



Foto: © Christophe Fouquin - Fotolia.com

## Archaisches Wissen für den modernen Menschen

### Lösungen durch systemische Aufstellungsarbeit

Text: Silvia P. Brejcha

Die lange Geschichte der systemischen Arbeit wurzelt in schamanischen Heilpraktiken. Aufstellungen, eine modernere Version des Verfahrens, wurden von Bert Hellinger begründet. Der gelehrte Philosoph, Theologe und Pädagoge hat lange Jahre bei den Zulus in Südafrika gelebt und war beeindruckt, mit welchem Respekt und welcher tiefer Achtung dort mit Ahnen, Eltern und Stammesführern umgegangen wird.

#### Die Ganzheit der Familie

Schamanische Heilmethoden binden stets die ganze Familie oder Sippe ein. Anders als in der westlichen Welt wird der Mensch nicht als separates Individuum betrachtet: Er ist vielmehr Teil eines komplexen Systems, dessen einzelne Teile interagieren und im Dienste des Systems stehen. Sind die Verbindungen innerhalb des Systems in Ordnung, kann die Energie frei fließen und die Mitglieder nähren und stärken. Werden die Verbindungen unterbrochen, verliert er staut sich die Energie und das System gerät aus dem Gleichgewicht. Grundsätzlich hat jedes System die Fähigkeit, sich selbst zu regulieren und das Problem auf seine Art zu kompensieren. Doch oft spürt der Betroffene dadurch eine Belastung und weiß nicht, woher sie kommt.

Nicht jedes unserer Gefühle ist also ursächlich unser eigenes. Oft übertragen sich bei schweren Traumatisierungen die Gefühle Betroffener auf nahe stehende Menschen oder deren Nachkommen. So verteilt sich – auf völlig unbewusste Weise – die Last.

Wenn an diesem Punkt nicht genau hinterfragt wird und die familiensystemischen Zusammenhänge außer Acht gelassen werden, wird die Therapie nicht erfolgreich sein.

#### Die Arbeit von Bert Hellinger

Bert Hellinger hat aufgrund dieser Erkenntnisse die Dynamiken in Familien erforscht und seine Form der Aufstellungs- und Lösungsarbeit entwickelt.



Foto: www.sysstini

Trotz anfänglicher Skepsis und vieler Diskussionen ist sein Ansatz mittlerweile ein unverzichtbarer Bestandteil wirksamer Problemlösungen. Im Gegensatz zu Psychoanalytikern konnte Hellinger unglaublich schnell erhebliche Erfolge erzielen. Denn anstatt wöchentlich zwei bis drei Sitzungen über Jahre hinweg genügte eine einzige Aufstellung, um Erstarrtes in Bewegung zu bringen und Blockaden aufzulösen.

Hellingers Schüler haben weitere Aufstellungsstile entwickelt. Aber auch er selbst hat seine Arbeit mit immer klarerem und schärferem Blick auf das Wesentliche verdichtet. Diese Weiterentwicklungen nennen sich „*Bewegung der Seele*“ und „*Bewegungen des Geistes*“:

Alles steht mit etwas Größerem in Verbindung. Menschen, Pflanzen, Tiere, Wasser, Steine, Luft, Erde – alles ist von diesem Geist durchdrungen und bewegt, auch und gerade die Seele.

## Die Vorgangsweise

Bei der Aufstellung kann sich durch die Zurückhaltung des Leiters und das geduldige Verfolgen des Geschehens eine Lösung entfalten, die der Seele des Ratsuchenden entspricht. Gefragt sind hier die Qualifikation, der Mut und die Erfahrung des Aufstellungsleiters und die Fähigkeit bzw. Bereitschaft der aufgestellten Personen, sich dem Prozess zu überlassen. Tiefe Persönlichkeitsschichten kommen an die Oberfläche, die überraschen und betreffen machen. Der Verstand und unser Ego haben damit gelegentlich ihre liebe Not: Oft erschüttert die sich offenbarende Wahrheit vertraute Haltungen und Vorstellungen über uns selbst und unsere Beziehungen.



## Schrittweise Blockaden auflösen

Anfangs erwartete man häufig von einer einzigen Aufstellung die komplette Lösung des Problems und einen sofortigen durchschlagenden Effekt im Leben der Betroffenen. Und oft gelang genau dies. Mit der Zeit und wachsender Erfahrung wurde jedoch klar, dass der Einfluss des Systems und besonders der traumatischen Ereignisse innerhalb einer Familie sehr vielschichtig ist. Daher bedarf es oft mehrerer Aufstellungen, um die Themen zu verstehen, die eine Person mit dem Familiensystem verbinden, um das Problem Schicht für Schicht freizulegen und zu beleuchten und auf diese Weise die Blockaden aufzulösen.

