühl der Hilflosigkeit spüren...] #01:17:04-145#**

600 B4: Genau. Es ist dann halt schwierig dagegen anzukämpfen oder was zu sagen. Und dann befinde
601 ich mich wieder in dieser Ohnmacht. (...) die ganze Zeit. Auch auf jeder Ebene, das ist das
602 Anstrengende (...) #01:17:33-146#

603

604 **I: Welche Haltung hast du somit für dich selbst eingenommen? Wenn du deinen Weg jetzt**
605 **eigentlich auch siehst, kannst du sagen du bist gewappnet und gestärkt? #01:17:59-147#**

606 B4: Nein. Also dafür müsste ich ihn erstmal sehen. Und dann glaube ich, bin ich sofort gestärkt!
607 Aber ich sehe es nicht und deshalb bin ich so in dieser gedanklichen Negativspirale. Ich sehe nichts
608 Positives, ich sehe nur Negatives. #01:18:23-148#

609 **[aber vorher hast du auch von der Hoffnung gesprochen, also die Hoffnung und die**
610 **Zuversicht sind ja schon auch präsent?] #01:18:25-149#**

611 B4: Aber dafür muss ich etwas sehen. Dann habe ich mir auch wieder vorstellen können 'DAS
612 kann ich, das fällt mir leicht und kann ich weiter umsetzen' - dann sehe ich das kurz. Dann irritiert
613 mich aber zum Beispiel ein Gespräch wieder so sehr, dass ich alles wieder wegwerfe (...) Wenn ich
614 den Weg irgendwann sehe, dann bin ich voll da. Aber dafür muss es erstmal passieren (...)
615 #01:19:33-150#

616 **[ich sehe die Wichtigkeit auch darin, dass du dir dem allem bewusst bist und reflektierst**
617 **darüber, warum es so ist und wie es dennoch sein könnte] #01:19:39-151#**

618 B4: Aber es ist so anstrengend. Nur dran denken müssen. Das macht es nicht leichter. Nur zu
619 hoffen und zu grübeln, das geht nicht weg. #01:19:59-152#

620

621 **I: Nun würde ich dir auch schon die letzte Frage stellen: Könntest du mir kurz noch**
622 **beschreiben, welche Meinung du zu folgender Aussage hast: Aufstellung wird zur**
623 **Umstellung. Sie ist eine neue Art von Auslegung in Richtung Veränderung, Heilung,**
624 **Befreiung, Wahrheit, Realitätssinn... #01:20:17-153#**

625 B4: Hmm. Also ich glaube, wenn man mit einem spezifischen Thema hingeht, ist es auf jeden Fall
626 ein Anstoß zur Veränderung, in egal welcher Form von Veränderung. Es führt zumindest dazu,
627 dass man einen nächsten Schritt einleitet. (Neues eröffnen!!!!). Auch wenn es einen nicht
628 genügend berührt. Bei dem Menschen, der das Ganze ohne Emotionen angeht oder es nicht
629 zulassen möchte, bei diesem jemand wird das Denken wahrscheinlich erst ansetzen, dass da
630 irgendwas sein muss. Vielleicht startet es dann danach. Ich glaube, dass es einfach einen nächsten
631 Schritt auslöst, egal was das auch immer sein mag. Jetzt ist bei mir das Gespräch aufgelöster, weil
632 letztendlich auch kein Weg drum herumgeführt hat. Das musste jetzt auch einfach kommen. Meine
633 Eltern wussten ja davon, dass ich das mache und haben auch nachgefragt. Meine Mutter sagte mir
634 auch, dass sie es mir zahlt, weil sie ja schuld daran ist, wie es mir geht. Und sie wusste, dass ich
635 wegen ihr hingehe und sie das Thema sein wird (...) Es war auch gut, dass sie es weiß, denn dann
636 konnte ich nicht anders und es wurde letztendlich ein 2 ½ Stunden Gespräch daraus. (...) Verändern
637 tut es auf jeden Fall was ja. #01:22:05-154#

638 **[einen Wandlungsprozess anführen. Und nachhaltig wirkend je nachdem- was sagst du**
639 **dazu?] #01:22:19-155#**

640 B4: Es ist ein nachhaltiger Veränderungsprozess, wenn. Also es ist jetzt nicht schon nachhaltig
641 abgeschlossen -also in meinem Fall, bei anderen Sachen kann es wieder anders sein. Ich glaube
642 aber, wenn man das bestimmte Umfeld auch hat, das den Prozess mit annimmt, dann kann es sicher
643 nachhaltig werden (Wirksamkeit/Nachhaltigkeitseffekte der Methode). #01:22:47-156#

644

645 **I: Ja dann sind wir auch schon am Ende angelangt. Gibt es denn von deiner Seit noch eine**
646 **Frage, die ich dir stellen sollte? Oder Etwas, was noch nicht für dich geklärt ist, oder ich**
647 **nicht konkret angesprochen habe- für dich aber von Bedeutung wäre? #01:23:04-157#**

648 B4: Du hast soweit eh alles gut abgedeckt, glaube ich. Ich war ja auch so ausschweifend dann (...)
649 Aber es kam jetzt auch wieder komplett klar raus, dass ich das wieder neu betrachten und mit
650 umgehen muss (...) #01:23:33-158#