

KURZER PROZESS

Therapeutische Arbeit mit dem Familienbrett

copyright 2006 Elke Sengmüller

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Einleitung	3
1. Die Familienbrettfiguren	3
2. Das Familienbrett	5
4. Wem kann Aufstellungsarbeit auf dem Brett angeboten werden?	6
5. Die drei theoretischen Zugänge für die Familienbrettaufstellungen	7
5.1. Zur Zirkularität	7
5.2. Erfahrbarmachung über andere Wahrnehmungskanäle - Trance	8
5.3. Aufstellungen	9
6. In welchem Setting kann man das Familienbrett anwenden?	11
6.1. Einzelpersonen	11
6.2. Paare	11
6.3. Familien	12
6.4. Gruppen	13
7. Worauf kann man bei der Aufstellung schauen?	13
8. Aufstellung - Prozess - Lösungsbild	14
9. Ziele	15
10. Wann kann man das Familienbrett in der Therapie anwenden?	16
11. Einige Interventionsmöglichkeiten	18
12. Schlussbemerkung	19
Anhang	
13. Strukturaufstellungen auf dem Systembrett	19
14. DIE IDEE - DER WEG	23

"Kurzer Prozeß": Therapeutische Arbeit mit dem Familienbrett

Einer genialen Idee von Kurt Ludewig verdanken wir das Familienbrett. Kurt Ludewig und seine Assistenten haben es auf das Ziel hin konzipiert, systemorientierten Praktikern und Forschern der Familientherapie und -theorie ein Hilfsmittel zur Verfügung zu stellen, mit dem sich die Vielfalt der familiären Prozesse auf eine leicht mittelbare Beschreibungsform sinnvoll reduzieren läßt.

Kurt Ludewig beschreibt das folgendermaßen:

"Das Familienbrett ist ein Kommunikationsmittel - gewissermaßen eine Sprache - und dient der Metakommunikation vorallem über Beziehungen. Es entspricht den bildhaft dargestellten Antworten des zirkulären Fragens: Familienkonstellationen können von den Beteiligten - Therapeuten und Kunden - analog zum Schach - auf einem Brett variiert werden. Die Brettdarstellungen werden als spontane Beschreibung aufgefaßt, die dann kommunikativ brauchbar sind, wenn sie koordiniertes Handeln auf der Basis nützlicher, das heißt weiterführender Erklärung bewirken."

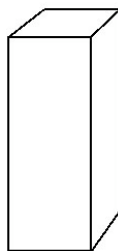
(aus Kurt Ludewig, Ulrich Wilken "Das Familienbrett", Hogrefe 2000)

Die Anwendung des Familienbrettes und der Familienbrettfiguren ist ein praktisches Werkzeug, das vielfältig und auch in verschiedenen Therapiemethoden einsetzbar ist. Von einem systemisch denkenden Menschen konzipiert, kommt es natürlich in erster Linie den systemisch denkenden Therapeutinnen entgegen. Hat man sich damit erst einmal vertraut gemacht und Gefallen daran gefunden und erlaubt man sich auch noch die Lust am Spielerischen, ist es bei den verschiedensten Zielen, die man in der Therapie erreichen will, als Unterstützung sehr hilfreich.

1. Die Familienbrettfiguren.

Ludewig verwendet große und kleine, runde = weibliche und eckige = männliche Figuren mit aufgezeichnetem Gesicht. Von oben betrachtet, entsprechen sie etwa den Zeichen für die graphische Darstellung von Familiensystemen (Genogramm):

männlich, groß



männlich, klein



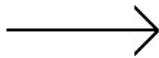
weiblich, groß



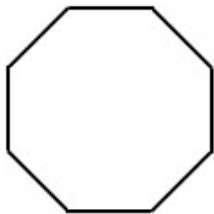
weiblich, klein



Blickrichtung



Experten: Figuren mit achteckigem Grundriss in den Farben grau, weiss und braun z.B. für Arzt, Therapeut, Lehrer



Diese Figuren sind gut brauchbar für Aufstellungen auf dem Brett und abstrakter als z.B. die Figuren des Szenokastens. Die Figuren mit 8-eckiger Grundfläche, die grau, weiß und braun angemalt sind, stellen Experten (Ärzte, Psychologen, Lehrer...) dar - was vermutlich für Forschungsarbeiten in der Klinik nötig ist.

Viel Möglichkeiten, die man in der therapeutischen Arbeit mit Figuren hat z.B. Wie mächtig erlebe ich ein Familienmitglied? - können damit nur beschränkt dargestellt werden.

Ich verwende daher lieber Holzfiguren aus dem Bastelgeschäft: ein Kegel mit einer Kugel am oberen Ende. Diese Figuren gibt es in

verschiedenen Grössen (von 5 bis 10 cm Höhe, Radius der Grundfläche 1 - 5 cm). Es ist kein Gesicht aufgemalt. Vorallem aber sind sie angenehm anzugreifen.

Wenn man will, kann man aber die verschiedenen Figuren verwenden, die einem zur Verfügung stehen, wie z.B. alle Arten von Spielfiguren, Holzklötzchen, Steine, Lego, Playmobil u.s.w.. Sehr gut geeignet sind auch Knöpfe. Diese sind in den meisten Haushalten vorhanden und Klienten können den aufgestellten Personen eine ganz eigene Bedeutung geben.

2. Das Familienbrett

Ludewig hat zu den Figuren ein eigenes Brett entworfen. Es handelt sich um eine Holztafel von 50 cm im Quadrat. In 5 cm Entfernung vom äußeren Rand ist rundherum eine quadratische Begrenzungslinie eingezeichnet. Figuren, die außerhalb dieser Begrenzung aufgestellt werden, sind körperlich oder emotional weit entfernt oder verstorben.

Ich verwende das Brett meist nur zu Demonstrationszwecken, nicht aber bei der therapeutischen Arbeit. Wenn ich mit Klientinnen mit dem Familienbrett arbeiten will, ist mir ein runder Tisch lieber. Die Klientinnen sind meist sehr gut in der Lage, körperlich oder emotional entfernte Personen bzw. Verstorbene darzustellen! Praktisch ist es, wenn es sich um einen niedrigen Tisch handelt, auf den man von oben draufschauen kann, um eine gute Übersicht zu bekommen und den man umrunden kann, um die Aufstellung von allen Seiten sehen zu können.

3. Welche Anweisungen kann man geben

Da ich selbst gerne mit dem Familienbrett arbeite und von der Nützlichkeit überzeugt bin, ist es kein Problem, die Klientinnen zu motivieren, die Figuren zu verwenden. Viele nehmen sie gleich in die Hand - sie "begreifen" meist schnell.

