

Martin Reinhardt

Coaching & Training

Was sind Systemaufstellungen?

Systemaufstellungen können sowohl in Gruppen als auch in der Einzelberatung durchgeführt werden. Sie eignen sich insbesondere für die Visualisierung von Beziehungskonstellationen in Familien und Paarbeziehungen bzw. Unternehmen und Teams. Über die Visualisierung wird das Erleben des Klienten konkret erfahrbar, was die Arbeit am Anliegen des Klienten unterstützt.

In der Gruppe wird die Frage oder Problemstellung des Klienten von ihm mithilfe von Repräsentanten (Personen), die für die einzelnen „Elemente“ im System stehen, im Raum aufgestellt. In der Einzelberatung werden als Ersatz für Personen sog. Bodenanker (Gegenstände aus dem Raum wie Kissen, Stühle usw.) oder kleine Figuren, die auf einem Brett aufgestellt werden, eingesetzt.

Es besteht die Möglichkeit, neben menschlichen Beziehungssystemen auch innerpsychische Systeme (Innere Teams) aufzustellen.

Vor der eigentlichen Aufstellung befragt der Aufstellungsleiter den Klienten bzgl. seines Anliegens. Berater und Klient besprechen dann, welche Elemente zum ausgewählten System gehören. Anschließend erfolgt die Auswahl der jeweiligen Repräsentanten. Nach der Aufstellung der Repräsentanten durch den Klienten überprüft dieser das Bild noch einmal. Der Klient hat nun die Möglichkeit, sein Problem aus einem anderen Blickwinkel – von außen – zu betrachten.

Bei Aufstellungen in der Gruppe nehmen die Repräsentanten an ihrem Platz im System verschiedene körperliche und emotionale Empfindungen wahr, die vom Leiter anhand von Befragungen nach Unterschieden zum Befinden vor der Aufstellung herausgestellt werden. Diese Empfindungen nennen sich „repräsentative Wahrnehmung“ und stellen ein charakteristisches Phänomen der Aufstellungsarbeit dar.

Bei Aufstellungen in der Einzelberatung nimmt der Klient die Positionen der durch Bodenanker bzw. Figuren symbolisierten Systemelemente nacheinander ein. Der Klient erlebt, wie unterschiedlich sich die verschiedenen Positionen im System anfühlen.

Innerhalb der Aufstellungsarbeit soll ein Prozess angeregt werden, der neben neuen Sichtweisen dem Klienten einen Weg aufzeigt, in seinem Anliegen weiterzukommen. Innerhalb des aufgestellten Systems können hierfür verschieden Lösungsvarianten durchgespielt werden.
