

Günter W. Remmert

AUFSTELLUNG DES AUSGEBLENDETEN THEMAS

**Mitschrift eines lösungsorientierten Coachings
im Seminarhaus SCHMIEDE**

INHALT

Lösungsfokussiertes Gespräch.....	2
Vorgespräch zur Aufstellung.....	5
Aufstellung	8
<i>Erstes Bild</i>	8
<i>Zweites Bild</i>	11
<i>Drittes Bild</i>	12
<i>Viertes Bild</i>	13
<i>Fünftes Bild</i>	14
<i>Sechstes Bild</i>	16
<i>Siebttes Bild</i>	18
Nachgespräch.....	20
Kommentar	25
Nachgespräch nach 8 Wochen.....	25
Nachgespräch nach 4,5 Monaten	28

Lösungsfokussiertes Gespräch

Gastgeber (im Text normal gesetzt): Willkommen ... auf diesem besonderen Stuhl, auf dem man echt nichts falsch machen kann! ...

Klient (im Text kursiv gesetzt): *Ich weiß!*

Gut ... Was führt Dich her?

Auf diesen Stuhl? ... Also ich möchte gern mal unsere Ehe aufstellen! Eine Aufstellung darüber machen, um von außen einmal einen Blick darauf zu werfen!

Hm. Angenommen, wir hätten das schon gemacht, also Deine Ehe aufgestellt, und Du hättest den Eindruck: es war wirklich nützlich und hilfreich, das zu tun! Woran würdest Du das erkennen?

(... Lange Pause ...) Wahrscheinlich an einer veränderten Reaktion und Sichtweise. Ich glaub schon, dass ich bestimmte Dinge nicht nur anders, sondern überhaupt sehen könnte, die ich jetzt nicht sehe oder nicht wahrnehme. So habe ich manchmal das Gefühl, dass ich irgendwas, also für irgendwas blind bin oder so. In diese Richtung. ... Dass das dann irgendwie transparenter würde..., sein würde ...

Was könntest Du wahrnehmen, um den Eindruck zu haben, es hat sich wirklich gelohnt, diese Aufstellung gemacht zu haben?

(... Nachdenkliche lange Pause ...) Wenn ich danach einfach wertschätzender mit meiner Frau umgehen könnte. Das wäre für mich sehr gut.

Was könnte ein erstes Zeichen sein, dass Du wertschätzender mit Deiner Frau umgehst?

(... Lange nachdenkliche Pause ...) Sie so sehen zu können, wie sie ist und nicht, wie ich sie gerne hätte ... manchmal.

Wie würdest Du das konkret tun? ... Ich weiß, das ist eine schwierige Frage...

Ja, sehr.

Vielleicht ist es eine bessere Frage: Woran könnte Deine Frau erkennen, dass Du wertschätzender mit ihr umgehst? Oder dass Du sie so siehst, wie sie ist und nicht so, wie Du sie haben möchtest?

(... Lange Pause ...) Dass ich einfach verständnisvoller wäre, weniger ... weniger fordernd vielleicht ... (... Lange Pause ...) Aber da beginnt das schon, wenn ich das jetzt so sage. Das frage ich sie ja. Ich versuche ja öfter, mich rück zu vergewissern, weil ich manchmal glaube oder meine, sie braucht etwas von mir, bekommt es aber nicht ... und wenn ich sie dann danach frage: Sie sagt: „Nein, es ist alles in Ordnung!“

Okay, prima! Das heißt, Du tust schon einige Schritte in die Richtung, wohin Du hin willst... *Ich bin mir aber nicht sicher, ob das nicht nur ein Meinen von mir ist.*

Gut. Ich frag mal anders herum: Angenommen, Du gehst nach dieser Aufstellung und Deiner Arbeit mit Deiner Beziehung zu Deiner Frau nach Hause. Und gehst wertschätzender mit Deiner Frau um. Und Deine Frau nimmt das wahr und telefoniert mit ihrer besten Freundin und sagt: „Mein Mann ist so was Wertschätzendes ... ich muss unbedingt mit Dir reden ... wie er da zurück gekommen ist von diesem Wochenende“ ... Und dann trifft sie sich mit ihrer Freundin, mit ihrer besten Freundin: was könnte Deine Frau ihrer besten Freundin erzählen, woran sie das gemerkt hat?

Ich kann mir nicht vorstellen, dass das meine Frau irgendjemandem erzählt ...

Gut.

Ja, das ist einfach so.

Dann ... hm ... okay! ... Würde sie es überhaupt merken, dass Du wertschätzender mit ihr umgehst?

Ich glaube schon.

Also nicht nur Du merkst es, sondern sie merkt es auch.

Ich glaub schon!

Woran?

Ja, dass ich einfach liebevoller wäre, ... vielleicht auch mich mehr ihr zuwende ...

Ich habe jetzt das Gefühl, das ist zu flüchtig oder oberflächlich oder wie auch immer ... wenn ich das so sage ... ich schneide irgendwie schlecht ab bei ihr. Ich bin auch nicht sicher, ob das wirklich so ist.

Könntest Du Dir vorstellen, dass ich Dich zufällig mal anrufe und habe Deine Frau an der Strippe: dass sie mir etwas sagt?

Von sich aus nicht!

Hm. Und wenn ich danach frage?

Wenn Du Glück hast, sagt sie Dir was...

Gut. Angenommen, ich rufe einmal nach dem Wochenende an, will mit Dir reden, *Eine gute Idee!*

... habe aber Deine Frau an der Strippe, und frage sie: Dein Mann war ja jetzt zum Wochenende hier – wie geht es ihm denn jetzt? Was könnte sie mir sagen? ... Wenn ich Glück habe...

(Lacht leise) Sie könnte vielleicht sagen: Es geht ihm besser als vorher! Ich habe den Eindruck, er ist erleichtert oder ... Ja, ja, er strahlt was aus ... irgendwie ... vielleicht freundlicher oder wie auch immer. So in dieser Richtung. So eine Aussage könnte sie vielleicht machen.

Und wenn ich dann sage: Was hast Du erlebt? Was könnte sie mir, wenn ich ganz viel Glück habe, sagen?

Was sie mit mir erlebt hat?

Ja, nach dem Wochenende.

Hm. (Pause) ... Das ist auch wieder subjektiv meine Meinung, was sie sagen könnte: Ich wäre weniger erwartungsvoll an sie. Gelassener vielleicht...

Der [Klient] ist gelassen, hat nicht mehr so viele Erwartungen wie vorher, ist leichter irgendwie ... wir haben es leichter miteinander...

Genau!

Es geht gelassener zwischen uns ...

Wir machen uns nicht mehr so viele Sorgen!

Wir machen uns nicht mehr so viel Sorgen. Es ist einfach schöner zwischen uns - könnte sie so was sagen?

Ja, genau.

Wunderbar! Ja! ... Das heißt: sie würde es sehr begrüßen!

Auf jeden Fall!

Wenn Du gelassen, sorgenfrei, nicht mehr so viel von ihr erwarten würdest, wenn Du sie einfach wertschätzend genießen würdest?

Ja, ja...

... wie Ihr gegenseitig Euer Leben bereichert durch Euer Zusammensein.

Ja.

Ja, gut, sehr gut! ... Das heißt, es ist von ihr aus erwünscht. Und sie profitiert davon?

Auf jeden Fall! Auf jeden Fall!

Gut. Könnte außer Deiner Frau noch jemand anders einen Unterschied bemerken?

Unsere Kinder.

Hm. Welchen Eindruck hätten Eure Kinder? Was ist dann für die Kinder anders?

Der T. [Sohn] würde vielleicht sagen, was ist mit dem Papa los, der ist ganz anders, so kenne ich den gar nicht!

Der T. würde sagen, was ist mit dem Papa los, der ist ganz anders, so kenne ich ihn gar nicht!

... Und wäre er einverstanden?

Ich glaube schon! Aber es wäre fremd für ihn!

Es wäre erst mal fremd, ungewohnt, aber nach einer Weile würde er es begrüßen.

Bestimmt!

Hm. Und wenn der T. mit jemand anders redet, der sagt: Ich verstehe gar nicht „anders“.

Was ist denn anders mit Deinem Vater? Was könnte der T. dann sagen?

Ich glaube, der sagt, man kann besser reden mit ihm. Auch ist er weniger kritisch. ... Er könnte sich auch auf irgendeine Weise mehr angenommen fühlen.

Hm, gut. Also T. hätte den Eindruck, besser mit seinem Vater reden zu können, dass sein Vater weniger kritisch ist und würde es sehr begrüßen, dass der Vater so ist?

Ja! Ja.

Okay! Gut! ... Außer Deiner Frau und Deinen Kindern – gibt es noch jemand anders, der einen Unterschied merkt?

(... Nachdenkliche Pause ...) Könnte ich jetzt nicht sagen. .. Ich habe jetzt nicht mehr so viele Kontakte nach außen, zu anderen Menschen und so. Wenn schon, dann eher telefonisch...

Gut! Darf ich noch etwas fragen?

Ja.

Aus Deinen Antworten aus der Perspektive Deiner Frau und Deines Sohnes erkenne ich: Deine Frau sagt, er hat weniger Forderungen an mich, weniger Erwartungen. Und Dein Sohn sagt, er ist weniger kritisch. Also daraus entnehme ich, dass es unter Umständen so Gesprächsetappen von Dir mit Deiner Frau und Deinem Sohn oder vielleicht auch mit anderen Menschen gibt, wo Du Erwartungen äußerst, Kritik äußerst ... Wenn Du das nun nicht mehr tust, hast du ja freie Zeit in Deiner Zukunft. Was machst Du in dieser freien Zeit stattdessen?

Ja gut: das Reden entfällt ja nicht. Anders reden, über andere Dinge reden ...

Gut. Über welche Dinge redest Du? In der Zeit, in der Du früher, als Du noch dieses Problem hattest, eher kritisch ... und mit Erwartungen ... und ...

Es ist ja nicht so, als hätte das die ganze Zeit ausgefüllt!

Nein natürlich! Ich meine ja nur ... bestimmte Etappen ...

Zum Beispiel manchmal, wenn wir so im Gespräch sind, dann hätte ich gerne von M.

[Ehefrau] gewusst: Wie siehst Du denn das? Was macht das mit ihr? Wenn von mir aus: dieses oder jenes. Dann sagt sie: „Nix! Es ist okay so!“ Und Du hast keine besondere Erwartung? Was wünschst Du Dir eigentlich? Ich frage sie das öfter. Sie sagt: „Ich bin wunschlos glücklich!“

Also: das hast du gemacht, als Du noch dieses Problem hattest. ... Und da Du jetzt keine besonderen Erwartungen hast und nicht mehr so kritisch bist, wenn das Problem sich aufgelöst hat, worüber wir uns gerade unterhalten: Was machst Du stattdessen? Wenn sie sagt: „Nix!“

(Lächelt) Weiß ich nicht! ... Irgendwas wird sich ergeben. Aus der Situation heraus.

Also Du bist zuversichtlich, dass sich aus der Situation heraus etwas ergibt...

Ja, bestimmt!

Und was vermutest Du, dass sich ergeben könnte?

Schwer zu sagen! (... Nachdenkliche Pause ...) Mir fällt nichts ein ...

Und Du bist zuversichtlich: in der Situation fällt Dir schon was ein!

Das wäre dann schon ein ganz anderes Gestimmtsein, denke ich mal.

In dieser Situation erlebst Du Dich ganz anders gestimmt.

Und daraus ergibt sich auch etwas.

Daraus ergibt sich auch etwas, jedenfalls nicht mehr das, was früher, als Du dieses Problem noch hattest, war, nachzufragen ...

Denn wenn ich solche Antworten bekomme „Es ist alles okay! Ich bin glücklich, so wie es ist!“

Das kann ich gar nicht glauben!

Bisher!

Ja. Irgendwie denke ich dann: das kann doch nicht sein! Und dann mache ich ihr innerlich den Vorwurf: die ist irgendwie nicht ehrlich! Also. Und dann sage ich mir: das kannst Du doch gar nicht wissen! Wenn sie das so sagt, musst Du das dann glauben.

Bisher bist Du so damit umgegangen!

Ja.

Und dann würdest Du es ihr glauben. Und Dir käme etwas, womit Du das Gespräch anders fortsetzen würdest ...

Ja.

Gut, prima! Sehr gut! ... Es sind wirklich nicht einfache Fragen, die ich Dir gestellt habe! Und Du bist besonders achtsam und nachdenklich damit umgegangen! ... Ich weiß das zu schätzen! ... Gut! Okay!

Vorgespräch zur Aufstellung

Gastgeber: Also jetzt hast Du gesagt, Du würdest gerne eine Aufstellung machen über Eure Beziehung. Also: Wer gehört dazu?