Folgende Anweisung an seine Klientinnen gibt Kurt Ludewig (Kurt Ludewig, Ulrich Wilken: Das Familienbrett. Verlag Hogrefe, Seite 21):

"Ich möchte Sie bitten, für jedes Mitglied der Familie eine Figur zu wählen und die Figuren so aufzustellen, wie sie in der Familie zueinander stehen. Es stehen ihnen grosse und kleine, runde und eckige Figuren zur Auswahl. Die farbigen Figuren bitten wir erst auf unsere Anforderung hin zu verwenden. Das Brett hat eine Randlinie, es gibt also ein Innenfeld und ein Aussenfeld. Sie können soviel von der Fläche benutzen, wie Sie wollen. Die Figuren können weit auseinander oder eng beisammen stehen, jedoch nicht aufeinander. Sie haben Augen, können also einander ansehen. Sie haben soviel Zeit, wie Sie brauchen." (Zitat Ende)

Wenn man mit Kegeln oder anderen abstrakten Figuren arbeitet, wo verschiedene Grössen zur Verfügung stehen, kann man den Klientinnen die Anweisung geben,

die Figuren in der Grösse nach ihrer Bedeutung für sich selbst auszuwählen: je grösser eine Figur ist, desto bedeutsamer im positiven oder negativen Sinn ist sie für die Klientin. Beziehung wird über die Entfernung der einzelnen Figuren voneinander ausgedrückt. Auf diese Weise kommt auch die Bedeutung der einzelnen Personen für die Klientin mit ins Spiel.

Wichtig ist auch, dass die Klientin für sich selbst eine Figur aufstellt. Bei Figuren, die kein Gesicht haben, kann in einem 2. Schritt die Blickrichtung abgefragt werden. Klientinnen müssen sich nocheinmal auf das innere Bild konzentrieren. Wenn man die Aufstellungsarbeit auf dem Brett als Trancearbeit sieht, könnte man sagen, dass es sich bei der nochmaligen Konzentration auf das Familiensystem um eine "fraktionierte Trance" handelt.

Nach diesem Schritt ist dann noch die Frage "Gibt es noch jemanden oder etwas, der/das aufgestellt werden muss, um zu einer Lösung des Problems zu kommen?" Dabei erfolgt nochmals eine Fokussierung des inneren Bildes und es kommen oft Personen (oder auch Tiere oder Dinge) dazu, die vorher nicht bedacht wurde, häufig aber eine wichtige Ressource darstellen.

4. Wem kann Aufstellungsarbeit auf dem Brett angeboten werden?

Prinzipiell kann man dieses Werkzeug in der Einzel-, Paar- und Familientherapie anwenden. Ebensovoll brauchbar ist es in der Beratung, Supervision und beim Coaching - d.h. überall, wo ein guter Überblick über ein System hilfreich sein kann und Metakommunikation zu Lösungen führen kann.

Die meisten Menschen können damit gleich etwas anfangen und beginnen ohne Zögern mit dem Aufstellen. Schwierig ist es für Menschen mit depressiver Struktur, die mitunter nur sich selbst hinstellen können. Wenn man mit diesen Klienten unbedingt mit dem Familienbrett arbeiten möchte, kann man die einzelnen Persönlichkeitsanteile aufstellen lassen, wie z.B. die Traurigkeit, die Wut, die Freude u.s.w.

Sehr differenzierte Menschen können oft auch nicht sofort mit der Aufstellungsarbeit beginnen, da sie noch eine weitere Dimension brauchen würden, um die Beziehungen der einzelnen Familienmitglieder untereinander miteinzubeziehen. In einem solchen Fall schlage ich vor, nur sich selbst zu den Einzelnen in Beziehung zu setzen.

Kinder tun sich meist sehr leicht beim Aufstellen und haben Spass daran, ich verwende da aber lieber die Ludewig'schen Figuren, weil Kinder meist für die Erwachsenen große und für die Kinder die kleinen Figuren nehmen und ihnen die aufgemalten Gesichter wichtig sind.

Von der Allgemeinbildung oder Schulbildung ist es nicht abhängig, ob jemand die Figuren benutzen kann oder nicht, wohl aber, wie gut jemand imaginieren kann. Menschen, die ihre Vorstellungskraft nicht entwickeln konnten, die z.B. als Kind

nicht gespielt haben, weil sie vielleicht lange krank waren oder die von früher Kindheit an auf sich selbst gestellt waren, können mit dieser Methode nichts anfangen.

5. Die drei theoretischen Zugänge für die Familienbrettaufstellungen

Natürlich können verschiedene therapeutische Fähigkeiten und Methoden während der Arbeit mit dem Familienbrett angewendet werden und es sind dabei der Kreativität der Therapeutin keine Grenzen gesetzt! Ich möchte aber besonders auf drei wichtige Zugänge zu dieser Arbeit hinweisen: Zirkularität, Trancearbeit und Familien- bzw. Strukturaufstellungen mit Stellvertreterinnen.

5.1. Zur Zirkularität

Mit Hilfe der zirkulären Fragen kann auf dem Familienbrett der therapeutische Prozeß (siehe Kapitel 7) in Gang gebracht und weitergeführt werden. Wichtige Wechselwirkungen im Beziehungssystem werden sichtbar gemacht und eine Suchprozess eingeleitet.

Die Fragen sollen so gestellt sein, dass Unterschiede abgebildet werden. Information ist ja das Erzeugen von Unterschieden bei miteinander in Beziehung stehenden Phänomenen. Deshalb enthalten die zirkulären Fragen oft Worte wie: besser - schlechter, mehr - weniger, näher - entfernter u.s.w. Und es ist hilfreich, wenn mindestens die Wechselwirkung zwischen zwei, besser aber von mehreren Personen abgebildet wird.

Jede Frage, die die Therapeutin stellt, entsteht aus einer Hypothese der Therapeutin oder der Klientin. Die Beantwortung der Frage gibt ein "feedback" und die Möglichkeit zur Weiterentwicklung der Hypothese und ist somit Ausgangspunkt der nächsten Frage. Auf diese Weise konstruieren Klientin und Therapeutin gemeinsam eine neue Wirklichkeit. Ein autonomer Prozess der Informationserzeugung wird angeregt und ermöglicht ein neues Verständnis des Interaktionssystems - neue Lösungen können entwickelt werden.

Welche Bereiche auf der Ebene der Interaktion können dabei abgefragt werden?

- Koalitionsanordnungen in Gegenwart, Vergangenheit, Zukunft
- Sequenzabfolgen im Verhalten, Denken, Fühlen
- Grenzbildungen nach innen und außen
- Umgang miteinander: symmetrisch, komplementär.

Zirkuläre Fragen beziehen sich dabei auf den Auftrag und die damit in Verbindung stehenden Ziele. Bei der Arbeit mit dem Familienbrett ist es genauso wichtig, vorher eine klare Zieldefinition vorzunehmen wie bei anderen therapeutischen Arbeiten. Und von dieser Zieldefinition aus werden die Fragen entwickelt.