## Die Macht der Gewohnheiten

Aus gewohnten Verhaltensmustern und Rollen auszusteigen, gelingt KlientInnen unterschiedlich schnell und gut. Ausschlaggebend dafür ist die Persönlichkeit und die Überwindung der Angst, aus dem System zu fallen und damit Zuwendung, Zugehörigkeit sowie die Sicherheit einer vertrauten Rolle zu verlieren.

Parallel zur Aufstellung in der Gruppe mit entsprechend vielen Personen haben sich sehr nützliche Techniken der systemischen Einzelarbeit entwickelt. Mit ihrer Hilfe lassen sich die Themen auch im Rahmen einer Einzelsitzung ansprechen und auflösen. In idealer Weise ergänzen sie die Aufstellungen: So haben KlientInnen

die Möglichkeit, die in der Gruppe erarbeitete Lösung zu verinnerlichen und die einzelnen Schichten des Themas im Detail zu betrachten.

## Kinesiologie und Aufstellungsarbeit

Insbesondere die Kombination von kinesiologischen Testmethoden mit systemischen Aufstellungen und Entkopplungstechniken ist sehr effektiv und schnell wirksam. Sie trägt zum punktgenauen Erfassen der einzelnen Personen bei, die mit dem Problem des Betroffenen zusammenhängen. Durch systemische MFT (Mentalfeld-Technik) und systemische QCT (Quanten-Bewusstseins-Transformation) wird der Prozess beschleunigt und vertieft. Mit Leichtigkeit lassen sich so befreiende Lösungen erreichen.

## Ihre Chance:

Wer diese Art der Arbeit lernen möchte, hat im Rahmen der Fortbildung für systemische Interventionstechniken Gelegenheit dazu. Wir, die Leiter der Ausbildung, Willi Mathis und Silvia P. Brejcha, verfügen über rund zwanzig Jahre Erfahrung mit Aufstellungen und deren praktischer Anwendung sowohl in Seminaren für Gruppen als auch in der Einzelarbeit mit KlientInnen in eigener Praxis. Wir haben sowohl bei Bert Hellinger selbst, als auch bei Schülern von ihm gelernt und durch die langjährige eigene Erfahrung unsere eigenen Zugang und Stil entwickelt. Wir sind daher in der Lage, tiefgehende Prozesse sicher und kundig zu begleiten.

Der Blick fürs Wesentliche erlaubt es uns, Zusammenhänge rasch zu erkennen und die entsprechenden Interventionen aus einem breiten, teils selbst entwickelten Methodenspektrum auszuwählen.

## Ihr persönlicher Gewinn:

Die Teilnehmer, gewinnen durch die Ausbildung tiefen Einblick in die Dynamik seelischer Verstrickungen. Grundlage dafür ist die Weiterentwicklung ihrer eigenen Persönlichkeit während der Ausbildung. Dabei schulen sie ihre Wahrnehmung und erlernen die richtige innere Haltung für die Begleitung dieser Prozesse. Sie bekommen wertvolle methodische Werkzeuge

in die Hand und wissen am Ende, worauf es bei der Entwicklung von Lösungen für ihre KlientInnen ankommt.

Nähere Informationen zur Ausbildung auf:  
[www.systemischescoaching.at](http://www.systemischescoaching.at)



### Silvia P. Brejcha

Trainerin für Inner Voice System, MFT, QCT und Kinesiologin, systemische Aufstellungsleiterin

Praxis für systemisches Coaching

### Kontakt:

1190 Wien, Boschstraße 41/4/14  
Tel.: 0664 461 49 60

[silvia.brejcha@systemischescoaching.at](mailto:silvia.brejcha@systemischescoaching.at)  
[www.systemischescoaching.at](http://www.systemischescoaching.at)

in Zusammenarbeit mit **Willi Mathis:**  
Lebens- und Sozialberater,  
systemischer Aufstellungsleiter, Kinesiologe  
und Sozialpädagoge

*„Frieden heißt: es darf  
gewesen sein;  
Abschied heißt: es war.“*

Bert Hellinger

Quelle: [www.hellinger.com](http://www.hellinger.com)