Klient: *Meine Frau und ich.*

Gehört noch etwas dazu?

Vielleicht die gemeinsame Wohnung...

Inwiefern?

Weil wir darin uns die meiste Zeit sehen, darin uns bewegen und leben, austauschen, essen und alles. Uns freuen, mit Blumen schmücken usw.

Es ist der Ort Eures gemeinsamen Lebens.

Ein wichtiger Faktor!

Ein wichtiger Faktor. Gut. ... Darf ich noch etwas anderes fragen?

Ja!

War jemand von Euch schon einmal früher verheiratet?

Nein.

Das heißt, es ist für Euch beide die erste Ehe.

Ja.

Und wie lange seid Ihr schon zusammen?

Über 40 Jahre.

Wahnsinn! Toll! Großartig! Und ein Mann, der, obwohl er über 40 Jahre mit seiner Frau schon verheiratet ist, immer noch daran arbeitet, die Beziehung zu verbessern! ... Du bist ein Goldstück! ... Und Ihr habt Kinder zusammen?

4 an der Zahl!

4 an der Zahl! Die sind schon älter, wenn ich das richtig mitbekommen habe...

T. ist 43. Die jüngste ist 35.

Und führen ihr eigenständiges Leben.

Ja.

Gut! Ja, dann haben wir 4 Elemente, die schon genannt sind für die Aufstellung und ich würde vielleicht noch ein fünftes dazu fügen. Ich mach Dir mal einen Vorschlag für die Aufstellung. (Geht zum Flipchart) Hast Du eine bestimmte Lieblingsfarbe?

Grün.

Wie sollen wir Deine Frau nennen?

M.

(Skizziert mit einem grünen Filzstift am Flipchart die Aufstellungselemente und erläutert sie.)

	NAME		Gestellt: ● Gewählt: ○	ERLÄUTERUNG
F	Fokus	R.i.e.S.	●	
E	Ehefrau	R.i.e.S.	●	
W	Wertschätzung	R.i.e.S.	○	„Thermostat“
GW	Gemeinsame Wohnung	Ort	●	
AT	Ausgeblendetes Thema	R.i.e.S.	●	„Das, was möglicherweise noch dazu gehört“

Wenn ich das so vorstelle, wie ist das für Dich?

Okay.

Es ist okay! Gut! ... Gibt es noch etwas, das ich hätte fragen sollen, es aber versäumt habe, bevor wir in die Aufstellung gehen?

Nein.

Oder was Du noch sagen möchtest, bevor wir in die Aufstellung gehen?

Ja, was mir jetzt aufgefallen ist: es ist tatsächlich so, dass wenn man zuhause ist, es manchmal schwieriger ist, als wenn man weg ist, an einem anderen Ort, wo man nicht immer ist.

Gut! Okay! Jetzt haben wir eine Bestätigung dafür, dass dieses Element wichtig ist. ... Gut! ... Noch etwas?

Nein.

Okay! Vielen Dank! Dann steh einmal auf und schau Dich um. Und wenn Du Dich umschaust, siehst Du ideale Repräsentanten für Dein System und Dein Thema. Wen möchtest Du einladen, für Dich zu stehen? ... (Da die Gruppe außer dem Klienten nur aus Frauen besteht, können nur Repräsentantinnen gewählt werden).

Zur Gruppe: Unter „einladen“ verstehe ich wirklich einladen, das heißt: Du kannst Nein sagen. ...

Zum Klienten: Wen möchtest Du einladen, für Deine Frau M. zu stehen?

Wen möchtest Du einladen, die Wertschätzung zu repräsentieren? Den nehmen wir als gewählten, nicht gestellten Repräsentanten. Das heißt: er kann an seinem Ort sitzen bleiben.

Wen möchtest Du einladen, für die gemeinsame Wohnung zu stehen? Das ist ein Ort.

Wen möchtest du einladen, für diese rätselhafte Repräsentation „Das, was möglicherweise noch dazu gehört“ zu stehen? Technisch gesagt: das ausgeblendete Thema.

Zu dem gewählten Repräsentanten „Wertschätzung“: Dir gebe ich einen kleinen Tipp, wie Du Dich verhalten kannst. Du nimmst einfach Unterschiede wie alle anderen Repräsentanten wahr. Wenn Du das Gefühl hast, Du bist sehr klein, dann setzt Du Dich tief, eventuell auf den Boden. Wenn Du das Gefühl hast, Du wachst, dann wirst Du größer, stellst Dich, stellst Dich sogar eventuell auf den Stuhl. Geht das? Durch die Haltung kannst Du zeigen, wie groß oder wie mächtig Du Dich fühlst. Ist das okay für Dich? Ja? Gut.

Zur Gruppe: Die gemeinsame Wohnung ist ein sogenannter Ort. Das heißt, wenn dieser Ort gestellt ist, bleibt er an seiner Stelle, immobil. Orte sind normalerweise nicht verrückbar, das heißt sie bleiben an der Stelle...

Die Aufgabe für die Repräsentanten ist eine ganz einfache: einfach nur wahrzunehmen, ob es einen Unterschied gibt in der Wahrnehmung und zwar körperlicher Art. Macht es einen Unterschied, wenn ich gewählt werde, wenn ich aufgestellt werde, wenn jemand etwas sagt und so weiter ... in meiner körperlichen Empfindung? Z.B. Wärme und Kälte, Lockerheit oder Spannung, wie groß oder wie klein ich mich fühle, welchen Bezug ich zu anderen habe, zum Raum, manchmal Veränderungen in der Standfestigkeit, ob mir schwindlig ist oder ich gerade stehe oder Veränderungen im Geschmackempfinden ... also all diese leiblichen, körperlichen Veränderungen. Und wenn es keine Veränderungen gibt, gibt es keine Veränderungen! Auch dies kann höchst bedeutsam sein! Das ist ein wunderbarer Job: Ihr braucht Euch gar nicht anzustrengen. Ihr nehmt einfach wahr, welchen Unterschied es macht. Und dann frage ich ab und zu ... Okay!

Zum Klienten: Dann stell mal bitte den Repräsentanten für Dich auf, den nennen wir Fokus ... und dann alle anderen Repräsentanten... Stell Dich hinter den Repräsentanten, berühre leicht die Schulterblätter, spüre zu den Füßen, den Händen und zum Atem und in dieser dreifachen Aufmerksamkeit mach einen Schritt vorwärts. Und lass Dich überraschen, wo die Hände die Stellvertreterin führt, selbst wenn die Überraschung darin besteht, dass Du es irgendwie vorher schon wusstest. Und solange Du die Schulterblätter berührst, kannst Du noch einmal korrigieren, die Stellung verändern. Und erst wenn die Hände sich von den Schulterblättern lösen, lässt Du die Stellung so sein... (Der Klient stellt seine Repräsentanten auf.)

Zu den Repräsentanten: Und die Repräsentanten nehmen einfach wahr, welchen Unterschied es macht, an diese Stelle geführt zu werden, welchen Unterschied es macht, wenn andere Repräsentanten dazu kommen: In den Veränderungen der körperlichen Wahrnehmung: Wärme, Kühle, Spannung, Lockerheit, Größe, Kleinheit, Bezug zu anderen, Kontakt, Raumempfindungen, Geschmacksveränderungen, wie auch immer ...

Zum Klienten: Und dann gehe einmal zum Repräsentanten für die Wertschätzung hin und lege einfach nur einmal die Hände auf die Schultern und sage: „Du bist die Wertschätzung!“

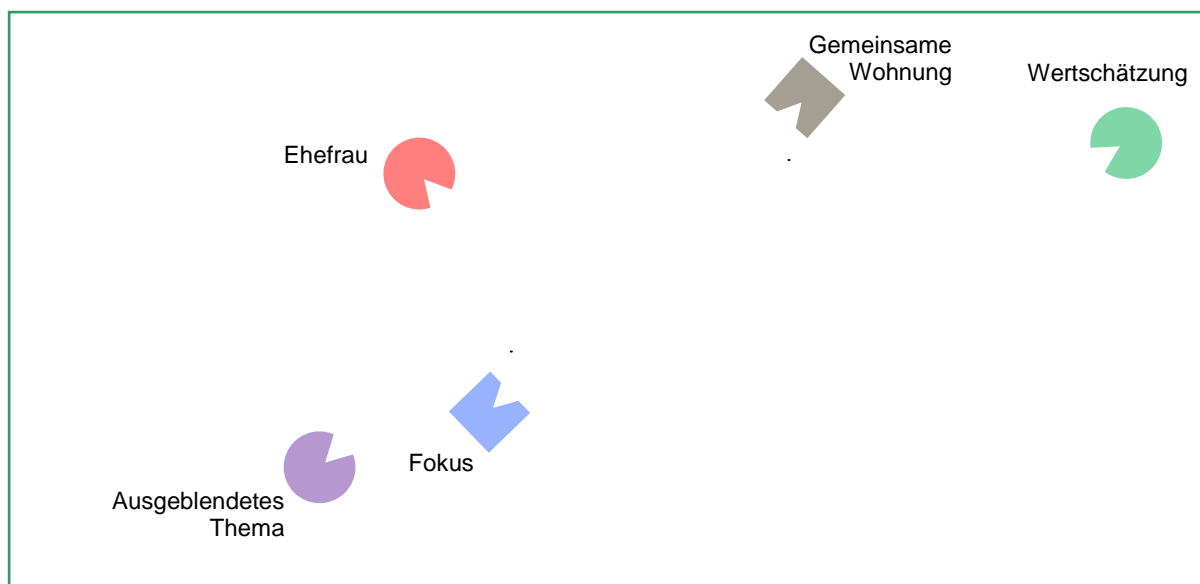
...

Und dann setze Dich so, dass Du alles mitbekommen kannst! Du kannst immer auch den Platz wechseln.

Zur Gruppe: Und diejenigen, die sitzen: Bitte macht den Platz frei für ihn, wenn er Euch darum bittet, sodass er alles gut mitbekommen kann ... weil wir es ja für ihn machen ... okay?

Aufstellung

Erstes Bild



Gastgeber zum Fokus: Welchen Unterschied gibt es hier beim Fokus, als Du gewählt wurdest, als Du gestellt wurdest und als die anderen dazu kamen?

Fokus: *Als ich gestellt wurde, musste ich mich sehr schnell sehr klar hinstellen. Dann fühlte ich mich sehr autark alleine. Als dann meine Frau hingeführt wurde, bin ich enttäuscht, dass sie nur links von mir steht. Ich habe nicht so Kontakt zu ihr und will sie auch gar nicht angucken. Als die Wohnung kam, fand ich es sehr schwer, anstrengend, es ist so ein Gefühl von Anstrengung. Als das ausgeblendete Thema kam: da weiß ich nichts davon. Aber ich weiß etwas davon. Ich hab wie so einen Verdacht ... so ... aber es berührt mich eigentlich nicht. Vom Körperempfinden ist es so, dass ich da etwas weiß, dass da etwas in meinem Rücken ist. Nicht unangenehm. Erleichterung habe ich bekommen, als die Hände auf die Wertschätzung gelegt wurden.*

Gastgeber (wiederholt die Aussagen, die sich auf Veränderungen des körperlichen Empfindens beziehen und sagt dann): Okay, vielen Dank!

Zur Ehefrau: Welche Unterschiede in der körperlichen Wahrnehmung gibt es hier bei der Ehefrau?

Ehefrau: *Als ich gewählt wurde und aufstand, war's als würde ein kalter Luftzug um meinen Kopf gehen. Die Beine wurden sofort ganz instabil, labil. Und ich musste eine Zeit mich anstrengen, stehen zu können. Die Beine wurden langsam wie Stöcke, kurze Zeit wie Stöcke. Und als die Anleitung zur Aufstellung weiter ging, kam wieder dieses Instabile, Zittern. Hier auf meinem jetzigen Platz ist es so, dass ich meinen Mann nur durch einen Schleier sehe. Ich*

kann ihn nicht klar fokussieren. Und es ist, als wäre wie keine Verbindung da. Und als die gemeinsame Wohnung dazu kam, habe ich das Gefühl gehabt: Da steht ein Klotz auf einmal! Und ein Gefühl von Schwere kam. Es war vorher leicht da, aber das wurde dann ganz stark. Am deutlichsten nehme ich das ausgeblendete Thema wahr. Das sehe ich klar. Und ich hab eigentlich, seitdem es da steht, kein Interesse, mich noch um etwas anderes zu kümmern, etwas anderes anzuschauen. Die Wertschätzung registriere ich nur, wenn sie von irgendwem benannt wird. Sie spielt für mich keine Rolle.

Gastgeber (wiederholt jedes Mal die Aussagen, die sich auf Veränderungen des körperlichen Empfindens beziehen und sagt dann): Okay, okay, gut, vielen Dank!