Für alle Bereiche könnte noch hilfreich sein:

- Klassifikations- und Vergleichsfragen
- Fragen nach Übereinstimmung unterschiedlicher Beteiligter
- Vergleiche der Subsysteme
- Erklärungsfragen

Einige Beispiele für zirkuläre Fragen:

- nach den Beziehungen der Familienmitglieder untereinander (glaubt A auch, daß B ein Problem hat?)
- Wie sehen andere Familienmitglieder eine Beziehung (Glaubt A, daß B und C miteinander ein Problem haben?)
- Was hat, wird oder könnte sich verändern?
- Was soll auf jeden Fall gleich bleiben?
- Unterschiede zwischen jetziger Familie und der Herkunftsfamilie

Entwicklungen und Veränderungen können spielerisch ausprobiert werden, es können aber auch neue und überraschende Sichtweisen auftauchen!

5.2. Erfahrbarmachung über andere Wahrnehmungskanäle - Trance

Mit Hilfe der zirkulären Fragen begeben sich Klientin und Therapeutin miteinander in einen Suchprozess. Es wird darüber gesprochen

- was die Klientin in der Therapie erreichen will
- wie sie sich nach Erreichung des Zieles sieht
- wie sie die anderen sehen, erleben
- wie sie selbst und andere die Veränderungen sehen, erleben, hören, fühlen u.s.w.

Vielfach werden diese Gespräche als kopflastig erlebt, es wird nur eine Gehirnhälfte angesprochen. Daher wurden sowohl in der Systemischen Therapie als auch in anderen Therapierichtungen Methoden entwickelt, den Menschen ganzheitlich anzusprechen und mit ihm auch über andere Wahrnehmungskanäle zu kommunizieren und neben dem Hören das Sehen und Fühlen zu aktivieren und zu benützen:

- Skulpturen, Familienaufstellungen
- künstlerische Therapierichtungen: Musik, Malerei
- körperorientierte Therapien
- Entspannungstechniken, Hypnose, Trance

Sehr oft gehen Klientinnen und/oder Therapeutinnen während einer Therapiesitzung ganz von selbst in Trance, ohne dass eine bewußte Induktion über Hypnose erfolgt wäre. Man merkt es am ehesten daran, dass sich der Gesichtsausdruck verändert und das Zeitgefühl abhanden gekommen ist.

In einer Trance sein heißt, dass die Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes inneres Bild, Erleben, Gefühl fokussiert wird. Man kann bewußt oder unbewußt, mit fremder Hilfe oder ganz von selbst in eine Trance gehen. Und in der Trance ist es dann

möglich, den Klienten ohne große Umwege über Einsicht und Verständnis seinen Lösungsbildern und Ressourcen näherzubringen.

Bei der Arbeit mit dem Familienbrett gehen Klientinnen und Therapeutinnen fast immer in eine Trance. Die Bilder und Vorstellungen, die man beim Reden entwickelt, werden durch die Familienbrettfiguren sichtbar, die Aufmerksamkeit, der Blick wendet sich vom Gesicht der Therapeutin oder einem Punkt im Raum ab und direkt auf das System, das Problem oder die Lösung. Und was dabei so praktisch ist:

- man kann Veränderungen ausprobieren
 - man kann in Vergangenheit oder Zukunft schauen
 - Externalisierungen sind möglich
- und vieles mehr.

Die sogenannten "tieferen Schichten" können leichter angesprochen werden, durch eine entspannte Haltung kommen unvermutet Erinnerungen.

Vermutlich befinden sich Klientinnen auch in anderen Therapien in Trance, ohne dass dieses Phänomen beachtet oder bewusst genutzt wird. Vielleicht nutzen aber KlientInnen diese Trancezustände ganz von selbst zur Lösung ihrer Probleme. Wichtig dabei ist vor allem, daß sich Klientin und Therapeutin miteinander wohlfühlen und eine Atmosphäre des Vertrauens herrscht - dann ist Loslassen möglich!

5.3. Aufstellungen

Aufstellungen auf dem Familienbrett und Aufstellungen mit Personen bzw. "Stellvertretern" (Familienaufstellungen, Strukturaufstellungen) haben viel gemeinsam. Bei Bretttaufstellungen kann man sehr deutlich beobachten, wie die Klientinnen ihre positiven oder negativen Gefühle im Laufe des Prozesses erleben. Und das Einfühlen in die verschiedenen aufgestellten Personen durch die Aufstellerin funktioniert ganz von selbst bzw. kann man durch leichte Berührung der Figuren deren Gefühle wahrnehmen.

Wie bei Familien- oder Strukturaufstellungen gibt es deutlich unterscheidbar die einzelnen Phasen der Aufstellung:

- Auftragsklärung
- Zielvereinbarung
- Erklärung der Methode und die Anweisungen
- Stellungsarbeit
- Prozessarbeit
- gefühlsmässige Überprüfung
- Nachbesprechung

Bei Brettaufstellungen kommen aber noch wichtige Punkte hinzu:

+ Vor der Stellungsarbeit ist es wichtig zu klären, ob ein aktuelles System oder ein System in der Vergangenheit (Herkunftsfamiliensystem) aufgestellt werden soll. Geht es um die Herkunftsfamilie in der Vergangenheit, ist es gut, wenn die Familienkonstellation zum Zeitpunkt eines bestimmten (bedeutsamen) Alters der Klientin aufgestellt wird. Beispiele dafür: vor oder/und nach einem einschneidenden Ereignis wie z.B. eines Todesfalles, Geburt, Schuleintritt, Pubertät, Scheidung, Verlassen des Elternhauses eines Kindes. Da geht es oft um Zeiten der Veränderung in Familien, die fast immer mit Krisen verbunden sind.

+ Nach der Stellungsarbeit ist die Frage "Gibt es noch jemanden/etwas, der/das für die Lösung des Problems / für die Beantwortung der Frage wichtig sein könnte?". Hier tauchen sehr oft Personen/Dinge auf, die nicht direkt zum engeren System gehören, die aber wichtige Ressourcen darstellen können.

+ Nach der Stellungsarbeit kann man die Klientin sozusagen aus einer Metaposition heraus das aufgestellte System betrachten lassen - was oft schon zu wichtigen Erkenntnissen führt. Man kann sich auch als Therapeutin die Frage stellen "Was sehe ich?", "Was nehme ich wahr?" ohne zu deuten.

+ Der lösungsorientierte Prozess wird in Gang gesetzt und immer weiter geführt durch zirkuläre Fragestellungen. Dabei kann die Klientin die einzelnen Figuren bei Bedarf bewegen. Die Figur, die die Klientin selbst darstellt, kann sie unbeschränkt verschieben und verschiedene Positionen ausprobieren, vorallem wenn es um ein aktuelles System geht. Bei der Bewegung anderer Personen muss die Therapeutin nachfragen, ob solche Veränderungen auch realistisch oder realisierbar sind.

+ Bei Veränderungen der Aufstellung, die die Therapeutin vornimmt (Interventionen), sollte um Erlaubnis gefragt werden, ob die Figuren bewegt werden dürfen.

