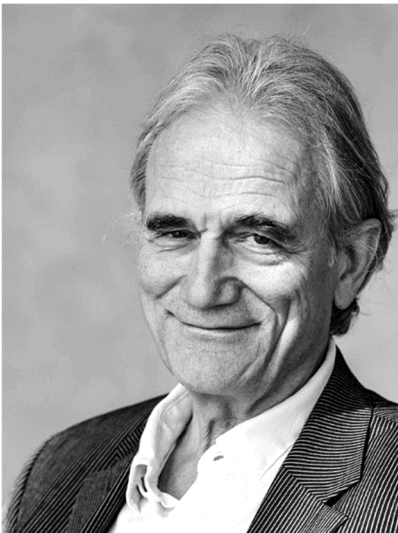




## Essenzielle Merkmale der Aufstellungsarbeit

Dr. Albrecht Mahr, Psychoanalytiker und Facharzt für Psychosomatische Medizin, sieht in der Aufstellungsarbeit ein wunderbares Instrument, um ein breites Spektrum von Leidenszuständen und deren Lösungen wirksam zu begleiten.



Mahr bildet zum Systemaufsteller aus und beschreibt zehn essenzielle Merkmale der Aufstellungsarbeit. Diese werden hier in verkürzter, leicht bearbeiteter Form wiedergegeben:

**Aufstellungsseminare dienen der Bewusstseinsentwicklung**  
Bewusstsein ist die Fähigkeit, seine Erfahrungen reflektierend zu erkennen. Diese Fähigkeit zeichnet den Menschen aus – insbesondere den reifen Erwachsenen. Die grundlegende Essenz der Aufstellungsarbeit ist, die Bewusstseinsentwicklung des Einzelnen zu fördern, in einem geschützten,

vorurteilslosen Raum und in Gegenwart einer Gruppe von Zeugen.

### **Die stellvertretende Wahrnehmung**

Systemaufstellungen bestätigen die Tatsache, dass alles Leben innig vernetzt und wechselseitig abhängig ist. Hieraus ergibt sich die zentrale Informationsquelle der stellvertretenden Wahrnehmung: Personen fungieren mit ihrer Wahrnehmung als Stellvertreter für andere Menschen, Werte, Orte oder Ressourcen, wie etwa „die Treue“, „das Parteiprogramm“, „der zu vererbende Hof“ oder „die Heimat“.

### **Körperwissen und Körperwahrnehmungen**

Die Intensität und Verlässlichkeit von Aufstellungserfahrungen ist nicht zuletzt dem Körperwissen zu verdanken, auf dem die stellvertretende Wahrnehmung beruht. So ungewohnt uns Körperwahrnehmungen als Quelle relevanten Wissens auch sein mögen, so überzeugend sind sie doch im Kontext von Aufstellungen. Körperwahrnehmungen lassen sich, ähnlich wie Gefühle, viel weniger als Gedanken absichtlich herbeiführen oder ablehnen. Sie sind eben einfach da. Wir wissen, dass der Körper mit seiner eigenen Symptomprache die Regie übernimmt, wenn wir etwas nicht fühlen oder wahrhaben wollen, und

wie sehr es sich am Ende lohnt, wenn wir dieser Sprache Beachtung schenken.

### **Aufstellungsarbeit ist ein systemisches Verfahren**

Es wird nicht eine Problemperson oder ein Symptomträger in den Blick genommen, sondern die wechselseitigen Beziehungen.

Eine Aufstellung dient also gleichermaßen allen Beteiligten des sozialen Systems, zum Beispiel dem Familienverbund, dem Betrieb, dem Verein, dem lokalen Gemeinwesen, dem Land – und nicht zuletzt der Natur. Aufstellungen gründen auf den natürlichen, universellen Werten. Hierzu gehört zum Beispiel die Gleichberechtigung aller Menschen. Aufstellungen lassen sich nicht für die Durchsetzung egoistischer Interessen oder gar als Kampfmaßnahme missbrauchen.

### **Der Fokus liegt auf Empathie, Austausch und Zusammenarbeit**

Die Aufstellungsarbeit dient dem Bedürfnis und der Möglichkeit, zur Gemeinschaft etwas Wertvolles beizutragen, das über uns hinausgeht. Die Gegenspieler wie Selbstsucht, Gier oder destruktives Machtstreben und deren Motive werden wahrgenommen, als Tatsachen anerkannt – und nicht genährt. Das kann den Beteiligten viel abverlangen.