Zur Gemeinsamen Wohnung: Welchen Unterschied gibt es hier bei der gemeinsamen Wohnung?

Gemeinsame Wohnung: *Als ich gewählt wurde, bekam ich Herzschmerzen. Als ich hierhin geführt wurde, bekam ich kalt. Mir geht es ähnlich, wie sie (Ehefrau) es beschreibt: Ich spüre auch so wie einen kalten Wind. Und die Herzschmerzen sind weg jetzt und mich interessiert eigentlich auch nur das Ausgeblendete Thema. Ich bedaure, dass ich es nur ganz wenig sehen kann.*

Gastgeber (wiederholt auch hier die Aussagen, die sich auf Veränderungen des körperlichen Empfindens beziehen und sagt dann): Dankeschön!

Zum Ausgeblendeten Thema: Welchen Unterschied gibt es hier beim Ausgeblendeten Thema?

Ausgeblendetes Thema: *Am Anfang, als der Fokus aufgestellt wurde, da wurde mir ganz warm. Und als dann seine Frau dazu kam, da kriegte ich so eine Kälte ganz stark, die ging so durch die linke Seite und besonders stark war sie im Unterleib, wie so eine Spalte. Und als die Wohnung dazu kam, musste ich seufzen. Und als ich aufgestellt war, habe ich sehr viel Erdung jetzt gehabt, aber einen ganz kalten Rücken habe ich bekommen. Und bei der Wertschätzung, das weiß ich nicht. Da hab ich nicht so einen Augenmerk darauf gelegt. Das hat mich auch nicht so tangiert.*

Gastgeber (wiederholt auch hier Aussagen und sagt dann): Dankeschön!

Zur Wertschätzung: Gibt es irgendeinen Unterschied hier bei der Wertschätzung?

Wertschätzung: *Anfangs, als die beiden alleine standen, da war ich irgendwie hoffnungsvoller. Aber dann vermisste ich den Blickkontakt zwischen den beiden. Und die Wohnung, die gab mir keine Geborgenheit für die beiden.*

Gibt es Veränderungen in Deinem körperlichen Empfinden?

Angespanntheit.

Seit wann?

Eigentlich seit alle aufgestellt sind.

Und eine Angespanntheit in bestimmten Körperregionen oder im ganzen Körper?

An den Schultern und in der Herzgegend besonders.

Und als jemand gesprochen hat, gab es irgendwelche Veränderungen?

Ja als die Ehefrau gesprochen hat!

Nämlich welche Veränderungen, als die Ehefrau gesprochen hat?

Noch mehr Anspannung!

Okay! Dankeschön!

Ausgeblendetes Thema: *Ich muss noch etwas ergänzen: Die Kälte ist nicht nur im Rücken, sondern auf der ganzen Rückseite und ich habe keinen Bezug zu den anderen Personen. Gut! Dankeschön!*

Zum Klienten: Okay, ... , sind wir im richtigen Film?

Klient: *Diese Aussagen sind in gewisser Weise für mich befremdlich.*

Alle?

(Langes Nachdenken) Vom Ausgeblendeten Thema, da ist ..., muss ich sagen, da habe ich auch einiges Interesse dran. So in dem Sinne: da ist noch irgendwas!

Könnte gut sein, dass da noch etwas ist.

Ja.

Wenn was ist, dann interessiert es Dich...

Ja.

Genau! ... Kommt Dir irgendetwas auch bekannt vor von dem, was gesagt wurde?

Ja, dieser vielleicht fehlende Blickkontakt. Das ist ja auch ... Es wurde von beiden angesprochen, von meiner Ehefrau als auch vom Fokus. Dass es mit Zuwendung zu tun hat, gegenseitiger Zuwendung, präsent sein.

Das wäre jetzt eine Interpretation... Aber es kommt Dir irgendwie bekannt vor.

Ja, genau.

Es macht Sinn für Dich.

Ja.

Noch etwas?

Was erstaunlich ist mit der gemeinsamen Wohnung: dass sie nicht so gut weg kommt!

Ich mache Dir einmal einen Vorschlag...

Ja.

Gehe mal hinter den Fokus, leg die Hände auf die Schulterblätter und schau mal über die Schultern des Fokus in Dein System hinein ...

(Der Klient geht in die Aufstellung, tritt hinter seinen Fokus, legt die Hände auf die Schulterblätter seines Fokus und schaut über dessen Schultern zu den anderen Systemelementen.)

Wie ist das jetzt?

Seltsam ... Ich fühle mich irgendwie nicht präsent.

Hm, hm, ... und komm wieder heraus! ... Wie geht es Dir jetzt damit?

Betroffen! (Langes Schweigen)

Hm, hm.

Befremdlich! Ungut!

Also es berührt Dich und es zeigt Dir deutlich einen anderen Blick darauf. Und das wolltest Du ja auch haben. Aber Du würdest jetzt nicht sagen: es ist so fremd, dass ich nichts damit anfangen kann.

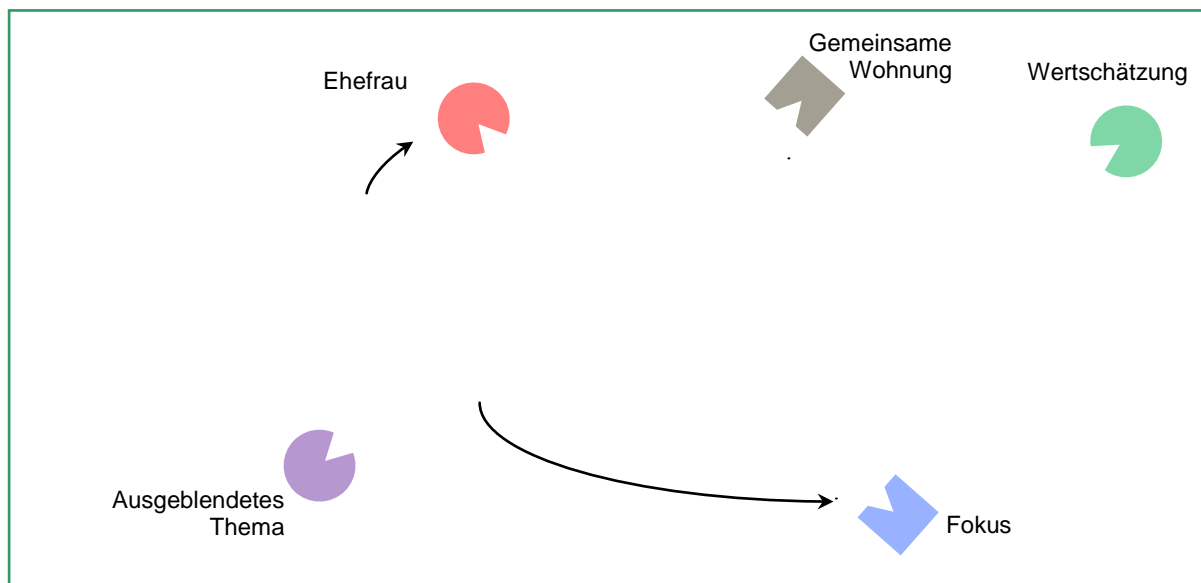
Nee, nee, nee!

Sondern es ist schon in irgendeiner Weise passend, aber fremd und Du bist betroffen. Es löst bei Dir Betroffenheit aus.

Ja.

Okay! Habe ich von Dir die Erlaubnis weiter zu gehen? Lösungsfokussiert weiter zu gehen?

Ja.

Zweites Bild

Gastgeber (nach zwei Stellungswechseln): Für wen ist das eine Verbesserung? Hand hoch!
(Alle gestellten Repräsentanten heben die Hand)

Zur Wertschätzung: Und ab jetzt kannst Du als Thermostat wirken. Du kannst es Dir auch bequemer machen: mit der Hand anzeigen ... nicht verrenken, einfach die Höhe zeigen ... immer wenn ich Dich frage. So, okay!

Zum Fokus: Welchen Unterschied macht es hier?

Fokus: *Oh ich bin aus einer großen Starre! Aus einer großen Starre bin ich hierher spaziert und fühle mich wie erleichtert, sehr erleichtert.*

Zur Ehefrau: Welchen Unterschied macht es bei der Ehefrau?

Ehefrau: *Ich sehe ihn (meinen Mann) zum ersten Mal.*

Und wenn Du ihn so siehst, wie ist das?

Es ist neu! Als müsste ich etwas neu kennenlernen. Und der Blick hier nach rechts (zum Ausgeblendeten Thema) ist auch neu und gleichzeitig auch bekannt. Irgendwie etwas ganz Neues! Und der Blick zur gemeinsamen Wohnung ist immer noch belastet.

Okay!

Zur Gemeinsamen Wohnung: Hier ein Unterschied bei der gemeinsamen Wohnung?

Gemeinsame Wohnung: *Es ist bedeutend leichter, seitdem ich das Ausgeblendete Thema sehen kann. Und es fließt Energie! Also mir geht's besser!*

Zum Klienten: Du kannst jetzt auch rüber rücken, dass Du alles sehen kannst!

Zur Wertschätzung: Und hier?

Wertschätzung: *Also, ich kann jetzt da sein!*

Zum Ausgeblendeten Thema: Hier ein Unterschied?

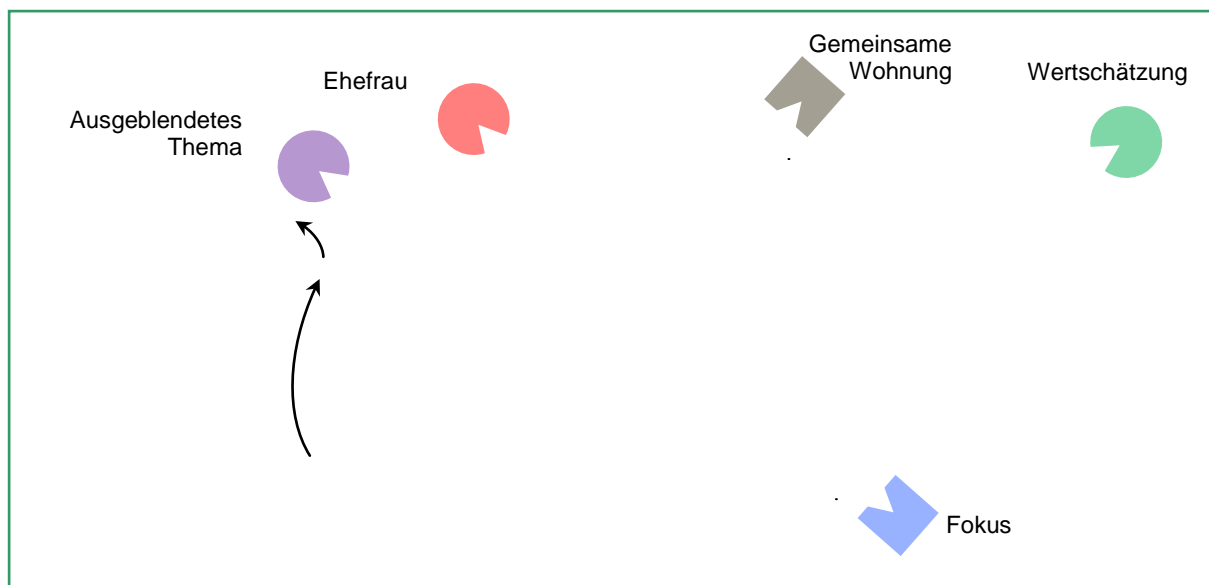
Ausgeblendetes Thema: *Ja, ich fühl mich etwas lebendiger. Aber wenn ich zur Wohnung gucke, bekomme ich Schmerzen im Nacken und wenn ich zur Ehefrau gucke, kommt so ein Kribbeln im Körper, als wenn etwas aufwachen würde.*

Okay!

Ganz stark in den Waden, so dass ich meine, ich müsste losrennen! (Lachen)

Geduld! (Stellt das Ausgeblendete Thema an die Seite der Ehefrau.)

Drittes Bild



Zum Fokus: Welchen Unterschied macht das für Dich? Besser, schlechter, gleich oder anders?

Fokus: *Verstärkt irgendwie meine Ehefrau.*

Ich probiere noch etwas aus: Einen kleinen Schritt zurück!

Zur Ehefrau: Welchen Unterschied macht das für Dich, Ehefrau?