Es ist auch bei Brettaufstellungen möglich, sich an die allgemeinen Aufstellungsregeln zu halten (Insa Sparrer:"Wunder, Lösung und System", Carl Auer 2001):

- Jeder hat das gleiche Recht auf Zugehörigkeit.
- Innerhalb der Familie hat das ältere Kind Vorrang vor dem jüngeren.
- Zwischen Herkunftsfamilie und Gegenwartsfamilie hat das spätere System Vorrang.
- Wer höheren Einsatz leistet, hat Vorrang vor demjenigen, der sich weniger einsetzt.

Diese Regeln geben eine Struktur vor, nach der man bei Veränderungen auf dem Familienbrett genauso wie bei Aufstellungen mit Personen vorgehen kann. Für die Art, wie ich arbeite, sind diese Regeln, die ja in vielen Fällen zutreffen können, zu streng und zu starr. Viel wichtiger erscheint es mir, immer ganz nahe an den

Aussagen und Gefühlen der Klientin zu bleiben und sich davon leiten zu lassen. Wenn ich meine Ideen einbringe, mache ich das als Angebot oder Vorschlag, damit sich die Klientin entscheiden kann, ob sie das annehmen will.

Auch "heilende Sätze" kann man die Figur, die die Klientin darstellt, sprechen lassen, wobei ich es für sinnvoll halte, keine der "vorgefertigten" Sätze der Personenaufstellungen zu verwenden, sondern Sätze vorzuschlagen, die zur vorangegangenen Arbeit passen und die die Klientin dann mit ihren Worten sagen sollte. Dabei bemühe ich mich, möglichst positive Formulierungen mit der Klientin gemeinsam zu formulieren.

Sowohl Brett- als auch Personenaufstellungen zeigen die inneren Bilder der Aufstellerin und nicht die Realität!

6. In welchem Setting kann man das Familienbrett anwenden?

6.1. Einzelpersonen:

Vorallem bei Einzeltherapien ist die Anwendung des Familienbretts sehr hilfreich. Man kann zu Beginn einer Therapie das Familiensystem - Herkunftsfamilie oder aktuelle Familie, je nach Fragestellung - aufstellen lassen, um die Übersicht über das System zu bekommen. Und im Laufe der Therapie ist es bei den verschiedenen Zielen, die erreicht werden sollen, immer wieder einsetzbar (siehe "Ziele").

Der Vorteil der Figuren dabei ist, dass sie keine eigenen Gefühle äussern können. Es ist bei der Aufstellungsarbeit mit Personen oft störend, wenn die eigenen Gefühle des "Stellvertreters" zu sehr zum Durchbruch kommen und den Auftrag der Aufstellerin damit verändern oder das Ergebnis unklar machen.

6.2. Paare:

Bei Paaren, die miteinander in die Therapie kommen, wende ich das Familienbrett vorallem am Beginn. Man bekommt die Übersicht über die zwei Familiensysteme und wer aller aus diesen Systemen eine wichtige Rolle für die Beziehung des Paares spielt. Man sieht sehr schnell, woher Muster und Gewohnheiten kommen und welche Lerngeschichte die Partner mitbringen.

Ich wende gerne eine Methode, die von M.White beschrieben wurde, in etwas abgeänderter Form an: ich schlage vor, daß jeweils ein Partner das Herkunftssystem des anderen aufstellt, und zwar so wie er glaubt, dass es der andere aufstellen würde. Daraufhin darf der andere Partner die Aufstellung auf seine Sichtweise hin korrigieren und es werden die Unterschiede in den Sichtweisen bearbeitet. Dieses Vorgehen gibt sehr schnell Einblick, wie die Familie des Partners erlebt wird und wie es der andere sieht. Man erfährt auch

etwas über das Einfühlungsvermögen der Klientinnen, über ihre oft unterschiedlichen Tempi, über unterschiedliches Erleben von Nähe und Ferne u.s.w. und weiss dann schon einiges für die weitere Arbeit mit dem Paar.

Sehr hilfreich ist diese Aufstellungsarbeit bei heftig streitenden Paaren, weil man diese damit aus den zermürenden Streitereien herausholen kann auf eine andere Ebene bringt, wo konstruktive Arbeit möglich ist.

6.3. Familien:

Bei Familien stellt sich die Frage, wer aufstellen darf/soll. Ich ziehe es vor, die Aufstellung von einem Kind machen zu lassen, da es für die Eltern meist sehr aufschlußreich ist, wie ihre Kinder die Familie erleben. Bei mehreren Kindern in einer Familie ist es oft gut, wenn das Kind, von dem man annimmt, dass es die beste Übersicht über die Familie hat, die Aufstellung vornimmt. Eine weitere Möglichkeit wäre es, den Elternteil aufstellen zu lassen, der die grössten Probleme wahrnimmt oder einen dominanten Elternteil. Kinder ziehen die Figuren mit Gesichtern vor und die Unterscheidungsmöglichkeit von Erwachsenen und Kindern (Ludewigsche Figuren).

Nach der Aufstellung kann dann die Prozessarbeit unter Einbeziehung aller Familienmitglieder in Gang gesetzt werden, indem mit Hilfe der zirkulären Fragen die unterschiedlichen Sichtweisen der einzelnen Personen sichtbar werden und in der Familie ein gemeinsames Informationsniveau entsteht.

6.4. Gruppen:

Ich verwende das Familienbrett bei Selbsterfahrungsgruppen ähnlich wie in Aufstellungsgruppen mit Personen (Stellvertretern). Dabei stellt eine Teilnehmerin ihr System nach sorgfältiger Klärung des Zieles auf und ich arbeite mit ihr fast wie in einer Einzeltherapie. Während dieser Arbeit schauen die anderen Teilnehmerinnen zu und sprechen über ihre Eindrücke oder Erlebnisse dabei erst am Ende dieser "Einzelarbeit". Regeln für diese Kommentare werden vorher vereinbart, wie z.B. keine Ratschläge, keine Wertungen/Abwertungen, Angriffe, und vorallem respektvoller Umgang miteinander.

Für einen Durchgang, das heißt für die Arbeit mit einer Teilnehmerin brauche ich etwa 3/4 Stunde. Die anderen Teilnehmerinnen gehen sehr gut mit und erleben - auch wenn sie garnicht selbst daran arbeiten - Lösungen für ihre eigenen Probleme.

6.5. Supervision:

Für die supervisorische Arbeit ist das Familienbrett ebenfalls gut geeignet: wenn die Supervisorin selbst schon mit dem Brett gearbeitet hat, kann diese Aufstellung direkt supervidiert werden. Es ist aber auch möglich, dass die Supervisorin das System aus ihrer Sicht aufstellt. Dabei ist es wichtig, dass sie eine Figur für sich selbst dazustellen. In der Prozessarbeit geht es dann vorallem

darum, dass die Supervisandin für sich selbst eine gute Position findet, aus der heraus sie wieder arbeitsfähig wird.

