

Peter Kreis

## **Wie schaffe ich einen guten Rahmen für das Familien-Stellen in Gruppen**

### ***Vorbemerkung***

*Wie bei einer Kunst, ist auch das Familien-Stellen ein komplexer Prozess, der als Ganzes mehr ist, als die Summe seiner Teile.*

*Die beruflichen Voraussetzungen, Erfahrung im Umgang mit Menschen in Krisen, das Wissen und Erkennen der meist unbewussten Muster in Familien und das Organisatorische, sind die handwerklichen Bereiche dieser Kunst und können als solche gelernt, gewusst, geübt und gekonnt werden. Der Inhalt des Familien-Stellens und das Schauen auf Verstrickung und Lösung entzieht sich aber dem methodisch Machbaren und will eher erfahren, erfüllt und wahrgenommen sein. Dies erfordert beim Therapeuten weitere Ressourcen und wird wohl am ehesten durch die wiederholte Teilnahme an Seminaren, dem Austausch und das schrittweise Hineinwachsen in diese Arbeit erreicht.*

*Dieser Beitrag beschreibt Erfahrungen mit dem Methodischen und den organisatorischen Aspekten des Familien-Stellens.*

Wer sich mit dem Gedanken trägt, selbst mit dem Stellen von Familienkonstellationen in Gruppen zu beginnen, sieht sich vielen Fragen ausgesetzt - von der Einschätzung der eigenen Voraussetzungen und dem Anspruch der „richtigen“ Durchführung bis zu den organisatorischen Notwendigkeiten. Im Folgenden werde ich eigene Erfahrungen wiedergeben, die vielleicht hilfreich sein können oder auch dazu anregen, die eigene stimmige Form leichter zu finden.

### **I. Die persönlichen und beruflichen Voraussetzungen**

- Man sollte bei einem erfahrenen Therapeuten, der nach Möglichkeit selbst bei Bert Hellinger gelernt hat, seine eigene Familie (Herkunfts- und Gegenwartssystem) gestellt haben und die Einsichten daraus umgesetzt haben, was Zeit, Mut und Geduld erfordert.
- Mit seinen eigenen Eltern und früheren Partnern im Guten verbunden sein.
- Mehrjährige psychotherapeutische bzw. klinische Erfahrungen mit Menschen in Krisensituationen haben.
- Teilnahme an mehreren, mehrtägigen Seminaren als Teilnehmender Beobachter, die von einem erfahrenen Therapeuten geleitet wurden (Stellvertreterfunktionen!).
- Bereitschaft und Möglichkeit an einer Supervisions- oder Intervisionsgruppe teilzunehmen.
- Zu Beginn nicht auf die Einnahmen der Seminare existentiell angewiesen sein.

### **II. Die Vorbereitung eines Seminars für das Familien-Stellen**

## **Die Ausschreibung**

Ein geeignetes Mittel, seine Arbeit bekannt zu machen und für ein Seminar einzuladen ist die Ausschreibung. Kurzgefasst und im Wesentlichen informativ, sollte sie vor allem *einladend für die Seele* sein. Zur Orientierung kann man sich auch von verschiedenen Therapeuten ihre Ausschreibungen zuschicken lassen.\* Der Ausschreibung ist ein Anmeldecoupon angefügt, der nach dem Eingang der Seminargebühr als Anmeldung gültig ist. Auf der Anmeldung kann man sich für eine Familien-Aufstellung anmelden oder aber als Teilnehmender Beobachter (wichtig für die Berechnung des Zeitrahmens).

Nach erfolgter Anmeldung bestätigen wir den Eingang der Seminargebühr und die Anmeldung schriftlich, legen bei Bedarf, den man auf dem Coupon ankreuzen kann, einen Anfahrtsplan und ein Unterkunftsverzeichnis der Region bei. Mittlerweile erfolgt dies meist porto- und zeitsparend per Email. Am Ende des Seminars erhält jeder Teilnehmer eine Bescheinigung, aus der auch der entrichtete Seminarpreis hervorgeht.