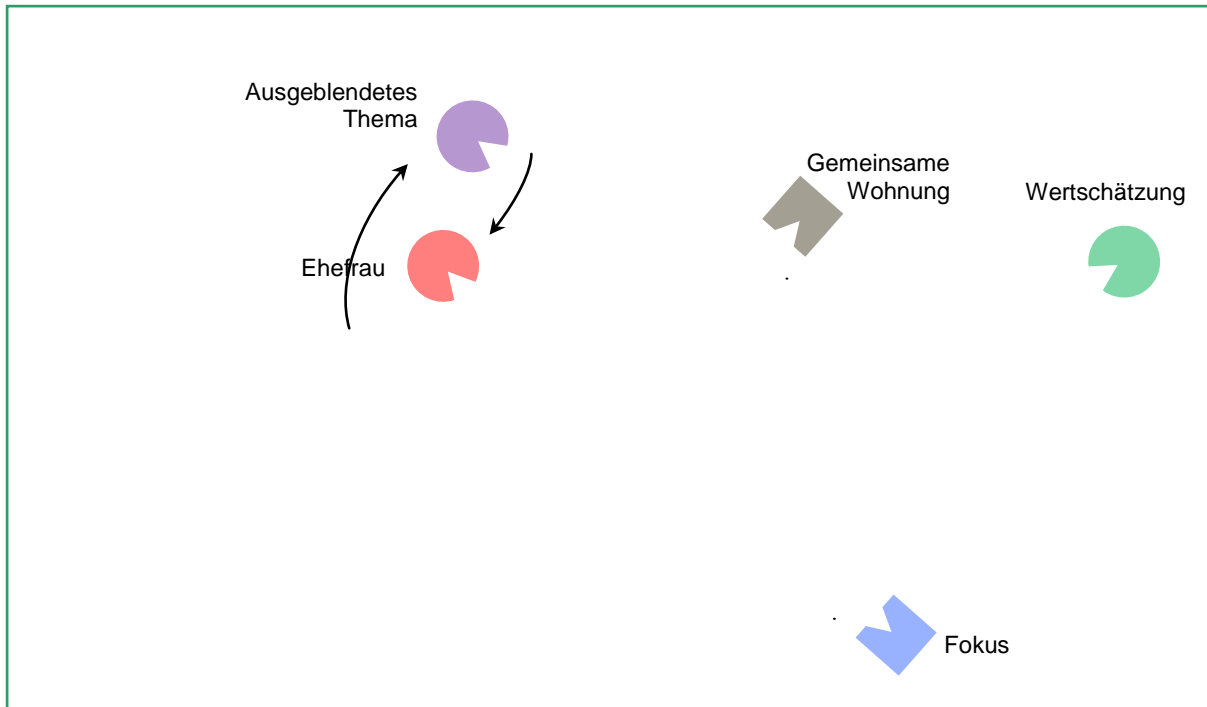
Mir wird schlecht!

Zum Ausgeblendeten Thema: Welchen Unterschied macht das für Dich?

Ausgeblendetes Thema: *... mir ist es auch nicht so gut ... als ob es schlecht wird ...*

Dann darf ich Dich bitten, auf die andere Seite zu kommen. So!

Zur Ehefrau: Und Du gehst ein bisschen nach rechts.

Viertes Bild

Zur Ehefrau: Ist das besser für Dich?

Ehefrau: Das ist anders. Die Übelkeit ist tiefer gerutscht. Das ist ne Erleichterung auf der Seite, nur ... Übelkeit.

Gut. Schau mal nach links rüber!

Traurigkeit!

Gut! Und dann schau mal Deinen Mann an und sag ... ich mach Dir Vorschläge ... die kannst Du modifizieren, wenn Du willst. Du sagst Deinem Mann: Das da gehört mit zu mir und meinem Leben.

Das da gehört mit zu mir und meinem Leben.

Könnte das stimmen?

Oh ja!

Und es ist gut, wenn das seinen Platz haben darf! ... Nein: ... Und es ist gut, wenn das auch gesehen wird!

Es ist gut ... ich kann jetzt nichts anderes sagen ... es gut, es wahrnehmen zu dürfen.

Es ist gut, es wahrnehmen zu dürfen! ... Und dann schaust Du noch einmal da rüber!

Zum Ausgeblendeten Thema: Und Du kommst vielleicht ein bisschen vor, neben sie ... einfach ... (Stellt das Ausgeblendete Thema neben die Ehefrau)

Zum Ausgeblendeten Thema: Wie ist das für Dich jetzt?

Ausgeblendetes Thema: *Besser!*

Gut! Okay, okay!

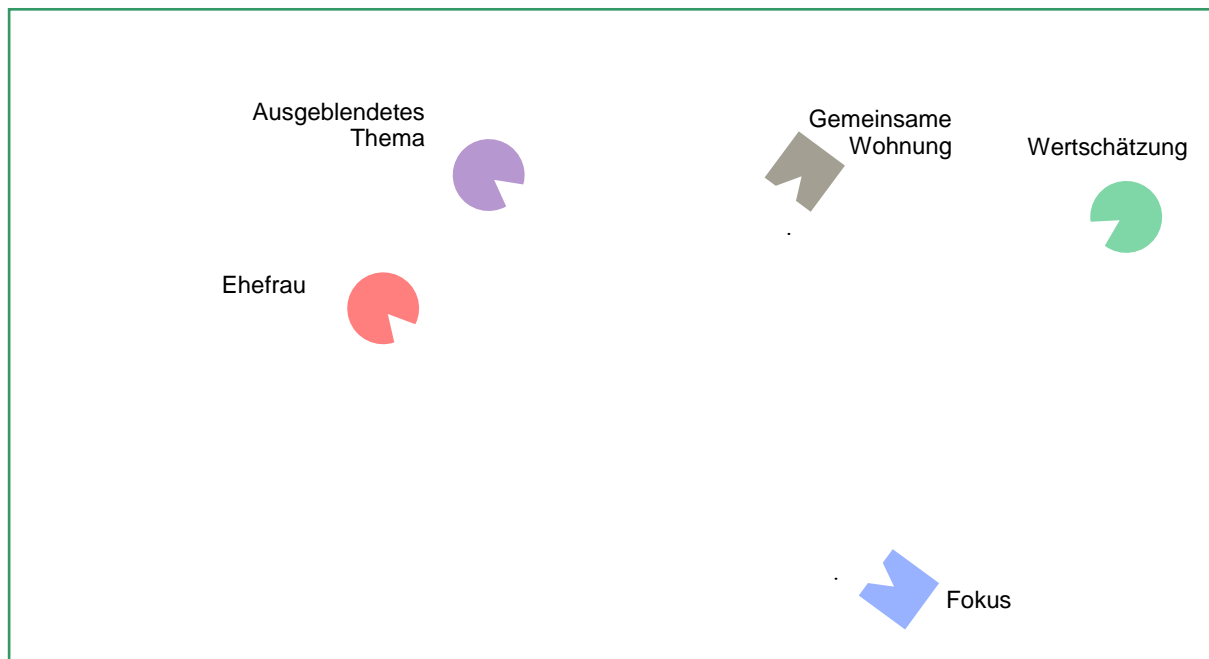
Ehefrau: *Ich habe wie einen Kloss im Hals.*

Zur Ehefrau: Schau mal einfach dorthin [zum Ausgeblendeten Thema] ... (lange Pause) ... und schau wieder zu Deinem Mann ... Wie ist das jetzt?

Ehefrau: Wenn ich hierhin schaue [zum Ausgeblendeten Thema], ist totale Traurigkeit und die Vibration in den Beinen nimmt zu. Und wenn ich zu meinem Mann schaue, merke ich, dass ich überhaupt nicht die Aufmerksamkeit aufbringen kann, ihn länger anzuschauen. Als müsste ich hier [beim Ausgeblendeten Thema] mehr tun. Es ist, es ist so neu und ich hab noch keine Zeit dafür.

Zur Ehefrau und zum Ausgeblendeten Thema: Okay! Macht Ihr beide mal einen halben Schritt nach rechts! Das ist etwas zu viel. Noch etwas Abstand!

Fünftes Bild



Zum Fokus: Wie ist es jetzt für Dich, dort hinzuschauen?

Fokus: Dadurch dass es jetzt so ist, kann ich ... also ich sag mal erst ist es etwas, was mich wirklich nicht so viel angeht. Es ist nicht das Meinige, sondern es ist eine Geschichte zwischen meiner Ehefrau und dem. Das spüre ich sehr gut. Und das entlastet mich auch, dass ich nicht da was habe. Es ist nur schwierig ... hm ... ich fühle es so ... ich will ja helfen, aber kann nicht helfen!

Okay! Und Veränderungen in den Körperempfindungen?

Ich hatte ganz starke Nackenbeschwerden und so auch Unruhe im Bauch ...

Wann war das?

Als das Ausgeblendete Thema auf der anderen Seite stand. Und jetzt ist es anders! Und auch dadurch, dass ich jetzt so mittendurch schauen kann, ist es nochmal anders: es erleichtert mich!

So ist es leichter.

Ja, ja.

Zur Wertschätzung: Jetzt führe ich mal eine Skala ein für Dich: zwischen 0 und 10. Auf welchem Level empfindest Du Dich im Augenblick?

Wertschätzung: Bei 7.

Okay! Und am Anfang warst Du auf welchem Level?

Bei 2, 3.

Okay! Gut!

Zur Gemeinsamen Wohnung: Und hier: Welchen Unterschied gibt es bei der gemeinsamen Wohnung?

Gemeinsame Wohnung: *Also, als das Ausgeblendete Thema dazu kam, war ich erleichtert. Und in mir hat es richtig geschrien: Ja, sie gehört dahin!*

Erleichterung für die gemeinsame Wohnung. Erstaunlich für eine Wohnung, sich so zu äußern!

Ich spür zum ersten Mal die Wertschätzung. Die war vorher nicht da. Aber sie erdrückt mich etwas. Also ...

Okay, okay!

Zum Klienten: Wie kam es denn zu der gemeinsamen Wohnung? Ist das Euer gemeinsames Projekt gewesen? Habt Ihr das selber gestaltet, erworben oder?

Klient: *Nee, erworben nicht. Das Haus war ja da.*

Von wem?

Von meiner Ehefrau.

Das gehört zum Erbe von ihr, ja?

Ja, und die Wohnung haben wir gemeinsam gerichtet. Vor 16, 17 Jahren.

Okay!

Zur Ehefrau: Gut, dann schau mal da herüber und sag zu Deinem Mann: Das ist ein Stück meines Erbes.

Ehefrau: *Das ist ein Stück meines Erbes.*

Und wir haben es gemeinsam ausgestaltet.

Und wir haben es gemeinsam ausgestaltet.

Zum Klienten: Könnte das so stimmen?

Klient: *Ja.*

Okay! Okay.

Zur Ehefrau: Um einen guten Platz für uns zu finden.

Ehefrau: *Als möglichen guten Platz für uns.*

Aha! Okay! ...

Zum Fokus: Und Du sagst: Die Umgestaltung der Wohnung habe ich auch für Dich getan. Oder etwas Ähnliches ...

Fokus: *Hhhmmm (mit großem Fragezeichen)*

Okay! (Lachend:) Also diese Vorschläge, die ich mache, finden offensichtlich nicht besondere Liebe, ja! Gut. ... Dann sagst Du: Dort leben wir zusammen.

(Mit leiser Stimme:) Dort leben wir zusammen.

Ja, in Deinem Erbe. Oder: In einem Teil Deines Erbes.

Ich will immer sagen: Und das gibt uns Sicherheit. Da gibt es irgendwas mit Sicherheit. Das ist so ein Gefühl von: das darf sein.

Zum Klienten: Wie lange lebt Ihr schon dort?

Klient: *In dieser Wohnung?*

Ja

Seit 17 Jahren.

Zum Fokus: Und seit 17 Jahren wohnen wir dort.

Fokus: (mit klarer Stimme:) Seit 17 Jahren wohnen wir dort. – Ja, das kann ich sagen!

Zur Ehefrau: Wie ist es jetzt für Dich?

Ehefrau: Dieser halbe Schritt, der hat mir gut getan. Und ich kann von hier aus auch die Wohnung ... hm ... etwas positiver anschauen.

Gut, okay! ...

Zur Wertschätzung: Und die Wertschätzung – welche Zahl?

