

Systemisches Stellen – die Seele weiß mehr, als der Verstand zu erfassen vermag...

Gutes Leben, innere Ausgeglichenheit und Harmonie in Beziehungen: Das Anliegen des Systemischen Stellens.

- Belastet Sie die Beziehung zu Ihrem Partner?
- Verhält sich Ihr Kind auffällig?
- Möchten Sie die Ursache für Ihre Krankheit oder für unerklärliche Ängste herausfinden?
- Sind Sie an Ihrem Arbeitsplatz unglücklich, weil Sie gemobbt werden?
- Möchten Sie aus der Familiensituation ausbrechen und beruflich neue Wege gehen oder in einem anderen Land leben?
- Haben Sie das Gefühl, dass Sie noch mehr aus Ihrem Leben machen könnten, Ihnen dies aber nicht so recht gelingt?

Im Systemischen Stellen in der Gruppe oder als Einzelperson (meiner Meinung nach die bewährtere Methode) wählt der Klient für sein Thema intuitiv die Stellvertreter für die einzelnen Rollen, z. B. Großeltern, Partner ect und für sich selbst (bei der Einzeltherapie sind es verschiedene Symbole, wie z. B. Spielfiguren, gezeichnete Personen...). In diesem Moment entsteht das „wissende Feld“, das es ermöglicht, dass die Stellvertreter sich in die Rollen einfühlen und erspüren können bzw. der Klient fühlt sich in die jeweilig dargestellten Personen ein. Dies gibt einen Anhaltspunkt für die folgende Arbeit, in der jeder im System die Verantwortung für sein Leben und seine Gefühle übernimmt. Alle erkennen an, was ist.

Durch die systemischen Aufstellungen, die u. a. von Bert Hellinger weiterentwickelt wurden, werden systemische Verstrickungen in der Familie aufgelöst, die mehrere Generationen zurückreichen können und die daraus resultierenden Fremdidentifikationen gelöst. Oft haben Kinder sich unbewußt aus Liebe mit jemandem in der Familie identifiziert, der nicht geachtet, ausgeklammert, vergessen wurde oder ein schweres Schicksal zu tragen hatte. Sie übernehmen unbewußt sein Schicksal, seine Schuld, seine Gefühle oder seinen Wunsch, sich zu rächen. Sie wissen nicht, dass diese Gefühle und Verhaltensmuster nicht ihre eigenen sind, fühlen sich aber im recht, da sie in Übereinstimmung mit dem Gewissen der Sippe sind, auch wenn sie sich selbst und anderen großes Leiden zufügen (Opfer-Täter-Verhalten) und dies noch als Erwachsene. Durch das systemische Aufstellen wird dieses innere Bild der Familie in Ordnung gebracht. Das bewirkt eine Neuorientierung und entlastet alle, wirkt sich positiv auf Probleme im Beruf aus (oft liegt der Ursprung für diese Probleme auch in der Familie). Der Klient schließt sich wieder an den Urquell des Lebens an und findet gute Lösungen für die unterschiedlichsten Menschen. Es ist eine hervorragende Methode zur Selbsterfahrung, zum persönlichen Wachstum und trägt intensiv zur persönlichen Reifung bei.

Ein Zitat von Bert Hellinger: „Mit den Bewegungen der Seele, die sich beim Stellen zeigen, gehen manche um , wie ein Kind, das zum ersten Mal das Meer erblickt. Staunend steht es vor der Weite und ahnt die Tiefe. Dann nimmt seinen kleinen Eimer, schöpft von dem Wasser, kommt zurück und sagt „Schaut, das ist es.“. Andere aber wagen sich auf das weite Meer hinaus, überlassen sich dem Wind, dem Sturm, der Stille, treiben unbekanntes Fernen zu und kommen verwandelt zurück. Wenn sie aber den Zurückgebliebenen etwas davon erzählen, sagen die vielleicht mit Angst: „Das gibt es nicht.“

Wir können uns nicht ändern, aber die Sicht auf die Dinge. Wir alle kennen den Ausspruch: „Ändere Dein Leben, sonst ändert es Dich“. Viele Menschen versuchen das jahrzehntelang, um dann, teils enttäuscht, teils verzweifelt festzustellen, dass sie immer noch die gleichen sind, also vielleicht besser :“ Ändere Dein inneres Bild von den Dingen, sonst ändert es Dich.“