Ich stelle oft für mich selbst Systeme meiner KlientInnen auf, um den Prozess zu reflektieren und/oder um neue Ideen zu bekommen.

7. Worauf kann man bei der Aufstellung schauen?

Für die weitere therapeutische Arbeit ist es gut, wenn man einiges über die Klientinnen weiß. Die Art, wie die Familienbrettfiguren aufgestellt werden, gibt über vieles Auskunft, wie z.B.:

- Einfühlungsvermögen
- Genauigkeit, Präzision
- Freude am Spielerischen
- Harmoniebedürfnis
- Tempo
- wie Nähe und Ferne erlebt werden
- ist Veränderung leicht oder schwer möglich
- gibt es Generationengrenzen, Hierarchien, Subsysteme
- fällt es schwer, jemanden unterzubringen
- fällt es schwer, sich selbst zu positionieren
- wer wird sorgfältig plaziert, wer eher nebenbei
- wer ist sehr wichtig

Was man beobachten möchte, hängt von der eigenen Arbeitsweise ab, und welches Ziel erreicht werden soll.

Nach Beendigung der Aufstellung durch die KlientInnen frage ich mich selbst, meist auch die Klientin oder die Gruppe: Was fällt auf ? Was ist augenscheinlich ? Wie sieht das aus ? Manche Klientinnen haben dabei ein AHA-Erlebnis, weil allein durch das Aufstellen des System manches klar geworden ist, mitunter sind schon Lösungen in Sicht!

Wenn ich mit einer Supervisionsgruppe arbeite, bitte ich die Mitglieder, nur zu sagen, was sie sehen ohne zu interpretieren, da Interpretationen häufig das Bild verändern.

Mitunter fragen Klientinnen, ob sie während der Aufstellungsarbeit sprechen sollen, ob sie erklären sollen, was sie gerade aufstellen. Ich schlage vor, dass sie es so machen sollen, wie es für sie angenehm ist. Öfters erlebe ich, daß Klientinnen ihre Geschichte mit Hilfe des Familienbrettes und der Figuren erzählen.

Wenn ich das Familienbrett in der Supervision anwende und eine Supervisandin einen Fall darstellt, ist es sehr aufschlußreich, wenn sie nichts dazu sagt und dann von der Gruppe Beobachtungen und Eindrücke berichtet werden - was oft schon das Problem löst.

Zum Ende der Sitzung mit den Familienbrettfiguren fällt mir immer wieder auf, daß KlientInnen die Figuren auch selbst wieder wegräumen (SupervisandInnen lassen sie stehen!). Ich nehme an, dass sich KlientInnen mit den Figuren mehr identifizieren als Supervisandinnen. Deshalb greife ich die Figuren während der therapeutischen Arbeit nicht an oder frage um Erlaubnis, wenn ich eine Figur angreifen oder verschieben will. Auch mit imaginierten Personen muß man respektvoll umgehen!

Ich mache mir von den Aufstellungen Aufzeichnungen, um später wieder darauf zurückzukommen oder um Veränderungen zu sehen. Bei Familien oder größeren Systemen fertige ich noch gesondert ein Genogramm oder Organigramm an, entweder in meinen Aufzeichnungen oder auf einem Plakat.

Recht eindrucksvoll ist es, die Aufstellungen zu fotografieren und den Klientinnen per e-mail zu schicken. Man kann mehrere Fotos von einer Aufstellung machen: die Ausgangssituation, Bilder nach entscheidenden Veränderungen und das Lösungsbild.

8. Aufstellung - Prozess - Lösungsbild

Ähnlich wie bei der Aufstellungsarbeit mit Personen ist das Vorgehen auch auf dem Familienbrett:

Zuerst muss natürlich das Ziel der Aufstellungsarbeit geklärt werden (siehe Pkt. 9) und es ist für die gesamte Aufstellung entscheidend, wie genau das gemacht wird und ob ein erreichbares Ziel formuliert wurde.

Dann beginnt die Klientin mit dem eigentlichen Aufstellen der Figuren und man kann beobachten, wie sie dabei mehr oder weniger in Trance geht und wie Denkprozesse in Gang kommen. Manche Klientinnen machen das wortlos, manche erzählen ihre Geschichte dabei oder kommentieren, was sie gerade aufstellen. Am Ende dieses Abschnittes frage ich dann auch, ob es noch eine wichtige Person gibt, die für die Lösung des Problems notwendig ist und die dazugestellt werden sollte.

Jetzt beginnt die eigentliche Prozessarbeit, bei der durch zirkuläres Fragen die Denkprozesse bei den Klientinnen angeregt werden. Ich steuere diesen Prozess durch meine Wahrnehmungen: sehen, hören, fühlen, was dann zu verschiedenen Interventionen (siehe Pkt. 10) führt. Hypothesen werden überprüft und für den weiteren Prozess verwendet oder verworfen. Die Stellung der Figuren am Brett kann verändert werden, es können Figuren dazukommen oder an den Rand gestellt, aber nicht entfernt werden, Rituale und "heilende Sätze" können ausprobiert werden. Meist ist auch gut spürbar, wie sehr die Klientin emotional betroffen ist.

Diese Prozessarbeit sollte dann zu einem Lösungsbild führen. Wenn das in einer Sitzung nicht möglich ist, sollte man in der nächsten Sitzung an dieser Stelle weiterarbeiten und eventuell das Bild in einer Zeichnung oder auf einem Foto

festhalten.

Wenn ein Lösungsbild zustande gekommen ist, ist das für die Klientin und die Therapeutin sichtbar und spürbar. Es ist hilfreich, dieses in irgendeiner Form zu verankern, indem man z.B. eine wichtige Figur oder das Foto der Klientin mitgibt.

9. Ziele

Wenn man mit dem Familienbrett arbeitet, ist es notwendig, ein klares Ziel für die Aufstellung vor Augen zu haben. Zu Beginn einer Therapie wird zusammen mit der Klientin ein Ziel, vielleicht auch nur ein Etappenziel erarbeitet.

Und zu Beginn einer einzelnen Sitzung, in der man mit dem Familienbrett arbeiten will und der Auftrag bereits geklärt ist, empfiehlt sich die Frage danach, was in dieser Sitzung erreicht werden sollte. Dabei sollte aber das Gesamtziel nicht aus dem Auge gelassen werden.

Allgemeine Ziele:

1. Übersicht über das (Familien)System:

bei Einzelnen, Paaren, Familien, Gruppen:

- welche Familien- oder Gruppenmitglieder gibt es
- wer ist noch wichtig (Außenstehende, entfernt Verwandte...)

