

# Inhalt

**Zum Geleit ... 9**

**Dank ... 10**

**Vorwort ... 11**

**Einleitung ... 13**

## I Zur Theorie ... 15

**Entwicklung der Aufstellungen ... 16**

**Was ist eine Aufstellung? ... 20**

**Aufstellungen in der Einzelsitzung oder in der Gruppe? ... 23**

Vorteile von Aufstellungen in Gruppen  
und in der Einzelsitzung ... 24

Aufstellungen in der Einzeltherapie ... 25

**Das Setting ... 27**

Zeitraumen ... 27

Raum, Ausstattung und Hilfsmittel ... 28

Fortlaufende Einzeltherapie und Aufstellung ... 29

Abstände zwischen den Sitzungen ... 30

Weitere Aufstellungen ... 32

**Techniken der Aufstellung in der Einzelsitzung ... 34**

Aufstellung mit Bodenankern: Blätter, Schablonen,  
Filzstücke ... 35

Exkurs: Morphisches Feld ... 36

Wie bekommen wir die Informationen über  
die anderen Personen? ... 38  
Aufstellung in der Imagination ... 40  
Aufstellung mit Figuren ... 43

### **Symptome, Gefühle und innere Bewegungen ... 47**

Hinbewegung, Wegbewegung – Primäre, sekundäre,  
übernommene Gefühle und Meta-Gefühle ... 47  
Symptome sind richtig ... 49  
Primäre Gefühle und innere Hinbewegung ... 50  
Sekundäre Gefühle, innere Wegbewegung und  
„unterbrochene Hinbewegung“ ... 51  
Wie kann man sekundäre Gefühle  
im therapeutischen Prozess erkennen? ... 54  
Aus dem System übernommene Muster:  
Gefühle, Handlungen, Gedanken ... 57  
Wie können wir erkennen, dass der Klient  
etwas aus dem System übernimmt? ... 57  
Widerstrebende Bewegungen ... 60  
Meta-Gefühle ... 61

### **Körper und Atmung ... 62**

Lernen ... 63  
Was passiert, wenn Sie tief ausatmen? ... 65  
Körperliche Spannung und Übungen zur Entspannung ... 67  
Körperwahrnehmung und Aufstellung ... 70  
*Eine kleine Übung zur Körperwahrnehmung ... 71*

### **Was hilft? ... 72**

Erklärungen ... 73  
Vorschläge ... 74  
Vagheit ... 75  
Fragen, Fragen, Fragen ... 77  
Sprache ... 78  
Körper ... 79

### **Kontraindikationen und Störungen ... 81**

Gründe, die Aufstellung zu unterbrechen  
oder abubrechen ... 81

Prüfen ...	81
Therapeutische Begleitung ...	82
Beziehung des Klienten zum Therapeuten ...	83
Gegenübertragung als Hinweis ...	85
Exkurs: Gegenübertragung ...	86
Konkret bleiben ...	88
Körperliche Reaktionen ...	89
Hyperventilation und Panikatemung ...	90
„Widerstand“ ...	90
„Langsame“ Klienten ...	91
Der Klient reagiert nicht mehr ...	92
Vorbeugen ...	94
Durchgehen ...	95
Abbrechen oder nicht? ...	95

## **II Zur Praxis ... 99**

<b>Einzelaufstellung in der Praxis ...</b>	<b>100</b>
„Warming up“ ...	100
Beschreibung der Symptomatik und Klärung des Anliegens ...	101
Notizen und Aufzeichnungen ...	102
Anliegen ...	104
Entwurf einer guten Zukunft ...	105
Symptome, Probleme, Fragen ...	109
Wie ist das Symptom zu verstehen? ...	110
Zwei Ebenen von Interventionen ...	112
Was kann der Klient tun, damit das Symptom aufhört, und was soll dann stattdessen sein? ...	112
Symptome als Hinweise ...	113
<b>Familienanamnese und biographische Anamnese ...</b>	<b>117</b>
Exkurs: Erster Eindruck und atmosphärische Wahrnehmung ...	118
Biographische Anamnese, Lebensgeschichte und Lebenskontext des Klienten ...	119
Familienanamnese ...	121
Wer gehört zum System? ...	122

Besonderheiten in der eigenen oder der Familiengeschichte ...	124
Ressourcen des Klienten und des Systems ...	125

### **Aufstellung ... 126**

Aufstellung mit Blättern ...	127
Aufstellung in der Imagination ...	129
„Störungen“ ...	131
Unbekannte Familienmitglieder ...	134
Vorschläge ...	140
Verneigen und Zustimmung ...	141
<i>Eine kleine Übung für den Therapeuten ...</i>	<i>147</i>
Sätze ...	147
Wie finden wir die richtigen Sätze? ...	148

### **Lösungsbild ... 151**

Wie entwickeln sich die Bilder weiter? ...	152
Die Wirklichkeit der Lösungsbilder ...	154

### **Übungen und Hausaufgaben ... 159**

Veränderung und Übung ...	159
Muster ...	160
Inhalt der Übungsaufgaben ...	161
Wahrnehmung des eigenen Körpers und des körperlichen Befindens ...	162
Beobachtung von Verhalten und inneren Abläufen ...	163
Entwicklung von Alternativen ...	163
Experimentieren mit den Alternativen ...	165
Wie auswählen, entwerfen und überprüfen? ...	165
Erste kleine Übungsaufgaben ...	166
Übungen im Therapieverlauf ...	166
Aufgaben nach Aufstellungen ...	167

### **Übungen und Fragen für den Therapeuten ... 169**

### **Literatur ... 171**

### **Über die Autorin ... 176**