

Familienaufstellung - ist das was für mich?

In den vergangenen Jahren gab es einen wahrhaftigen Hype um diese neue Methode zur Lösung von Problemen. Manchen schien es wie Zauberei, erklären konnte sich kaum jemand, wieso hier die Emotionen so durchgehen ... Viele dachten, mit einer Familienaufstellung wird auf eins-zwei-drei alles wieder gut. Aber mal ehrlich: Ein Verhaltensmuster, das ich mir vielleicht in der Kindheit antrainiert und nun schon mein Leben lang mit mir herumgetragen habe, kann man nicht mit einem Schlag „wegmachen“.

Zunächst einmal: **Was passiert überhaupt bei einer Familienaufstellung?**

Wiederholungsmuster über ganze Generationen oder unangemessene Symptome ohne erkennbare Ursache machen uns oft das Leben schwer. Beim Familienstellen werden wichtige Beziehungspersonen des Aufstellenden durch Stellvertreter in den Raum gestellt. Diese haben, sobald sie aufgestellt sind, eine spürbar andere Wahrnehmung. Sie fühlen plötzlich wie die Personen, die sie vertreten, auch wenn sie diese nicht einmal kennen. Dabei kommt etwas Verborgenes ans Licht, das dem Aufstellenden Einsichten ermöglicht und Verstrickungen durch den Einfluss vergangener Schicksale auf die Gegenwart aufzeigt. Denn ganz offenbar ist unsere Seele, ohne dass wir das wissen, manchmal in ein schicksalhaftes Geschehen eines Vorfahren verwickelt und zieht dadurch ähnliche Lebenssituationen an, die oft schmerzhaft sind. In einer Aufstellung werden die Ordnungen menschlichen Zusammenlebens erkennbar in ihrem Zusammenspiel von Gesundheit und Krankheit, von Glück und Unglück, von Unschuld und Schuld und von Handeln und Nicht-Handeln. Durch Umstellungen der mitwirkenden Personen im Raum sowie Lösungssätze während der Aufstellung wird deutlich, wie das Familiensystem in eine heilende Ordnung gebracht werden kann.

Warum diese **Phänomene** der Gefühlsübertragung und des Sichtbarwerdens von Ursachen, die in der Vergangenheit liegen, passieren, wissen wir nicht wirklich. Oft wird von einem morphogenetischen Feld gesprochen, in dem Energien wirken. Was hier physikalisch, biochemisch oder energetisch abläuft, konnte bis dato noch nicht nachgewiesen werden. Dennoch funktionieren Aufstellungen.

Familienaufstellungen sind heute eine Methode, die sehr häufig in laufenden Psychotherapien oder Coachings mit eingebaut wird. Oft aber finden sie auch ohne Einbindung in einen laufenden Beratungsprozess statt. Es gibt inzwischen auch unzählige Varianten und Methoden. Wie auch immer man methodisch arbeitet, aus meiner Erfahrung hat jede Aufstellung seine Wirkung, manchmal mehr oder weniger: Dies hängt von mehreren Faktoren ab, unter anderem auch, inwieweit sich der Klient bereits mit seinen persönlichen Themen auseinandergesetzt hat, was seine Seele zulässt, und wie weit er auch bereit ist, sich zu öffnen. Es gibt hier keine goldene Regel: Manchmal verändert sich schlagartig ganz viel, und sehr oft wirkt eine Aufstellung auch sehr subtil, kaum merklich nach. Idealerweise findet ein Vor- und ein Nachgespräch statt.

Wer kein Problem damit hat, sich in einer Gruppe mit seinem Problem zu „outen“, ist in einer **Aufstellung in der Gruppe** sehr gut aufgehoben. Wer es lieber „privater“ mag, kann auch im **Einzelsetting**, nur mit dem Aufstellungsleiter und gegebenenfalls einer Person seines Vertrauens allein, an seinem Thema arbeiten. Im Grunde gibt es keine Einschränkung: Jeder kann es machen. Es braucht lediglich einen erfahrenen Aufstellungsleiter. Es macht durchaus Sinn, zunächst einmal nur bei einer Aufstellung als Stellvertreter mit dabei zu sein. Dabei wird sehr schnell klar, ob diese Methode für einen selbst richtig ist und die „Chemie“ zum Aufstellungsleiter passt.

Am 9.10. findet in meiner Praxis wieder ein Abend mit Familienaufstellungen statt. Dieser Termin ist leider ausgebucht, aber für den nächsten **Termin am 4.12.2015** gibt es noch freie Plätze für eine eigene Aufstellung und für Stellvertreter. Eine Anmeldung ist

unbedingt erforderlich. Bei entsprechender Nachfrage kann auch ein Termin im November eingeschoben werden. Einfach nachfragen ... unter 0664 18 416 18 oder office@astrologie-familienaufstellung.at

©Mag. Gabriela Steiner