2. Wie stehen die Familienmitglieder zueinander:

- Entfernungen
- wie sind sie aufgestellt
- Blickrichtung der Figuren

3. Vernetzung: Beziehungen der Mitglieder untereinander:

- Nähe und Ferne
- Koalitionen, Subsysteme
- Generationslinie
- Stellung in der Geschwisterreihe
- Hierarchien

Während die Klientin aufstellt, kann man beobachten:

- + wie schnell stellt jemand auf
 - + wie genau wird aufgestellt
 - + wie intensiv macht sie sich Gedanken, wo jemand steht
 - + findet sie für jemanden schwer einen Platz
 - + sind starke Gefühle zu beobachten, wenn eine bestimmte Person aufgestellt wird
- u.s.w.

Diese Beobachtungen können hilfreich für die Bildung von Hypothesen und die Prozessarbeit auf dem Brett sein.

Als Systemische Therapeutin deute ich so wenig wie möglich - die Bretttaufstellungen sind für Deutungen aber immer sehr verlockend!

10. Wann kann man das Familienbrett in der Therapie anwenden?

Im Laufe eines therapeutischen Prozesses gibt es immer wieder Gelegenheiten, wo der Einsatz des Familienbrettes hilfreich ist.

+ Zu Beginn einer Therapie: in einer der ersten Sitzungen verschaffe ich mir gerne Überblick über das Familien- oder Arbeitssystem des oder der Klientinnen, um den Kontext kennenzulernen, in dem sich die Klientinnen sehen. Da fertige ich auch ein Genogramm über 2 oder 3 Generationen an beziehungsweise ein Organigramm bei Firmen oder sozialen Einrichtungen.

+ "Aufarbeitung der Vergangenheit":

Wenn Klientinnen den Wunsch haben, die Vergangenheit "aufzuarbeiten", kann man als systemisch arbeitende TherapeutIn gut das Familienbrett dafür einsetzen und sich ausführlich mit der Herkunftsfamilie befassen.

+ Sichtbarmachen von Mustern, erkennen von Gewohnheiten, Eigenheiten:
es ist manchmal hilfreich, wenn bestimmte Muster, Gewohnheiten, Eigenheiten als aus der Herkunftsfamilie herstammend erklärt werden können.
Ein Verhalten war einmal lebensnotwendig, heute ist es vielleicht nur noch eine Gewohnheit. Was man sich angewöhnt hat, kann man sich auch wieder abgewöhnen.

+ Bearbeitung der Lerngeschichte der Klientin:

Welche Vorbilder gibt es ?

Wem bin ich ähnlich ? - nicht ähnlich ?

Welche Stärken/Schwächen habe ich aus der Herkunftsfamilie mitbekommen ?

Was habe ich in meiner Herkunftsfamilie geschätzt oder abgelehnt ?

Die daraus gewonnen Informationen können immer wieder für die Arbeit mit Ressourcen verwendet werden.

+ "Normalisierung" heisst, die Erklärung für ein Problem aus der Familienstruktur oder -geschichte zu finden, was häufig zur Entlastung der KlientIn ohne Schuldzuschreibungen an die Eltern oder andere Personen beiträgt.

.

+ Ressourcen finden:

Welche Stärken hat ein Familiensystem vermittelt?

Woher kommt / kam Hilfe?

Wer hat / hatte Verständnis, Akzeptanz?

Wer gibt / gab brauchbare Ratschläge?

Die Frage nach den Ressourcen verändert oft rückwirkend das Bild der Herkunftsfamilie für die Klientin. Vorallem für jemanden, der seine Kindheit als schwierig erlebt hat, ist es meist eine grosse Erleichterung und Entlastung, wenn er erlebt, dass auch diese Familie Stärken vermittelt hat. "Es ist nie zu spät, eine gute Kindheit gehabt zu haben!" hat Milton Erickson gesagt.

+ Ressourcen darstellen:

Ressourcen zu einer Figur dazuzustellen bewirkt in vielen Fällen eine Stärkung der Person. Man kann ausprobieren, ob die Ressource vergrößert werden kann oder ob noch andere Ressourcen zur Stärkung notwendig sind.

+ Veränderung des Focus:

neben der Aufstellung der Herkunftsfamilien kann man auch das aktuelle System aufstellen lassen und so immer wieder den Focus von der schwierigen Vergangenheit auf die Gegenwart lenken, wo Veränderung möglich ist.

+ Ablösung von der Herkunftsfamilie:

wenn es um Ablösung von der Herkunftsfamilie geht, kann das Herkunftsfamiliensystem und das aktuelle System der KlientIn aufgestellt werden und sozusagen als Ritual die beiden Bretter durch die KlientIn auseinandergeschoben werden.

+ Entwicklung von Zukunftsbildern:

Veränderung kann nur passieren, wenn man sich ein Bild davon machen kann, wie die Zukunft aussehen könnte, was man erreichen will:

"Wie könnte es in 1 Jahr aussehen ? Wie soll ihre Zukunft aussehen ?" Es können auch verschiedene Zukunftsbilder ausprobiert werden und die Klientin kann spüren, in welche Richtung es für sie gehen soll.

Mitunter ist es auch hilfreich, sich das schlechteste mögliche Szenario aufzustellen, um zu erkennen, wie wichtig es ist, den Focus auf eine gute Lösung zu richten und den Blick von den Defiziten abzuwenden.

+ Wenn der therapeutische Prozess "steckt":

wenn ich merke, dass sich in der Therapie nichts bewegt oder wenn ich mich selbst nicht mehr auskenne, schlage ich eine Aufstellung vor und meistens ergeben sich durch den Suchprozess neue Ideen und Sichtweisen für die weitere Arbeit.

Solche Aufstellungen eines Klientensystems mache ich auch ohne die Klientinnen für meine eigene Supervision, wenn ich neue Blickrichtungen brauche.

+ Reflexion des therapeutischen Prozesses:

am Ende einer Therapie ist wiederum eine Aufstellung auf dem Brett hilfreich, um Veränderungen sichtbar zu machen und zu schauen, was die Therapie gebracht hat. Ich sehe das auch als schönes Abschlussritual. Dabei kann wiederum ein Foto von der Aufstellung gemacht werden, um es der Klientin mitzugeben.

11. Einige Interventionsmöglichkeiten

+ Defizite sehen können:

Wenn die Erinnerung an einen Menschen aus der Vergangenheit besonders belastend für die Klientin ist, wirkt oft die Frage "Was hätte derjenige/diejenige gebraucht, um Sie besser zu behandeln?" entlastend. Dabei ist es gut, einen Finger hinter die Problemfigur zu halten, um das Defizit anzuzeigen. Diese Methode wende ich nicht bei Verbrechen (Missbrauch, körperliche Gewalt) an!

+ Schutz aufbauen:

bei Angstzuständen nach Gewalterfahrungen kann die Klientin auf dem Familienbrett die Möglichkeiten aufstellen, die sie schützen können um so innerlich gestärkt zu werden. Dazu biete ich gerne verschiedene Steine und Halbedelsteine an, sodass ein einprägsames Bild entsteht.