Zum Beginn meiner Arbeit mit Aufstellungen hat es sich ergeben, dass eine befreundete Therapeutin im Jahr 1995 einen unverbindlichen Informationsabend zum Thema „Bert Hellinger und das Familien-Stellen“ organisiert hat und mich dazu eingeladen hatte. Nach einem Einführungsreferat konnten die zahlreichen Interessierten noch ausgiebig Fragen stellen. Viele hatten schon etwas von oder über das Familien-Stellen gehört, wussten aber noch nichts genaueres, so dass ihnen dieser Info-Abend sehr gelegen kam. Die Resonanz war groß und in den ersten Seminaren waren häufig auch Teilnehmer dieses Info-Abends.

## **Der Zeitrahmen und die Teilnehmerzahl**

Bis vor drei Jahren fanden meine Seminare von Freitagmittag bis Sonntagmittag in dem Saal eines evangelischen Gemeindehauses statt. In diesem Zeitrahmen von ca. 15 Stunden waren dann 15 - 18 Aufstellungen möglich, so dass sich inklusive einiger Teilnehmender Beobachter eine Gruppengröße von 20 - 25 Personen ergab. Mittlerweile bin ich mit meinen Praxisräumen umgezogen und habe darin auch einen Seminarraum von ca. 70 qm zur Verfügung, arbeite sonntags in der Regel nicht mehr und nehme für Freitagnachmittag und Samstag deshalb nur max. neun Aufstellungsinteressierte an und bis zu fünf teilnehmende Beobachter.

Bei der heutigen Gesamt-Seminarzeit von ca. 10 Stunden (ohne die großen Pausen), rechne ich pro Aufstellung ca. 40 Min. und für Fragen und Pausenabschlag 20 Min. Diese 60 Minuten ergeben, geteilt durch die Seminarzeit, max. neun Aufstellungen. Am Anfang lieber weniger Aufstellungen planen, da der Zeitbedarf erfahrungsgemäß größer ist.

## **Der Seminarort**

Kleine Säle, z.B. von kirchlichen Gemeindehäusern, kommunalen Begegnungszentren oder Firmen, eignen sich gut für das Familien-Stellen. Die Teilnehmer sollten in der Pause Gelegenheit haben, den Therapieraum zu verlassen, was einen genügend großen Foyer- oder Außenbereich erforderlich macht.

\*Liste ist erhältlich bei der „Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen“ (DGfS).

Meine erste Gruppe fand 1995 auf einer Schwarzwaldhütte statt, die zweite in einem kleinen Theater und es ging auch. Bis vor drei Jahren waren wir, wie schon erwähnt,

in einem großen Gemeindehaus in ländlicher Umgebung, was von den äußeren Bedingungen für große Gruppen ideal war. Der Seminarraum in der eigenen Praxis mit Teeküche und Foyer, ist die Erfüllung eines langgehegten Wunsches nach 15 Jahren Aufstellungsarbeit mit Gruppen, und ich genieße es.

### **Pausenverpflegung und Büchertisch**

Nach etwa 1 ½ Stunden Aufstellungsarbeit ist in der Regel eine Pause von 20 Minuten nötig und der bereitgestellte Pausenimbiss wird immer gerne und dankbar angenommen.

Aus eigener Erfahrung und aus Rückmeldungen von Teilnehmern weiß ich, dass gerade die Versorgung in den Pausen ein wichtiges atmosphärisches und wohltuendes Element darstellt, das die oft tiefbewegende Arbeit in der Gruppe gut umrahmt.

Mit dem Bereitstellen eines Büchertisches während des Seminars haben wir gute Erfahrungen gemacht und die Verlage sind in der Regel auch bereit, für Präsentation und Verkauf ihrer Bücher einen kleinen Rabatt für den Veranstalter einzuräumen. Die Teilnehmer haben so während des Seminars Gelegenheit, sich mit den ausgestellten Büchern, CDs und DVDs vertraut zu machen.

Für das Zubereiten der Pausenverpflegung und den Verkauf am Büchertisch hatte ich bei den größeren Gruppen im Gemeindehaus immer eine Hilfe engagiert, was ich anfangs auch bei den Seminaren in der Praxis so weiterführte. Eines Tages nun, als die Seminarhilfe sehr kurzfristig absagen musste und kein Ersatz mehr zu bekommen war, machte ich eine neue Erfahrung. Die Seminarteilnehmer organisierten sich überraschend schnell selbst, kochten Kaffee und Tee, bestrichen die Brezeln mit Butter usw.. Die manchmal etwas bedrückende Fremdheit in der Phase des Eintreffens der Teilnehmer, war einem heiteren Miteinander in der Küche gewichen und erleichterte das erste Kennenlernen.