### ***Aufstellungen sind ein Gemeinschaftswerk***

Die anwesende Gruppe hat eine wesentliche Bedeutung. Die Teilnehmer sind nicht einfach nur passive Zuschauer, sondern sie erleben und fühlen mit, nehmen Anteil in unterschiedlicher Intensität und werden zu einem unterstützenden Resonanzkörper. Sie sind vor allem Zeugen: Sie beurteilen nicht, sondern bezeugen das, was den Klienten bewegt. Es bestätigt sich immer wieder, dass in Gegenwart von Zeugen die eigenen Erfahrungen realer und verbindlicher erlebt werden – im Vergleich zu dem, was wir im stillen Kämmerlein mit uns ausmachen. Die Zeugen reisen mit und verstärken die Wirklichkeit unserer Wahrnehmungen.

### ***Moral, Gewissen und „heilige Werte“***

Ein Schwerpunkt von Aufstellungen liegt im Ausleuchten jener Bewusstseinsstrukturen, die wir Moral und Gewissen nennen. Was wir für falsch und richtig halten, wofür wir bereit sind zu kämpfen, zu sterben und womöglich zu töten, hat für uns persönlich und für unser Zusammenleben insgesamt eine überragende Bedeutung. Konfliktparteien auf der ganzen Welt folgen ihren je eigenen „heiligen Werten“ mit häufig katastrophalen Wirkungen. Die Triebkraft von Gewissensbindungen liegt vor allem in der langen Zeit der körperlichen und seelischen Abhängigkeit von der Überlebensgruppe Familie und der daher rührenden Angst, unsere Zugehörigkeit zu dieser Gruppe zu verlieren. Wachstum und Erwachsenwerden gehen einher mit der Einsicht und Erfahrung, Schritt für Schritt immer unabhängiger

von Eltern und Vorfahren zu werden und damit oftmals enge Grenzen zu überschreiten.

### ***Die phänomenologische Haltung***

Kein Thema und keine Wahrnehmung werden bevorzugt oder zurückgewiesen. Wissen und Theorie sind dabei behilflich, einen Raum zu schaffen, in dem alle Phänomene auftauchen können, ohne von vorgefassten Deutungen eingefangen zu werden. Alles, was sich zeigt, darf aus sich selbst heraus zu relevanten Einsichten führen. Die Deutungshoheit liegt beim Klienten und seinem Inneren, nicht beim Aufstellungsleiter. Das Resultat einer phänomenologischen Haltung ist ein offener Raum, in dem geduldiges Nichtwissen und wohlwollende Neugier vorherrschen.

### ***Im System verborgene Dynamiken werden sichtbar***

Die Anschaulichkeit und Genauigkeit der in Aufstellungen gewonnenen Informationen ist frappierend. Es zeigen sich die in Familien, Firmen und anderen Systemen bisher verborgenen Dynamiken häufig recht detailliert. Dies ist auch seit geraumer Zeit Gegenstand von Forschung. Es geht in Aufstellungen nicht um Glaubensfragen, sondern um die im System innewohnenden Energien und Tendenzen.

### ***Die spirituelle Ebene***

Die bewusste Wahrnehmung und Loslösung von Bindungen aus Vergangenheit und Gegenwart löst uns auch von kindlichen Ängsten und Wünschen. Wir werden wieder oder erstmals von jenem Innersten genährt, das wir das „Sein“ oder das „Göttliche“ nennen mögen:

unbegrenzt, durch nichts verursacht, einfach, leicht und liebevoll.

*Albrecht Mahr* sagt: „Spiritualität ist das Herzstück jeder Religion, jenseits aller Konfessionen, und das fundamentale Bedürfnis eines jeden Menschen. In uns selbst, in allen und in allem die grundlegende Qualität von Liebe zu erleben ist unsere stärkste Sehnsucht und unser aller Naturrecht. All unsere Entwicklung dient dieser Bewegung.“

—

Eine wesentliche Information schickt *Albrecht Mahr* noch hinteran: Aufstellungen funktionieren überall, in allen Kulturen. Die kulturellen Unterschiede liegen in einer vergleichsweise oberflächlichen Schicht, was bei respektvollem Umgang mit kulturellen Inhalten auf die Tatsache verweist, dass Aufstellungen transkulturell sind, also kulturübergreifend eingesetzt werden können. In diesem Sinn vertritt die anwesende Gruppe jeweils das größere Ganze oder sogar die gesamte Menschheit. Dies zu realisieren hat bisweilen die Wirkung, sich im eigenen Leiden und mit den eigenen begrenzten Möglichkeiten nicht mehr ganz so einzigartig und allein zu fühlen, sondern verbunden mit allen Menschen.

Vgl. Albrecht Mahr:

Essenzielle Qualitäten in Systemaufstellungen, in: Kirsten Nazarkiewicz/Peter Bourquin (Hg.): *Essenzen der Aufstellungsarbeit*, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2019, S. 60 ff.

Bearbeitung:

Armin Poggendorf, Institut für Teamdynamik, Künzell bei Fulda