+ Externalisierungen:

Symptome, Krankheiten, Süchte, Ängste, aber auch Probleme und Lösungen kann man zu den Personen dazustellen lassen um damit Veränderungen ausprobieren zu können. Ebenso ist es möglich, verschiedene Anteile wie z.B. Stärken oder Schwächen einer Person aufzustellen um diese spielerisch miteinander in Kontakt zu bringen.

+ "So tun als ob":

wenn eine erwünschte Veränderung einer Position auf dem Brett für die Klientin nicht möglich ist, schlage ich der Klientin vor, so zu tun, als wäre die Veränderung möglich. Mit diesem Schritt kann oft eine grosse Hürde überwunden werden und es gelingt fast immer, da man ja das "so tun als ob" als Kind beim Spiel immer wieder ausprobiert hat.

Vielleicht könnte man das auch als die Überwindung eines Widerstandes sehen!

+ Worüber man nicht reden kann:

wenn es ein Thema gibt, worüber eine Klientin nicht reden kann, schlage ich vor, dieses Thema einfach als Stein - meist wird dafür ein sehr grosser ausgewählt - dazustellen. Die Erlaubnis zu bekommen, über etwas nicht zu sprechen, führt meist dazu, dass das Thema sehr bald besprochen werden kann.

+ Komplexität erweitern oder reduzieren:

wenn sehr viele Personen am Brett aufgestellt werden (was oft für den Überblick notwendig ist) und die Arbeit unübersichtlich wird, kann man einen Teil der Figuren an den Rand des Brettes stellen, um bei der Prozessarbeit einen kleineren Teil des Systems zu fokussieren.

Wenn nur wenige Personen aufgestellt werden, ist Erweiterung durch die Externalisierungen von Persönlichkeitsanteilen möglich.

12. Schlussbemerkung

Natürlich können die meisten dieser vorallem systemischen Interventionen auch ohne Familienbrett angewendet werden - ich mache aber immer wieder die Erfahrung, dass durch die Arbeit mit dem Brett die Aufmerksamkeit der Klientinnen mehr auf das System gerichtet ist. Statt der Person der Therapeutin rückt das System mit Problem und Lösung ins Blickfeld.

Die Arbeit mit dem Familienbrett ist keine eigene therapeutische Richtung. Vielmehr ist sie ein gut unterstützendes Hilfsmittel, das nicht nur für systemisch denkende Therapeutinnen hilfreich sein kann. Es ist durchaus möglich, manche Interventionen, die man bereits erfolgreich anwendet, für das Brett zu adaptieren. Teilnehmerinnen meiner Workshops kommen immer wieder mit neuen Ideen, was man mit dem Brett alles ausprobieren kann. Menschen, die gerne spielen, haben einen besonders guten Zugang zum Familienbrett.

Ich möchte Ihnen Mut machen, das Familienbrett auszuprobieren und für Ihre ganz spezielle therapeutische Arbeit zu adaptieren!

Anhang:

13. Strukturaufstellungen auf dem Systembrett

Genauso wie die Familienaufstellungen sind auch Systemische Strukturaufstellungen am Familienbrett möglich. Dabei werden nicht (nur) Personen aufgestellt, sondern unterschiedlichste Symbole aus verschiedenen Bereichen wie z.B. Körpersysteme, Entscheidungsstrukturen, Ziele, Ressourcen, Alternativen, innere Anteile u.s.w. Es handelt sich sozusagen um eine Externalisierung eines inneren Bildes, was den Vorteil hat, dass sich das externalisierte Bild leichter verändern lässt als entsprechende Personen.

Für Strukturaufstellungen verwende ich lieber Steine oder Knöpfe, der Focus kann eventuell durch eine Holzfigur dargestellt werden.

Grammatik der Strukturaufstellungen nach Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibed:

1. Benennung des Problems
(oder eines Wunsches, bei dem sie eine neue Haltung finden wollen)
2. Focus: Wer hat das Problem?
 - Ist es ihr eigenes Anliegen?
 - Spielen fremde Aufträge eine Rolle?
 - Geht es um Loyalitäten? Und wenn ja, zu wem?
 - Ist es ihr Problem als Einzelperson oder als Vertreter einer Gruppe, Firma oder Organisation?

Kein Problem ohne Focus, denn dann hätte eben niemand das Problem!

3. Richtung, Ziel: Wohin soll es gehen? Was soll anders werden?

Woran würden sie merken, dass das Problem
verschwunden ist ?

Woran würden es andere merken, dass ihr Ziel erreicht
ist?

4. Hindernisse: Kein Problem ohne Hindernisse!

Niemand hat ein Problem, wenn es keine Hindernisse gibt, die ihn von seinem Ziel
fernhalten.

Aber: jedes Hindernis stellt schon die verdeckte Ressource dar!

Frage dazu:

Womit müßten sie fertig werden, wenn dieses Hindernis verschwunden wäre?

In diesem Fall kann man statt von Hindernis von einem Schutzwall = Helfer
sprechen

5. Ungenützte Ressource

Etwas als Problem in Erwägung zu ziehen, heißt, dass wir schon akzeptiert haben,
dass noch nicht alle Ressourcen ausgeschöpft sind.

6. Verdeckter Gewinn

Die Aufrechterhaltung eines Problems ist nur möglich, wenn durch das Problem
auch ein Gewinn erzielt wird. Dieser Gewinn ist oft schwer zu sehen.

7. Künftige Aufgabe

Nach jeder Problemlösung stellt sich eine neue Aufgabe, die schon als Bestandteil
des Problems aufgefasst werden sollte.

Einige Möglichkeiten für Strukturaufstellungen

"Problemaufstellung":

F = Focus: "Wer hat das Problem?"

Z = Ziel, Richtung: "Wohin soll es gehen?"

H = Hindernis(se), Schutzwälle, Helfer: "Was liegt Dazwischen?"

R = Ressourcen: "Was könnte F helfen, Z zu erreichen?"

G = Gewinn: "Wofür ist es gut, noch nicht am Ziel zu sein?"

"Aufstellung des ausgeblendeten Themas":

F = Focus (Repräsentant der Klientin, Blickrichtung, Ausrichtung)

OT = offizielles Thema (vorgebrachtes Anliegen)

AT = ausgeblendetes Thema (etwa, worum es hier auch noch eigentlich gehen
könnte)

Hier wird auf "Ausgeblendetes" hingewiesen:

- ausgeblendete Hindernisse
- verdeckter Gewinn
- die künftige Aufgabe

Die Problemaufstellung an sich beinhaltet gewissermassen drei Aufstellungen des ausgeblendeten Themas, nämlich ausgeblendete Hindernisse, ausgeblendete Ressourcen oder den ausgeblendeten Gewinn. Oft reicht jedoch für eine Lösung schon die Aufstellung eines dieser Themen, da die anderen Themen meist nicht gleich stark ausgeblendet sind.