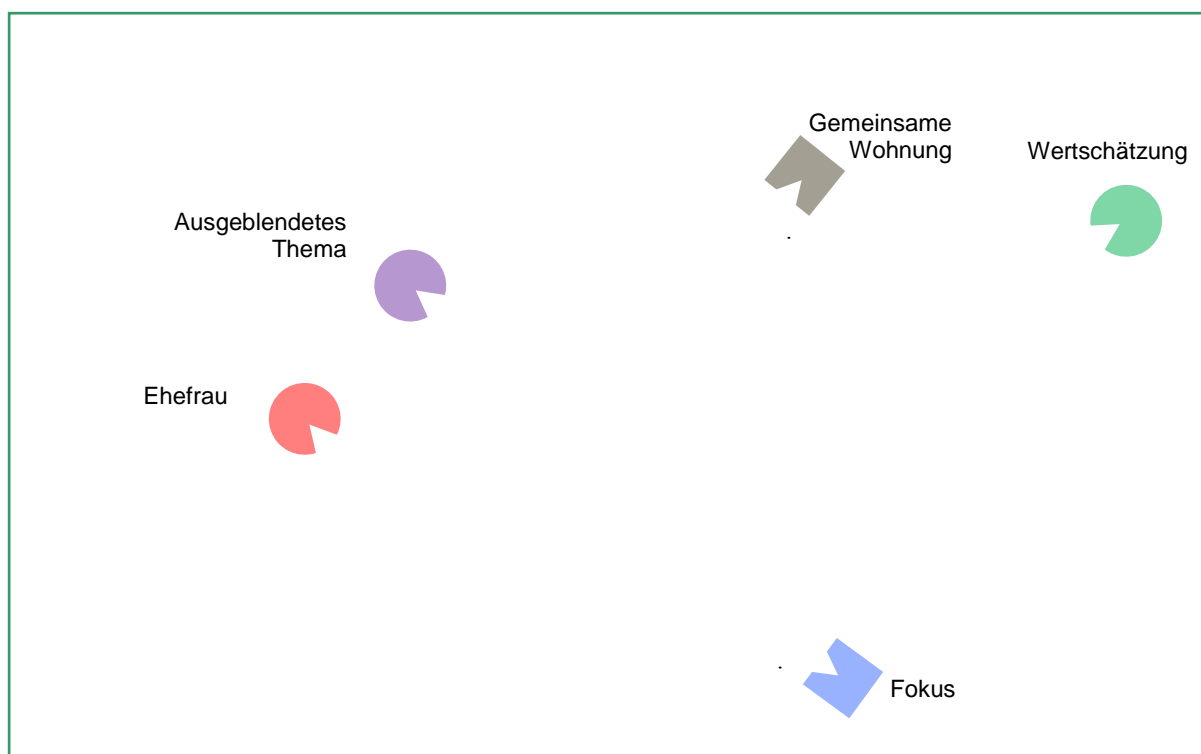
Wertschätzung: 5, 6

Eher runter – ja, das habe ich mir gedacht...

Zu Ehefrau, Ausgeblendetem Thema und Fokus: Ihr drei, Ihr geht einen Schritt hierher...

Aber sonst in der Beziehung zueinander bleibt Ihr gleich. ...

Sechstes Bild



Zum Fokus, der Ehefrau, dem Ausgeblendeten Thema: Besser, schlechter, gleich oder anders?

Fokus: Besser!

Ehefrau: Besser!

Ausgeblendetes Thema: Besser!

Gut! Und noch ein ganz kleines bisschen ... so, dass es gegenüber ist ... okay!

Zum Fokus: Und dann sagst Du ...

Zum Klienten: Wie sprichst Du Deine Frau an?

Klient: M.

Zum Fokus: Liebe M., das ist nur eine Wohnung.

Fokus: *Liebe M., das ist nur eine Wohnung. Ja, das ist ganz richtig!*

Und dann sagst Du: Das ist nur ein Mittel zum Zweck!

Das ist nur ein Mittel zum Zweck!

Passend?

Ja.

Zur Ehefrau: Wie ist das für Dich, wenn Du das hörst?

Ehefrau: *Ich hab das Gefühl, für mich ist das anders.*

Ja, genau, wie?

Ich kann es gar nicht richtig in Worte fassen. Es ist immer noch ... Es repräsentiert für mich ne Dominanz oder Schwere.

Zum Klienten: Ist das ihr Elternhaus?

Ja.

Zur Ehefrau: Gut. Dann sag: Das ist mein Elternhaus.

Das ist mein Elternhaus.

Zum Klienten: Ist sie dort groß geworden?

Teils, teils.

Zur Ehefrau: Dort bin ich zum Teil groß geworden.

Da bin ich aufgewachsen – kommt da.

Da bin ich aufgewachsen.

Da bin ich aufgewachsen ...

Ja, okay.

Wertschätzung: *Also 5, 6.*

Gut, hm.

Zum Ausgeblendeten Thema: Wie ist es für Dich? Welchen Unterschied macht das jetzt?

Ausgeblendetes Thema: *Hm. Also hab jetzt zuerst ... ich hab hier so nen Druck (zeigt auf die Brust) ... aber es ist ein bisschen leichter um die Beine herum.*

Okay, gut.

Zum Klienten: Komm mal herein und tritt mal hinter den Fokus, leg die Hände auf die Schultern und schau über die Schultern in Dein System herein. ... Darf ich vorstellen: Das ist Deine Frau M. Und da gibt es an ihrer Seite etwas, was noch dazu gehört. Und zwar zu ihr und ihrem Leben dazugehört. Was jetzt in den Blick getreten ist für Dich. ... Und dann gibt es hier eine gemeinsame Wohnung, in dem Haus, in dem Deine Frau aufgewachsen ist. Und die Ihr gestaltet habt. ... Und wenn Du das Gefühl hast: es ist okay und Du kannst an diese Stelle treten (die des Fokus), dann gib einen leichten Druck auf die Schultern und entlasse Deine Repräsentantin und tritt selber an diese Stelle. ... Und mach einen Schritt nach vorne noch ... genau!

Zum ehemaligen Fokus: Und Du entrollst Dich wieder gut, gehst vielleicht darüber ...

Zum Klienten: So, wie ist es jetzt?

Klient: Die beiden sind fast wie eins.

Okay. Ich schlag Dir mal einen Satz vor und wenn Du willst, kannst Du ihn ausprobieren, indem Du ihn sagst und dann nachher wahrnimmst, welche Wirkung es auf Dich hat. Du sagst: Liebe M., es scheint, als ob ich da bisher etwas übersehen hätte ...

Liebe M., es scheint, als ob ich da bisher etwas übersehen hätte ...

Und wenn das der Fall sein sollte ...

Und wenn das der Fall sein sollte ...

Dann tut es mir wirklich leid ...

Dann tut es mir wirklich leid ...

Okay! Wie ist das, das gesagt zu haben?

Es ist kein wirklicher Bezug da ...

Zu wem?

Zu diesem Ausgesprochenen.

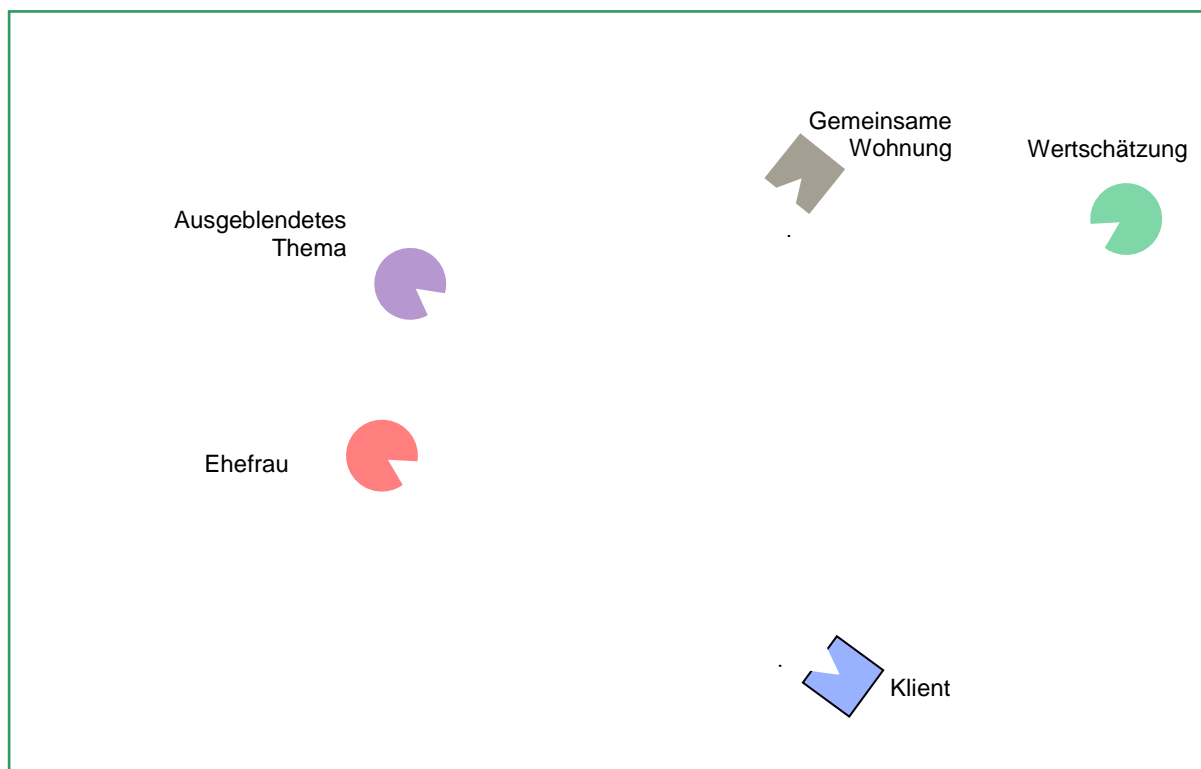
Zu dem Ausgesprochenen. Okay.

So undefinierbar. Ist was?

Gut. ...

Zur Ehefrau: Mach mal einen kleinen Schritt nach vorne!

Siebttes Bild



Zur Ehefrau: Wie ist es für Dich, das gehört zu haben?

Ehefrau: Hm. Ich kann den Satz gut hören ... und gleichzeitig das, was mein Mann gesagt hat, auch nachvollziehen.

Hm, hm. Okay. Dann sag ihm mal unter Bezug auf das, was da links neben Dir steht: Das gehört mit zu meinem Leben.

Das gehört mit zu meinem Leben. ... Und mir kommt noch was ... Bevor ich Dich wirklich sehen kann, muss ich mich damit beschäftigen... Das ist so: manchmal sehe ich was und manchmal ist es wieder weg.

Gut! Und dann sag zu ihm: Bitte gib mir etwas Zeit, damit klar zu kommen. Oder mich damit zu beschäftigen.

Bitte lasse mir die Zeit, mich hiermit zu beschäftigen.

Zum Klienten: Wie ist das, wenn Du das hörst?

Klient: *Das ist gut!*

Wie möchtest Du darauf antworten?

Das will ich gerne tun!

Hm. Okay! Dann sagst Du zu M.: Du bist Du!

(Sehr achtsam:) Du bist Du!

Und ich bin ich!

Und ich bin ich!

Und das, was zu Dir gehört, ist etwas, was zu Dir gehört!

(Sehr achtsam:) Und das, was zu Dir gehört, ist etwas, was zu Dir gehört!

Und das achte ich als zu Dir gehörig!

Und das achte ich als zu Dir gehörig!

Wie ist das, wenn Du das jetzt so sagst?

Das ist okay!

Dann sagst Du: Das achte ich wirklich!

Das achte ich wirklich!

Zur Ehefrau: Wie ist das, wenn Du das hörst?

Ehefrau (zeigt auf die Wertschätzung): *Ich sehe die Wertschätzung im Augenblick!*

(Lachend:) Leichter Verdacht, dass es etwas mit Wertschätzung zu tun haben könnte ... das heißt, es ist Dir willkommen?

Es ist offensichtlich angekommen und ich registriere es dadurch. Die Worte nicht so sehr, aber die Veränderung im Gesicht.

Ja, okay.

Zur Wertschätzung: Irgendein Unterschied hier?

Wertschätzung: *Ich bin jetzt ganz da!*

Nämlich?

9-10

9-10!

Zum Klienten: Dann guck mal rüber zu der Wertschätzung. Die sagt 9-10 auf der Skala zwischen 0 bis 10. Du kennst ja diese Skalen schon. Leichte Erinnerung daran, was 10 bedeuten könnte. ... Also in unserem Kontext: Das Optimum an Wertschätzung!

Zur Gemeinsamen Wohnung: Da gibt es noch eine Meldung von der gemeinsamen Wohnung?

Gemeinsame Wohnung: *Ja. Seitdem M. das ausgesprochen hat ... ich wollte vorher weg, ich*

hatte so Schmerzen ... im linken Unterschenkel ... und seitdem sie jetzt gesprochen hat, geht's mir gut und ich kann auch die Wertschätzung ...

Seitdem sie was gesagt hat?

Dass er ihr Zeit lassen muss, dass das zu ihr gehört ...

Also sie hat eine Bitte geäußert: Bitte lass mir Zeit, mich mit dem zu beschäftigen! Seitdem geht's Dir gut?

Viel besser!

Zum Klienten: Ja, ich glaube, das wär's ... Um auf einen Wert zu kommen von 9-10 auf der Skala der Wertschätzung ist, glaube ich, ziemlich optimal.