Seither versorgen sich die Teilnehmer in der Teeküche selbst und die guten Erfahrungen vom ersten Mal wiederholen sich.

### **Die Preise**

Als Anhaltspunkt für eine mögliche Seminargebühr habe ich die Ausschreibungen mehrerer Therapeuten der DGfS verglichen und folgenden Mittelwert errechnet. Pro Teilnehmer und Stunde werden im Schnitt ca. 22.- Euro erhoben, was bei einer Seminardauer von 10 Stunden (Mittagspause nicht gerechnet) eine Teilnahmegebühr von 220.- Euro ausmacht. Dabei sind keine Kosten für Unterkunft und Verpflegung enthalten, außer den Getränken und dem Pausenimbiss.

Die meisten Therapeuten gewähren auf Anfrage für Paare oder bei mehreren Teilnehmern aus einer Familie einen Preisnachlass. Studenten, Arbeitslose und Menschen mit geringem Einkommen, können wir ebenfalls einen Nachlass und / oder eine Ratenzahlung auf Anfrage anbieten. Wichtig dabei ist mir, dass der Betreffende nach der Ermäßigung fragt und nicht nur Andeutungen über seine schwierige finanzielle Situation macht.

Bei der Höhe der Seminargebühr unterscheide ich zwischen Klienten, die ihre Familie aufstellen möchten und Teilnehmenden Beobachter, wobei die TB im Schnitt ca. 25% weniger bezahlen als die Aufsteller.

Die Aufnahme einer sog. Rücktrittsvereinbarung in die Ausschreibung hat sich in den Jahren als sinnvoll erwiesen. Wer bis zu 14 Tagen vor Seminarbeginn absagt, zahlt eine Stornogebühr von 15%, außer er sorgt für einen Ersatzteilnehmer.

### **Besondere Hinweise**

Manche Therapeuten fügen in der Ausschreibung einen Hinweis an, dass dieses Seminar keine ärztliche oder psychotherapeutische Behandlung ersetzt, auf eigene Verantwortung besucht wird und eine Teilnahme von stationären Patienten nur in Rücksprache oder in Begleitung ihres Therapeuten möglich ist.

### **Männermangel**

Nicht nur mir ging es manchmal so, dass sich für ein Seminar deutlich mehr Frauen als Männer angemeldet haben. Nun sind aber Väter, Brüder, Ehemänner, Großväter und Onkels in der Regel am besten durch Männer darstellbar, so dass ich schon öfter auf Freunde oder interessierte Kollegen zurückgegriffen habe, die dann als Gäste eingeladen waren.

Eine relative Ausgeglichenheit zwischen Männern und Frauen hat meiner Ansicht nach auch einen positiven atmosphärischen Effekt.

Gunthard Weber erzählte mir einmal zum Thema Männermangel, dass er es schon in einer Ausnahmesituation mit ausschließlich weiblichen Seminarteilnehmerinnen erlebt hätte, dass auch Frauen Männer dargestellt haben und sich gut einfühlend konnten! *„Die Seele richtet sich nach dem, was möglich ist und macht das Beste daraus“* (Bert Hellinger).

Das kann ich aus der Erfahrung vieler Seminare unterstreichen und mittlerweile stehe ich diesem Thema viel entspannter gegenüber. Dass bei Männerüberschuss auch Frauenpositionen von Männern dargestellt werden, geht genauso, kommt aber seltener vor.

Überhaupt zeigt sich das Familien-Stellen und die dabei entstehende Dynamik als eher robust und relativ unempfindlich gegenüber Störungen wie Handyklingeln, zu spät kommen von Teilnehmern oder auch gegengeschlechtlicher Vertretung von Positionen.

## **III. Die Durchführung (methodisch)**

### **Begrüßung und Vorstellung**

Zum Beginn und am Schluss eines Seminars sind bei mir die Stühle im Seminarraum im Kreis aufgestellt, bei der Aufstellung selbst im Halbkreis.