"Zielannäherungsaufstellung":

P = Problem

Z = Ziel

F = Focus

Es scheint, dass mit weniger Positionen bessere Ergebnisse erzielt werden können. Wenn wirklich zu wenig Positionen aufgestellt wurden, taucht die fehlende Position - der Mangel - bald im Rahmen der Aufstellung auf.

"Hindernisaufstellung":

F = Focus

Z = Ziel

H = Hindernis(se)

Innere und äußere Hindernisse können damit ganz einfach sichtbar gemacht und bearbeitet werden. Die Hindernisse müssen vorerst keinen Namen haben, die Benennung erfolgt dann im Laufe des Prozesses. Für die Aufstellung der Hindernisse eignen sich sehr gut Steine.

Sehr hilfreich bei Entscheidungsfragen ist auch die

Tetralemma-Aufstellungen

Das Tetralemma (Sanskrit:"vier Ecken", im Sinne von vier Positionen oder Standpunkten) ist eine Struktur aus der traditionellen indischen Logik zur Kategorisierung von Haltungen und Standpunkten. Es ist ein außerordentlich kraftvolles Schema zur Überwindung jeder Erstarrung im schematischen Denken.

Die 5 Positionen:

1. DAS EINE - "Das Richtige"
2. DAS ANDERE - "Der Fehler"
3. BEIDES - SOWOHL ALS AUCH: "Der Kompromiß"
"Die übersehene Vereinbarkeit"

"Die paradoxe Verbindung"

4. KEINES VON BEIDEN - WEDER NOCH: "Der Kontext der alten Fragen"

5. ALL DIES NICHT, UND SELBST DAS NICHT

Wenn die Klientin diese Positionen aufgestellt hat - hier eignen sich wiederum Steine oder Knöpfe sehr gut - sucht sie eine Figur für sich selbst (Focus) und versucht die Stelle zu finden, von der aus sie die Frage am Besten beantworten kann.

Bei den Strukturaufstellungen verwandeln sich abstrakte Begriffe mitunter in Personen, sodass die Aufstellung teilweise als Familienaufstellung weitergeht!

Sehr abstrahiert könnte man Aufstellungen auf dem Familien- oder Systembrett folgendermassen sehen:

Die „verdeckter Aufstellung“

Diese Aufstellungsart zähle ich zu den Strukturaufstellungen. Sie ist vorallem in der Supervision gut anwendbar, wenn Personen und Problem nicht genannt werden sollen. Der Supervisand spricht weder über die betroffenen Personen noch über das Problem. Es werden nur die Suchprozesse des Supervisanden in Gang gebracht.

Für diese Aufstellung eignen sich Knöpfe sehr gut, da der Suchprozess schon durch das Ausschuchen der passenden Knöpfe beginnt und intensiv wird.

Das Vorgehen:

- „Gibt es etwas, das Sie als Problem definieren würden?“

- „Formulieren Sie für sich selbst die Frage. Es soll keine Frage sein, die mit ja oder nein zu beantworten ist“

Die Supervisorin fragt mehrmals nach, ob die Frage gut und beantwortbar formuliert ist

- Aufstellungsarbeit des Supervisanden: „Stellen Sie das betreffende System mit den Figuren (Knöpfen) auf, wobei auch eine Figur (Knopf) für sie selbst dabei sein soll.“

- Nach Beendigung der Aufstellung ist folgende Frage wichtig: „Gibt es noch Jemanden oder Etwas, der oder das für die Beantwortung der Frage von Bedeutung ist?“

- Visuellen Eindruck der Aufstellung: eine eventuell vorhandene Gruppe, die Supervisandin und die Supervisorin selbst sagen, was sie sehen, aber ohne Interpretation. Dabei ist es hilfreich, die Aufstellung aus verschiedenen Perspektiven anzuschauen.

- Zur Kontrolle sollte man nachfragen, ob das Anliegen schon beantwortet ist, denn allein durch das Aufstellen und die vielleicht neue Sicht darauf, kann schon eine Lösung des Problems eingetreten sein oder es hat sich die Fragestellung verändert, sodass die Supervisandin sich die Frage neu stellen muss.

- Wenn nicht: die Supervisandin sucht für die Figur, die sie darstellt, den Platz aus, von dem aus die Frage beantwortet werden kann (=Prozessarbeit). Neue Plätze sollen vorsichtig ausprobiert werden und die Supervisandin soll auf die Gefühle achten, die dabei bei ihr spürbar werden.

- Bei Veränderungen anderer Figuren am Spielfeld ist es wichtig, die Veränderung auf die reale Durchführbarkeit zu überprüfen.

- Diese Prozessarbeit kann einige Zeit in Anspruch nehmen und man muss der Supervisandin Raum und Zeit. Meistens ist die Supervisandin dabei in Trance.

- Ist die Frage beantwortet, sollte man noch eine gefühlsmäßige Überprüfung vornehmen.

14. DIE IDEE

1. Der Kunde hat die Lösung, er weiss es nur (noch) nicht.
2. Veränderung passiert durch Einstellungsveränderung.
3. Der Berater bringt Denkprozesse in Gang, damit der Kunde selbst seine Lösung finden - seine Einstellung verändern - kann.
4. Der Berater achtet darauf, dass es ihm selbst gut geht.
5. Die Lösung merkt man am Verschwinden des Problems!

DER WEG

- A Standpunkt beziehen = Benennung des Problems
- B Richtungsfindung = genaue Zieldefinition
- C Sichtbarmachung = Trance, Aufstellung, Familienbrett
- D Zirkuläre Fragen bringen Denkprozesse bei Kunden und Berater in Gang
- E Zugang zu den Lösungsstrategien werden geschaffen

Literatur:

Kurt Ludewig, Ulrich Wilken (Hrsg.): Das Familienbrett
Verlag Hogrefe 1999

Karl Tomm: Die Fragen des Beobachters
Verlag Carl Auer, Heidelberg 1994

Kurt Ludewig, Karin Pflieger, Ulrich Wilken und Gebriele Jacobskötter: Entwicklung
eines Verfahrens zur Darstellung von Familienbeziehungen: Das Familienbrett
aus: Familiendynamik 8/8324

Kurt Ludewig: Systemische Therapie
Verlag Klett-Kotta 1995

Insa Sparrer: Wunder, Lösung und System
Carl Auer Systeme Verlag 2001

Elke Sengmüller:

Jahrgang 1940

Ausbildungen: Eheberatung, Systemische Familientherapie, Systemische
Supervision, Fortbildung in Hypnotherapie

Ich arbeite in freier Praxis in Salzburg und Wien als Therapeutin und Supervisorin
und veranstalte Workshops, um die Arbeit mit dem Familienbrett an BeraterInnen
und TherapeutInnen zu vermitteln. Ausserdem: Selbsterfahrungsgruppen mit dem
Familienbrett.

A 5020 Salzburg, Liechtensteinstr. 6 a

Tel.: 0043 662 824211

e-mail: elke.sengmueller@familienbrett.at

website: www.familienbrett.at