Klient: *Hm, ja.*

Und Du kannst Dich umschauen in Deinem System ... auch wahrnehmen, dass es da deutliche Verbesserungen gibt ... und da gibt es etwas, dem es anders geht ... auch das wahrnehmen ... und all das, was gut ist an diesem Bild, diesem Lösungsbild führst Du zu Deinem Herzen in einer weit ausholenden Bewegung Deiner Hände ... und vertraust es Deinem Herzen an, was am besten weiß, wie es damit umgehen kann. Und lässt Dich überraschen, was Dein Herz damit vorhat. ... Und mit einer kleinen Verbeugung entlässt Du Deine Stellvertreter aus Deinem System. Sagst: Danke, Ihr seid entlassen! Und jedes Ende einer Aufstellung ist ein neuer Anfang. Gute Fortsetzung in der Außenwelt!

Zu den ehemaligen Repräsentanten: Und diejenigen, die Rollen hatten, bitte reibt das Gesicht, schüttelt Euch ein bisschen, macht ein paar Schritte, trinkt etwas – wir machen 10 Minuten Pause und danach unser Nachgespräch ...

Nachgespräch

Gastgeber: So jetzt kommen wir zur dritten Etappe, nämlich dem Nachgespräch. Es geht auch in einer gewissen Reihenfolge voran. Also zuerst hat derjenige, der das Anliegen eingebracht hat, das Wort, wenn er etwas sagen will oder wenn sie etwas sagen will. Dann gibt es Platz für Rückmeldungen aus den Rollen und zum Schluss allgemeine Fragen, auch aus der Beobachterposition oder was sonst noch ansteht.

Gibt es etwas, was Du E. sagen möchtest?

Klient: *Ja, in gewisser Weise fühle ich mich bestätigt in meiner Wahrnehmung oder in meinem Empfinden ... was hier in dieser Situation auch auftrat: dieser getrübte Blick. Ja, es fehlt etwas. Das hat es schon wiedergespiegelt. Und ich vertraue jetzt einfach auf den Vorgang.*

Also Du nimmst deutlicher wahr, dass es da Übereinstimmungen gibt mit Deiner bisherigen Wahrnehmung und bist neugierig darauf, was sich noch ergeben wird. ...

Ja! Okay. Dankeschön! Ist es für Dich okay, wenn wir noch weiter reden und Du Dir es anhörst? Man kann es auch so machen, dass derjenige, der da gearbeitet hat, gar nicht an dem Nachgespräch teilnimmt – er hat eben auch das Recht, einen Spaziergang zu machen in der Zwischenzeit. Manchmal ist das nützlich, wenn man das Lösungsbild so vor Augen hat, dass man das eine Weile behalten will. Das ist jedem freigestellt.

Okay, aus den verschiedenen Rollen: Mag noch jemand dem E. etwas sagen?

Ehemaliger Fokus: *Ja, mir war noch ... hinterher war mir noch deutlicher, als ich mich gelöst hatte ... als ich dort stand, war die Wohnung so mächtig vor mir und das hat mich richtig stark gemacht. Und erst als ich gelöst wurde, dachte ich: Das war eigentlich die Hauptperson! Die Wohnung! Die Wohnung, die Wohnung, die Wohnung!*

Im Anfangsbild!

Ja, als ich da stand, hätte ich das nicht so formulieren können. Und ich konnte es erst formulieren, als ich da raus ging. Und als ich rausgestellt wurde dachte ich: Jetzt geht es eigentlich erst um etwas ganz Anderes, jetzt geht es um M.! Jetzt geht es nicht mehr um die Wohnung! Die Wohnung war gar nicht mehr relevant für mich. Das war auch ne Irritation in mir, zu merken, da gibt es noch etwas mit M., was auch ich nicht lösen kann. Das ist etwas, was zu ihr gehört und ob sie damit etwas macht oder nicht macht, steht nicht in meiner Macht. So. Sondern ich lerne, das zu respektieren. Aber ich habe auch gespürt, was das für ein Durchgang ist, wenn man da steht.

Klient: *Ich meine, das tun zu müssen, aber ich kann nicht ... Das war sehr stimmig für mich!*

Ehemaliger Fokus: *Ich möchte gerne helfen. Ja, es war ganz klar, dass Du gerne helfen möchtest, aber die Hilfe ist die Nicht-Hilfe. Und das ist ein Prozess, der durch mich durchging, während ich da war. Und da traue ich Dir dann zu, dass sich da was tut!*

Und das hast Du stellvertretend für ihn gemacht.

Zum Klienten: Das ist die Dienstleistung in der Stellvertretung: dass sie etwas Stellvertretendes für Dich macht und Du kannst das wahrnehmen, wie das für Dich ist.

Zum ehemaligen Fokus: Und bei dem ersten Bild könnte man sagen, was Du ausdrückst, war so etwas wie eine Wohnungstrance.

Ehemaliger Fokus: *Richtig, richtig!*

Für die Trance ist kennzeichnend, dass man das selber nicht weiß, wenn man drin ist. Also sie sagt: In dieser Position stand ich genau der Wohnung gegenüber und nicht etwa M.. Die Wohnung war das Wichtigste! Aber wie stark das war, habe ich erst gemerkt, als ich rausging aus der Trance. Das ist sehr typisch für das Trance-Erleben.

Auch die Starrheit, auch das, was mich da so stehen lässt, habe ich gespürt. Aber nicht so. Erst als es sich gelöst hatte ...

Dankeschön! Weitere Rückmeldungen?

Ehemalige Ehefrau: *Für mich war sehr deutlich spürbar, zum ersten Mal ein Gespür von, ein Ansatz von Verbundenheit zu Dir (Klient), als Du mir mein Thema zugestanden hast. Und ich dann auch den Halbschritt vorgehen durfte. Das war ganz wichtig für mich. Für diesen Kontakt und das, was hinter mir stand, so gebunden zu sein, dass ich nicht einmal ... Also es war wichtig, diesen halben Schritt auf Dich zu ... war ganz wichtig. Und dadurch ging in der Tür ein Spalt auf, um auch diese Liebe zu sehen, die aus Deinen Augen strömte. Das wäre vorher nicht gegangen. Oder ich konnte es nur vom Verstand her und da war dann die Möglichkeit, es doch zu fühlen. Noch in einem neuen Maß.*

Eine erstaunliche Entwicklung! Vom Anfang an. Sie stand ja ziemlich nah bei Dir im Anfangsbild und sagte: Ich hab keinen Bezug dazu oder sehe ihn nicht! Entgegen allen Augenschein von außen! Da würde man sagen: sie muss ihn sehen! Aber sie tut es nicht, wie durch einen Schleier. Jetzt sagt sie nach der Veränderung: Ich sehe wie die Liebe strömt aus Deinen Augen! Eine erstaunliche Veränderung! ... Schön! Weitere Rückmeldungen?

Ehemaliges Ausgeblendetes Thema: *Ja, ich war ja zuerst unbeteiligt in meiner Rolle. Das ging auch weiter so, als ich neben der Ehefrau stand. Dann hat aber die M. mich einmal angeguckt. Weil Du gerade sagtest, da kam so eine tiefe Liebe. Und da dachte ich, dass sie ... ja diese Zuwendung meinem Thema brachte ... irgendwo war da auch so ein liebender Blick drin. ... Und ab da wurde ich total traurig. Also da kam die ganze Trauer raus.*

Da war eine klare emotionale Bewegung da ... angeschaut zu werden von der Ehefrau.

Ja, ja.

Gut!

Der Blick war sonst immer so leer, so nichts, so kalt irgendwie ... und dann kam dieser emotionalere Blick, dieser anerkennendere Blick oder aus dem Herzen mehr ...

Von der Ehefrau

Von der Ehefrau ... und dann kam die ganze Trauer.

Ja, okay! ... Also man sieht daran, wie wichtig dieses ausgeblendete Thema ist! Im ersten Bild stand es ja sehr deutlich hinter dem Fokus, also nicht im Blick. Das ist eine häufige Anfangsstellung für das ausgeblendete Thema: wenn es ausgeblendet ist, ist es halt ausgeblendet. Aber nichts desto trotz ist es da! Und es ist wichtig, es mit einzubeziehen. Da war eine ganz wichtige Interaktion zwischen der Ehefrau und ihrem Thema.

Zum Klienten: Was Du auch siehst, aber mit Abstand. Und es ist etwas, was Deine Ehefrau und ihr Thema betrifft.

Ehemaliger Fokus: *Heißt das auch, wenn ich so nah bin, dass dann die andere Person gar nicht auf ihr Thema kommen kann, weil es so besetzt ist? Und wenn ich dann Freiraum gebe, kann auch diese Person mehr hinschauen?*

So denke ich nicht.

So denkst Du nicht.

Ich denke einfacher. Ich mache Änderungen und überprüfe dann, ob es eine Verbesserung ist. Und solche Gedankengänge wie: „Erst wenn der das tut, kann das sein!“ halte ich für Umwege.

Aber das habe ich ja erfahren! Das war meine Erfahrungswelt!

Nein, Du hast erfahren, dass es eine deutliche Verbesserung gibt, wenn Du den Ort wechselst. Das, was Du jetzt berichtest, ist die Interpretation dieser Erfahrung!

Richtig, richtig!

Wenn ich anfangen wollte, zu interpretieren, dann wird es sehr kompliziert. Also dann bin ich nicht mehr so hilfreich, ja? Ich arbeite hier wie ein Trüffelschwein: ich bin nur interessiert an Verbesserungen! Meine Trüffel sind die Verbesserungen. Und dass man da, wenn man so rum suhlt wie die Trüffelschweine, noch andere interessante Dinge findet, das ist auch klar. Aber ich will nur Trüffel haben! Und das sind Lösungen! Und deswegen lasse ich die anderen Sachen weg, weil die einiges durcheinanderbringen. Unter anderem lasse ich die Interpretationen weg. Manche in Aufstellungen fragen sich ja: Was bedeutet das jetzt, dass da jemand Kälte empfindet usw. Das frage ich mich nicht. Obwohl ich ein alter Hermeneutiker bin und mich früher viel um Bedeutungen gekümmert habe: alles bedeutete mir etwas, sagte mir etwas. Was hat mir das zu sagen? Was kann ich daraus lernen? Also: ich habe die ganze Welt in eine Schulstunde verwandelt. Und dann habe ich aufgehört damit. Weil es noch Interessanteres gibt als zu lernen ... Ich bin nur interessiert an Verbesserungen und dann überprüfe ich diese Verbesserungen, ob's wirklich eine Verbesserung ist. ... Okay, noch Rückmeldungen aus einer Rolle?

Ehemalige Gemeinsame Wohnung: *Also für mich als Gemeinsame Wohnung war das Ausgeblendet Thema von Anfang an ganz wichtig! Ich konnte es nicht sehen. Und als es dann bei der Ehefrau stand und sie gesagt hat: „Es ist ein Teil meines Erbes!“ - da ist so viel passiert, also Erleichterung. Dann konnte ich erst die Wertschätzung spüren überhaupt, dass es die gibt. Vorher war die gar nicht da und später erdrückend und da war es sehr positiv, also gut!*

Die Wertschätzung haben wir ja deutlich als Maß definiert. Das ist für mich eine Hilfe, um zu überprüfen, ob ich kundenorientiert arbeite. Kundenorientierung heißt wahrnehmen: Was will derjenige mit diesem Anliegen? Und da war eine klare Aussage.

Zum Klienten: Bitte korrigiere mich, wenn ich Dich falsch verstanden habe! Das war die klare Aussage: die Wertschätzung soll wachsen!

[Zustimmendes Nicken des Klienten]

Das heißt: ich habe mich dem gewidmet und immer überprüft, ob die Wertschätzung wächst. ... Und irgendwann hat sie in der Mitte gesagt: Jetzt komm ich erst vor! Und ich hatte einen ersten Maßstab, mit der Höhe, und dann ist sie aufgestanden, und dann habe ich einen zweiten Maßstab eingeführt, um es leichter zu machen, nämlich die Skala von Null bis 10. Und dann gab es zwischendurch eine Etappe, wo der Wert niedriger ging und das war für mich ne klare Rückmeldung: so geht es nicht! Mach etwas anderes! ... Das ist wichtig bei dieser Form von Aufstellungsarbeit, dass man sehr klar am Auftrag bleibt, den der Klient einem gibt! Also wenn sich die Frage z.B. stellt: Nicht alle Teile haben sich nur verbessert. Es gab ja eine klare Rückmeldung vom Ausgeblendeten Thema, dass es ihm nicht gut ging – das habe ich wahrgenommen. Aber ich habe nichts mehr getan, um das zu ändern. Warum? Weil der Auftrag war, die Wertschätzung zu vergrößern! Und das war mein Fokus!