Nach Begrüßung der Gruppe bitte ich die Einzelnen sich kurz vorzustellen aber in einer vorgegebenen, auf vier Aussagen beschränkten Form:

- den Vornamen, (die Teilnehmer erlauben sich gegenseitig und mir, sich für die Dauer des Seminars mit „Du“ anzusprechen, da eine Aufstellung im „Sie-Modus“ befremdlich wäre. Außerdem bleibt so der Nachname geschützt).
- die Tätigkeit, was jemand so macht in der Welt,
- den Familienstand
- und was für den Betreffenden eine gute Lösung wäre – am Ende des Seminars.

Dabei ist es wichtig, keine Problemschilderungen zuzulassen, sondern auf die erhoffte Lösung zu verweisen. Ansonsten nimmt keiner zu dem Gesagten Stellung. Diese kurze Vorstellung hat mehrere Aspekte. Zum einen sammelt sie den Einzelnen und die Gruppe und lässt ihn auch „ankommen“, zum anderen teilt man etwas Wichtiges, aber nicht gleich zu Persönliches von sich mit.

### **Die Eingangsgeschichte**

Mittlerweile sind auch die Verspäteten eingetroffen, haben sich vorgestellt und ihren Platz bzw. vorerst den für sie bereitgestellten Stuhl gefunden. Die Anzahl der Stühle sollte der Anzahl der angemeldeten Teilnehmern genau entsprechen plus einem Stuhl, auf dem die Teilnehmer bei mir vorne zur Vorbesprechung Platz nehmen können.

Die Eingangsgeschichte vertieft die Sammlung und führt auf das Kommende hin. Eine Geschichte von Bert Hellinger, die ich gerne an den Anfang stelle ist: „Die Erkenntnis“. *Jemand will es endlich wissen, er schwingt sich auf sein Fahrrad und fährt hinaus in die offene Landschaft .....*

### **Wer fängt an?**

Eine häufige Erfahrung am Beginn der eigentlichen Aufstellungsarbeit ist, dass vorerst große Zurückhaltung herrscht und keiner den Anfang machen möchte. Manchmal meldet sich dann einer, der „es hinter sich bringen möchte“ oder für die anderen das „Eis brechen“ möchte. Die für eine Aufstellung nötige Sammlung und der Ernst geraten dabei leicht ins Hintertreffen. Bei dem der Aufstellung vorangestellten Kurzinterview wird dies meist deutlich und ich stelle dann diese Aufstellung in Absprache mit dem Teilnehmer noch etwas zurück und nehme vorerst einen anderen, bei dem mehr gesammelte Energie wahrnehmbar ist.

### **Das Kurzinterview**

Die Gruppe sitzt mittlerweile im Halbkreis und ein leerer Stuhl steht neben mir und wer dann arbeiten möchte, nimmt diesen Platz für das Kurzinterview ein. Dabei geht es darum, in einen guten Kontakt mit dem Teilnehmer zu kommen und sein Anliegen zu verstehen. Die relevanten Fragen für das System des Klienten, setze ich hier als bekannt voraus. Die Entscheidung, ob das Gegenwartssystem oder die Herkunftsfamilie aufzustellen ist und wer aus der Familie für die Aufstellung gebraucht wird, liegt im Schwerpunkt beim Aufstellungsleiter.

### **Das Auswählen der Stellvertreter**

Während der erste Teilnehmer die Stellvertreter auswählt und dabei nicht auf Ähnlichkeiten achten sollte, sondern nur auf das entsprechende Geschlecht (zügig auswählen!), gebe ich einige Hinweise für diesen „Liebes-Dienst“ der Stellvertreter und den der auswählt. Z.B. sollten die Stellvertreter nicht herbeordert werden, sondern von der inneren Haltung dessen, der auswählt, ist es mehr eine Frage und Bitte, auch wenn sie nur in einer Geste angedeutet wird. Gesprochen wird während des Auswählens in der Regel nicht.

Hinweise für die Stellvertreter: Du übernimmst einen Dienst für den anderen und stellst Dich für ein Dir fremdes System zur Verfügung. Man geht hinein, fühlt, wie es einem an dem gestellten Platz geht (vor allem ist das Körpergefühl maßgeblich und nicht die Gedanken!), verlässt am Ende wieder diesen Dienst und verzichtet auf Bezugsphantasien wie z.B. „Warum wurde gerade ich für diese oder jene Person ausgewählt? Was hat das mit mir zu tun?“.

Beim Auswählen der Stellvertreter ist es unerheblich, wer zuerst gewählt wird oder am Schluss. Der besseren Übersicht halber, stelle ich die ausgewählten Stellvertreter zuerst in eine Reihe, entsprechend der Ursprungsordnung: Vater, links davon die Mutter, dann 1. Kind, 2. Kind 3. Kind etc.. So kann man sich auch die dargestellten Personen besser merken.

### **Die Sammlung vor dem Stellen**

Für den der aufstellt, wird es jetzt ernst und in diesem Moment ist es wichtig, dass er sich von vorher ausgedachten Bildern frei macht und nochmals kurz in die Sammlung geht. Ein inneres Bild wird oft erstmalig im Äußeren sichtbar! Man kann dem, der aufstellt, noch sagen, dass er sich jetzt auf seine innere Führung und sein Gefühl verlassen kann und dass das richtige Bild beim Aufstellen selbst entsteht, ohne dass er sich besonders darum bemühen muss.

*Wenn ich im Bild des Rahmens bleibe, sind wir jetzt am Übergang vom Rahmen zum Bild gelangt und jetzt wird für den Aufstellungsleiter seine Empathie, das sich einlassen können, seine Resonanzfähigkeit und ein Gespür für das wirklich Bedeutsame im System, unerlässlich. Jetzt beginnt die „Kunst“ und der Therapeut ist dabei, soweit ihm dies möglich ist, ohne Angst und ohne Absicht – vor allem ohne die Absicht, dem Klienten helfen zu wollen und eine gute Lösung für sein Anliegen zu finden. Was sich in einer Aufstellung oft zeigt, sind Aspekte einer sonst verborgenen Wirklichkeit, die sowohl Verstrickung als auch Lösung zeigen können.*

Für diesen Beitrag ist an dieser Stelle die Grenze des Methodischen erreicht und ich verweise auf Bücher, Videobänder und DVDs von Bert Hellinger, Gunthard Weber und mittlerweile vielen anderen, die hier weiterführen. Beim Carl-Auer-Systeme-Verlag in Heidelberg wird man diesbezüglich fündig.

### **Ende, Schlussrunde (?) und Abschied**

In Bezug auf den Rahmen steigen wir wieder am Ende einer Aufstellung ein. Derjenige, der aufgestellt hat, bedankt und entlässt die Stellvertreter aus Ihren Positionen. Dazu nimmt er z.B. den Stellvertreter, die Stellvertreterin an beiden Händen, schaut ihm/ihr in die Augen und sagt: Danke - und dann den wirklichen Vornamen des Stellvertreters, der Stellvertreterin. Erstens ist dieser Dank angebracht und zweitens hilft er Stellvertretern wieder in ihre eigene Identität zurück. Sollte jemand der Stellvertreter in der dargestellten Vertretung verhaftet bleiben, hilft meist eine kurze Focusverschiebung, indem ich z.B. frage, wann sein letzter Urlaub zu Ende war oder welche Augenfarbe sein Nachbar hat. Von der inneren Haltung her ist es eine Form der Abstinenz, sich nicht länger, als für die Aufstellung nötig an anderen Dynamiken zu haften.

Wenn alle, die sich für eine Aufstellung angemeldet hatten auch dran waren, schließt sich der Halbkreis wieder zum Kreis wie am Beginn des Seminars. Jetzt hat jeder noch einmal Gelegenheit kurz auszusprechen, was ihm hier wichtig war, was er hier lässt und was er mitnimmt. In der letzten Zeit verzichte ich auch öfter auf die Schlussrunde wenn ich den Eindruck habe, dass dieses schnelle Resümieren den Prozess der sich entwickelnden Einsicht stören könnte. Da verlass ich mich auf mein Gefühl.

Eine Schlussgeschichte, z.B. „Das Rasthaus“, oder „Das Fest“ können die Seminartage in guter Weise abrunden. Eine weitere Möglichkeit, für ein Seminar den gemeinsamen Abschluss zu finden ist der Kreis im Stehen, wir rücken zusammen und jeder der will, macht eine leichte Verneigung zur Mitte hin, was uns noch mal eint und gleichzeitig entlässt.

### **Nachsatz**

*Das Stellen von Familien verlangt keinen perfekten Therapeuten im Sinne von hundert Prozent. Sechzig sind genug und „Fehler“, die man mit offenem Herzen macht, korrigieren sie sich durch die Wirkung oft selbst.*