Klient: *Kannst Du Dich noch erinnern, was der Punkt war, nachdem die Wertschätzung wuchs?*

Besonders nach dem, was Du dann getan hast, als Du dann an die Stelle des Fokus tratst und dann bestimmte Worte gesagt hast, dann ging die Wertschätzung wieder hoch.

Ehemalige Ehefrau: *Die Wertschätzung ging hoch, als er das Thema bei der Ehefrau gelassen hat und sie mit dem Thema gesehen hat, da ging die Wertschätzung hoch!*

Ehemalige Wertschätzung: *Ich war eine Zeitlang unsicher, weil ich das auch als sehr große Distanz zwischen den beiden erlebt habe. Zwar waren alle irgendwie im Sichtfeld, aber ich war mir nicht sicher, wie viel Raum ich da habe. Dass sie zu weit weg ist.*

Das ist etwas, was in dem Verfahren keine Rolle spielt. Es spielt keine Rolle, was Du denkst oder wie Du das interpretierst. Du nimmst das zwar wahr und es beschäftigt Dich und Du darfst es auch ausdrücken, aber ich überhöre es wohlwollend. In diesem Verfahren bin ich auf der sicheren Seite, wenn ich nur achte auf die Veränderungen von Körperempfindungen, nicht auf Gedanken! Die werden gesagt, aber die überhöre ich wertschätzend. Deswegen frage ich immer wieder einmal nach, wenn jemand Gedanken hat: Und was hat sich verändert in der Körperempfindung? Und wenn sich nichts verändert, verändert sich nichts! Da bin ich sozusagen auf der sicheren Ebene, auf der sicheren Seite der repräsentierenden Wahrnehmung. ... Auch hier gilt, dass Weniger erstaunlich gute Wirkungen zeigt. Es ist ein sehr ungewohntes Verfahren.

Ehemaliger Fokus: *Hat also die Nähe oder die Entfernung den gleichen Wert?*

Nein, auch das nicht! Ich interpretiere es gar nicht! Weder so, noch anders.

Das ist ja ein Paradigmenwechsel: von Wertungen entkoppeln. Dann ist es mir eine Hilfe, wenn ich so nachspüren kann: aha, ich muss es ja nicht bewerten. Ist es besser oder schlechter? Es ist gleich wert.

Noch nicht einmal das! Noch nicht einmal gleichwertig! Auch das wäre eine Bewertung. Es interessiert mich gar nicht. Was mich interessiert, ist, was die Leute sagen, ob es eine Verbesserung gibt in ihrem Körperempfinden. Das interessiert mich, das ist das einzige. Und dann gibt es natürlich ein paar besondere Kriterien. Und in diesem Fall war das die Wertschätzung. Auf die achte ich besonders. Das ist die Hauptinstanz, der ich mich zuordne, wo ich zu einer Verbesserung beitragen will, weil das der Auftrag war und nur das der Auftrag war. Es war z.B. nicht der Auftrag, dass die Ehefrau mit diesem Thema, was immer das sein mag, besser klarkommt. Das war kein Auftrag! Das wäre sozusagen ein Fernheilungsauftrag. Es kann natürlich sein, dass es da Heilungsphänomene gibt in dieser Welt, aber dazu habe ich keinen Auftrag. Und wenn ich den bekommen würde, würde ich ihn so bezeichnen und sagen: ich bin eigentlich kein Fachmann für Fernheilungsaufträge! Und ... vielleicht können wir etwas machen, was für Dich nützlich ist und mit den hier Anwesenden zu tun hat?

Ehemalige Gemeinsame Wohnung: *Aber das gibt es doch: Bei einer Aufstellung passiert etwas, was auch zuhause wahrgenommen wird?*

Ja, das sagen viele.

Da hältst Du nichts davon?

Ich beobachte es auch, ab und zu, aber das ist kein Grund für mich, dieses Verfahren anzuwenden. Das Verfahren hat erstaunliche Wirkungen, aber die Hauptwirkung ist für mich ziemlich naheliegend: Verbesserungen möglich zu machen bei Themen, unter denen Menschen wirklich leiden. Also für mich ist es ein kostbares Mittel zur Verringerung menschlichen Leidens. Einfach nur dieses! Auch ein kunstfertiges Mittel zur Verringerung menschlichen Leidens. Übrigens ist das eine Definition, die im Osten benutzt wurde, um Logik zu beschreiben, logisches Denken. Logisches Denken ist ein kunstfertiges Mittel zur Verringerung menschlichen Leidens. Also wenn man klar denkt, leidet man weniger und fügt anderen weniger Leiden zu. Ich kann das bestätigen. Das Erstaunliche ist dann, dass Denken oder Philosophie ungemein praktisch ist! Und das finde ich großartig. ... Okay, jetzt aus der Beobachterrolle: gibt es irgendwelche Fragen, Beobachtungen von außen?

Teilnehmerin: *Was ich sehr interessant finde, ist, was die Wohnung alleine ausgelöst hatte zu Anfang. Dass der Blickkontakt von der Ehefrau zur Wohnung sehr stark war und gar nicht zu ihrem Mann. Und dass alle sich mit dieser Wohnung sehr unwohl gefühlt haben. Und dass durch diese Umstellung die Wohnung dann auch so akzeptiert wurde, obwohl so im Vordergrund unwohle Gefühle gestanden haben. Dass sie so viel Raum einnehmen können – die vier Wände!*

Zur Gruppe: Okay, hat noch jemand etwas zu bemerken oder können wir es so beschließen?
Gute Fortsetzung in der Außenwelt!

Gute Fortsetzung in der Außenwelt!

Zum Klienten: Danke für das, was Du eingebracht hast und wie Du es eingebracht hast!

Kommentar

Die Aufstellung des ausgeblendeten Themas eignet sich für viele Anliegen. Besonders ratsam ist sie bei Themen, die den Fragesteller schon lange beschäftigen oder die viel Energie kosten. Beides trifft auf das Anliegen zu, das der Klient zum Thema macht. Es geht ihm um eine Verbesserung seiner Beziehung zu seiner langjährigen Ehefrau.

Neben diesen beiden Personen spielen zwei Kontextfaktoren eine Rolle. Der eine ist die gemeinsame Wohnung, die in der Aufstellung als Ort betrachtet wird. Der andere ist ein Wert, an dem sich Verbesserungen beim Vorgehen ablesen lassen. Da für den Klienten die Wertschätzung eine so deutliche und klare Rolle spielt, bietet sie sich als Maßstab für Verbesserungen an. Die Wertschätzung wird als gewählter, nicht gestellter Repräsentant eingeführt, der anhand seiner Körpergebärden Fortschritte oder Rückschritte melden kann. Auf diese Weise kann dieser Repräsentant wie ein Thermostat Rückmeldungen in das System geben, die zu Fortschritten genutzt werden. Später erfolgen diese Rückmeldungen einfach durch Zahlenangaben auf einer Skala zwischen 0 (keine Wertschätzung) und 10 (hohe Wertschätzung).

Nach der Abfrage des ersten Bildes war sich der Gastgeber über die Anschlussfähigkeit dieses Bildes nicht 100-prozentig sicher. Aus diesem Grund bat er den Anliegenbringer in die Aufstellung, um ihm einen kinästhetischen Zugang zu ermöglichen.

Der Stellungswechsel zum zweiten Bild ermöglicht es, auch das Ausgeblendete Thema in den Blick zu nehmen. Dies führt zu einer deutlichen Verbesserung bei allen Repräsentanten.

Im dritten, vierten, fünften und sechsten Bild wird durch Stellungsarbeit und kleine Dialoge nach einem stimmigen und guten Platz zunächst für das Ausgeblendete Thema und dann auch für Ehefrau und Fokus gesucht. Ein größerer Abstand zur gemeinsamen Wohnung erweist sich als hilfreich. Dann wird der Klient in seine Aufstellung eingeladen, um mit ihm direkt weiter arbeiten zu können. Ihm wird vorgeschlagen, das, was sich möglicherweise zwischen ihm und seiner Frau vermengt hat, deutlich zu trennen. Diese in Worten deutlich angesprochene Unterscheidung vollzieht er nicht nur in gesammelter Achtsamkeit, sie hat auch eine deutliche Erhöhung der Wertschätzung zur Folge. Mit einer Wertschätzung zwischen 9 und 10 auf der eingeführten Skala kann der gegebene Auftrag als erfüllt bezeichnet werden.

Nachgespräch nach 8 Wochen

Gastgeber (im Text normal gesetzt): Lieber E., wir führen miteinander ein lösungsorientiertes Gespräch ... und zwar unter Bezugnahme auf unser letztes Zusammensein, als Du diese Aufstellung gemacht hast. Wir hatten ja damals ein relativ langes Vorbereitungsgespräch ... Was mich interessiert: Was hat sich in der Zwischenzeit verändert?

Klient (im Text kursiv gesetzt): Was das Thema angeht?
In Bezug auf das Thema, was Du damals eingebracht hast.

Ja, was hat sich verändert? Also, die letzten zwei, drei Tage war ich ziemlich down. Aber davor und in der Zwischenzeit konnte ich besser bei mir bleiben! Und ich habe meine Frau dort gelassen, wo sie ist, und dort auch abgeholt. Ihr das Ihre zu lassen, ja, das war ganz schön!

Gratulation! Wie ist Dir das denn gelungen?

Das kann ich so gar nicht erklären. Ich hatte einfach ... ich war einfach liebevoller ... ich war irgendwie verständnisvoller ... es fiel mir gar nicht schwer. Es war auch ein Gefühl dabei wie: es ist so richtig, wie es ist!

Du hattest ja damals das zum Thema gemacht: die Beziehung zu Deiner Frau. Wir haben eine Aufstellung des Ausgeblendeten Themas gemacht und Dir ging es sehr um liebevollere Wertschätzung. Und jetzt sagst Du: das hast Du eigentlich so erlebt, dass sich das ein gutes Stück verbessert hat.

Ja, ja. ... Und das hat mich auch sehr berührt mit dieser Wertschätzung. Es war für mich ein wichtiges Anliegen. ... Und auch dieses Ausgeblendete Thema, das ja eine große Bedeutung hatte bei allen, die mit aufgestellt waren ... es war einfach wichtig.

Bei allen Systemelementen, die darauf reagiert haben ...

Ja. ... Und das hat mir auch gezeigt, dass ich das vielleicht manchmal zu sehr außer Acht gelassen hatte.

Vorher.

Ja, dass das einfach mehr beachtet wird.

Also: man könnte sagen: die Aufstellung hat Dir geholfen, die Beziehung zu Deiner Frau zu verbessern!

Ja!

Ist das nur Dein eigenes Empfinden oder hast Du auch irgendwelche Rückmeldungen von anderen bekommen? Vielleicht von Deiner Frau oder vielleicht von anderen, die Euch erlebt haben?

Nee, von anderen nicht. Wir sind gemeinsam eigentlich nur bei unseren Kindern, wenn wir wohin gehen ... oder wir gehen wohin essen. Das ist dann eigentlich mehr anonym, bei fremden Menschen sozusagen. Da wird nicht viel auffallen.

Und es ist ja auch etwas sehr Spezielles, Intimes und Persönliches, was Euch angeht – deswegen bekommen andere kaum etwas mit.

Ja.

Und Deine Frau, wie hat die reagiert?

Ja, ich hätte mir von ihr schon eine Reaktion gewünscht, sag ich mal. Aber ich habe auch nicht danach gefragt. Sie war so irgendwie so eigen schweigsam und ... vielleicht ist es gerade das, was in der Aufstellung angesprochen wurde: Ihr dieses Eigene zu lassen!

Ja, genau!

Und das fällt mir jetzt immer wieder stärker auf in unserer Interaktion: sie taucht manches Mal so ab, dass ich das Gefühl habe: sie ist gar nicht da! So. Das ist irgendwie etwas ganz total Eigenes. Und das war wohl dieses Element!

Also, sie geht in ihre eigene Welt.

Ja, ja.

Und vorher war ja auch das Thema, dass Du gesagt hast, Du hast mehr erwartet von Deiner Frau, Du wolltest bestimmte Rückmeldungen haben. Und eine Zunahme von Wertschätzung bestand für Dich darin, weniger zu erwarten, sie so sein zu lassen, wie sie ist ...

Genau!

Und das erlebst Du!

Ja, das erlebe ich! Aber das macht mir auch Angst! Das ist manchmal nicht einfach! ... Weil ich ... Das zeigt mir aber auch, dass hier Kontrolle im Spiel ist! Die sich über lange Zeit, zu lange Zeit entwickelt hat, dass man einfach Bescheid wissen will: Wo bin ich dran? Wie bin ich mit ihr dran? Wie schätze ich sie jetzt ein? Und all diese Dinge. Und ich glaube, es ist genau das, was einfach nicht sein soll.

Nicht funktioniert.

Ja.

Das heißt, Du hast im Rückblick das Gefühl: Euer früheres Verhältnis war zum Teil auch davon mitbestimmt, dass Du Kontrolle in gewisser Weise ausgeübt hast.

Ja, bestimmt!

Aus guten Absichten heraus.

Ja, aber ... ja.

Und jetzt erlebst Du, dass dieses Element weniger wird ...

Ja.

Schön! ... Und Du sagst: es hat angehalten bis auf die letzten zwei Tage, wo es Dir nicht so gut ging...

Ja. Da habe ich sie jetzt extrem, wirklich extrem zurückgezogen erlebt. Sie spricht nicht, ist so schweigsam, geht so ihre Wege, ist so für sich. Dass ich manchmal denke: in welcher Welt lebt sie? ... Es ist schwierig, es ist echt schwierig!

Nicht einfach, das auszuhalten!

Ja genau! ... Hm ... Dennoch sagt sie mir immer wieder: sie hat mich lieb! Und ich soll mir keine Sorgen machen. Und das drücke ich dann auch aus: Glaubst du, dass meine Sorge berechtigt ist? Kannst Du verstehen, dass ich mir Sorgen mache, wenn ich Dich so erlebe? ... Sie kann das gar nicht nachvollziehen und sagt: Wie bin ich denn? Wie bin ich? Ich sage ihr schon: Du bist irgendwo nicht greifbar, nicht präsent, wie so abgetaucht. Sie kann das aber überhaupt nicht selber so empfinden. Also ist es wohl schon mein Ding, irgendwie.

Und wie empfindet sie selber?

Sie? ... Als ganz normal ...

Und ihre Erwartung ist dann auch, dass Du das auch respektierst und unter Umständen auch als normal betrachtest.

Ja.

Wenn Du das tust, ist das okay für sie?

Ja.

Nur für Dich ist es neu.

Für mich ist es neu und schwierig.

Ein Übungsfeld.

Ja, ja. ... Vielleicht ist das auch eine Folge – das fällt mir jetzt gerade ein – der Thematik in dieser Aufstellung. Dass sich einfach jetzt in mir da etwas tut! Und sie ... sie ist nun Mal, wie sie ist, und ich hab' das einfach zu respektieren und notfalls zu lernen, damit umzugehen. Ja. Interessant! Ich freu' mich für Dich, dass Dir das so gut gelingt. Dass das nicht einfach ist, liegt in der Natur der Sache. Ja? Gerade wenn man längere Zeit miteinander gelebt hat ... Und ich erinnere mich noch, dass Du bei der Aufstellung, bei der Vorbereitung gesagt hast: Ihr seid über 40 Jahre zusammen. Dann ist das natürlich neu, wenn man eine andere Form von Bezug lebt oder Interaktion.

Ja, ja. Das ist wirklich jetzt sehr neu und sehr ungewohnt. Also ich bin die letzten zwei Tage wie so'n gefangener Tiger im Käfig. Also was soll ich jetzt machen? Es ist doch irgendwas,

irgendwas ist doch da! Da sind große Ängste mit verbunden! Tauchen dann so Dinge auf von Senilität oder nicht mehr geistig voll ansprechbar oder ...

Bei Deiner Frau.

Ja.

Das sind die Ängste, die bei dir auftauchen.

Die bei mir auftauchen, ja.

Natürlich, sehr verständlich. ... Hm ... Nun bist Du ja schon ein paar Mal mit Skalen umgegangen.

Du kennst die Skala von 0 bis 10. 10 heißt, das ist überhaupt kein Thema mehr: Die Wirkungen des Wunders, was dein Verhältnis zu Deiner Frau angeht: es läuft gut! Einfach mit Auf und Abs, wie es normal ist. Es besteht jedenfalls kein Grund, es mit irgendjemand anders zu besprechen. Und 0 nennen wir das, wie es innerhalb des letzten halben Jahres am schlechtesten ging. Wo ihr, aus welchen Gründen auch immer, einen Tiefpunkt hattet. ... Was würdest Du sagen: Vor der letzten Aufstellung, die wir gemacht haben, auf welchem Wert warst Du da?

Könnte ich so 6 sagen.

6 ungefähr. ... Und in der Zeit nach der Aufstellung: auf welchem Wert warst Du da?

Also da könnte ich sagen: es war bei 8.

Oh! Erstaunlich!

Ja, ja.

Und das hat einige Wochen angehalten bis auf die letzten beiden Tage?

Da wurde es jetzt wieder brennend, sag ich mal. ... Ja, ich hab dann einfach das Gefühl: ich bin so allein! Sie lebt so ihr Leben und ich lebe so meines. Ich hab ganz andere Interessen als sie. Und sie fühlt sich aber wohl in ihrem Sein. Und das ist ja – denke ich mal – das Wichtigste. Und das ist mir auch wichtig, dass sie sich wohl fühlt.

Wunderbar!

Das möchte ich nicht stören. Aber es hat seine Schwierigkeiten irgendwie.

Gut! ... Also ich freue mich für Dich! Und wir haben ja noch vor, weiter zu arbeiten in der Zwischenzeit. Und auch jetzt am kommenden Wochenende. Aber das brauchen wir jetzt nicht für unser Gespräch. Das ist einfach nur ein Rückblick, wie es so gegangen ist, im Rückblick auf einige Wochen.

Ja, ja.

Vielen Dank, vielen Dank!

Gerne!

Nachgespräch nach 4,5 Monaten

Gastgeber (im Text normal gesetzt): Lieber E., vielen Dank für Deine Bereitschaft zu diesem Gespräch! Seit Deiner Aufstellung ist es schon eine ganze Weile her: fast fünf Monate. Aus der heutigen Perspektive: Wie ist es für Dich, damals diese Aufstellung gemacht zu haben? Welche Wirkungen hat sie gehabt?

Klient (im Text kursiv gesetzt): *Also ich glaube, es war sehr gut, dies zu tun! Ja! Wobei aber auch Zweifel da sind, ob das wirklich so ist, wie ich damals angenommen habe, oder ob es dem entspringt, dass ich einen hohen Anspruch an mich habe in dieser Beziehung, hohe Ideale oder wie auch immer. Aber das verwerfe ich dann wieder, diese Frage, und denke: es war gut so! Auch die Wirkungen waren gut. Mir ging es in den letzten Wochen seelisch-*

geistig elend. Ich war wie ein Blatt im Wind: keine Mitte, nix da. Das kam durch... Jetzt bemerke ich aber, wo es sich wieder beruhigt, dass ich meiner Frau gegenüber viel duldsamer und toleranter geworden bin. Und auch mehr ihr ihre Eigenart zugestehen kann. Das ist eigentlich lächerlich, wenn man sich das überlegt, aber es ist so, wie es ist. Das freut mich natürlich und ich denke mal, dass das eine Wirkung auf tieferer Ebene ist. Von daher: eindeutig ja, eindeutig gut!

Und wie war das für Dich möglich: Deine Frau mehr sein zu lassen, mehr zu achten?
Es wurde mir einfach ... also wenn ich den bisherigen Umgang so sehe ... danach wurde mir einfach viel schneller bewusst, was so vor sich geht. Wie ich so versuche einzuwirken – das lasse ich dann einfach sein. Also das passt nicht mehr! Das geht nicht mehr! Ich merke, das ist auch nicht wirklich meins!

Du merkst so etwas wie Warnzeichen?

Ja!

Du hältst dann inne und merkst: das passt jetzt nicht mehr in die Landschaft!

Ja, ja!

Erstaunlich!

Ja, das kann man sagen!

Das ist wie eine innere Umstellung.

Wie eine Umstimmung! Und ich merke das auch nicht nur ihr gegenüber, sondern insgesamt. Wo ich immer wieder darauf stoße: Das alte Muster ist, sehr kritisch zu sein! Aber dann kommt die neue Einsicht, die neue Erkenntnis, die sagt: Halte dich raus! Das ist nicht deins! Was meinst Du mit „insgesamt“?

Anderen gegenüber, anderen Menschen gegenüber, dem, was in der Welt geschieht ... das ist ja auch nicht unbedeutend. Also insgesamt denke ich doch: mehr Akzeptanz. Das fühlt sich gut an und ist auch sehr erleichternd. Man muss sich nicht um alles kümmern!

Das klingt so, dass Du deutlicher unterscheidest, was Dein Ding und was das Ding von anderen ist.

Ja! Das ist wohl wahr.

Und Dich darauf beschränkst, Dich um Deine Sachen zu kümmern.

Ja.

Gibt es irgendeine Reaktion von Deiner Frau auf Dein Verhalten, auf diese veränderte Einstellung deinerseits?

Also wir haben jetzt kürzlich noch einmal über die Aufstellung gesprochen, über das Anliegen, das ich eingebracht habe, und: sie kann es nicht so recht nachvollziehen! Daher auch meine Zweifel: Was das von mir objektiv so wahr genommen? Oder ist es auch ein Resultat meiner hohen Ansprüche, meines Ideals von Liebe oder Ehe oder Gemeinschaft? Sie kann es nicht so recht nachvollziehen, indem sie sagt, es ist ihr nicht so zugänglich. Sie meint, es sei nicht so. Also mein Anliegen würde nicht zutreffen. Ich sei doch liebevoll, ich würde sie wertschätzen. So würde sie mich erleben. Und das hat mich natürlich auch wieder rückfragen lassen bei mir...

(Schmunzelt) Also: Sie erlebt Dich viel positiver als Du Dich selber!

Ja, so kann man das nennen!

Oder sie beurteilt Dich viel positiver als du dich selber.

Ja, ganz genau!

Könnte es sein, dass sie etwas bei Dir sieht, was du bisher noch nicht so wahrgenommen hast?

Ja ... bestimmt ... ist das so.

Und was könnte es sein, was sie bei Dir sieht, was sie zu einem so positiven Urteil veranlasst?

Ich denke, sie sieht den Teil von mir, den ich ... von dem ich glaube, dass es den nicht gibt, dass er nicht so zu mir gehört, nämlich den Teil meines Wesenskerns, der sehr liebevoll ist und der ein weiches Herz hat. Das, denke ich mal, ist ihre Sichtweise.

Dazu hat sie einen Zugang, das ist ihr sehr präsent.

Ja!

Wunderbar!

Ja, ist es auch!

Das ist wie eine Einladung, auch selber dort hinzuschauen.

Ja ... das tut auch irgendwo ein Stück weh. Dieses Wissen, dass meine Frau etwas sehen kann, was ich nicht sehen kann. Auch wenn sie mir das sagt. Dann taste ich mich so ab: wie ist das? Warum sehe ich das nicht? Warum traue ich es mir nicht zu? Und ich spüre eine ganz große Sehnsucht danach! Ich weiß, dass es das irgendwo gibt. Aber es ist wie verschüttet. Oder hat sich ganz zurück gezogen. Oder ist durch anderes zurück gedrängt. Oder, ich weiß nicht was. Zu viel Kontrolle, zu viel Dominanz oder wie auch immer. Es sind alles Spekulationen.

Glaubst Du ihr, wenn sie das sieht bei Dir?

Ich kann es jetzt besser glauben als vorher. Denn es ist so beständig und so konstant, was sie mir da sagt schon lange Zeit, dass ich zumindest sage: also da muss bestimmt was dran sein!

Ich glaube, wir haben uns damals über 40 Jahre Ehe unterhalten.

Ja genau!

Also wie lange sagt sie das schon zu dir?

Schon Jahre! ... Das sagt sie eigentlich schon, seitdem wir zusammen sind.

Ah!

Und es gab eine Zeit, da konnte ich es gut und gerne hören.

Ah ja.

Das war sehr bereichernd und erfüllend. Und, ich weiß auch nicht, irgendwann war das wie zugeschüttet. Ja, von wem spricht sie? Für sie muss das natürlich auch schmerzhaft sein: dass das bei mir nicht ankommt!

Sagt sie das?

Nee! Das ist meine Vermutung.

Ah! Es klingt so, als ob es weniger problematisch sein könnte als Du denkst.

Ja. Das könnte es.

Ich habe vor 14 Tagen einen guten Spruch gehört, der mir an dieser Stelle einfällt: Man soll seinen Gedanken nicht unbedingt Glauben schenken! Es sind nur Gedanken!

Hm, ja. (Längere Pause) Das stimmt! Da gäbe es viele Probleme nicht, wenn man das tun würde.

Also es war auch in der Erinnerung nach fünf Monaten eine lohnenswerte Aufstellung?

Ja! Und wenn ich hin und wieder so hereinschaue in die Mitschrift, dann ist sie auch sofort wieder präsent.

Gut, vielen Dank!