

„HAST DU DAS AUCH SCHON GEMACHT, SO EINE SYSTEMISCHE FAMILIEN-AUFSTELLUNG?“, LAUTETE VOR JAHREN DIE FRAGE HINTER VORGEHALTENER HAND. EINE METHODE, DIE KAUM ERKLÄRBAR IST, SO LANGE MAN SIE NICHT EINMAL PERSÖNLICH ERLEBT HAT, KONNTE SICH IN DEN VERGANGENEN JAHREN IN UNTERSCHIEDLICHSTEN LEBENSBEREICHEN ETABLIEREN. DOCH WAS SIND SYSTEMISCHE AUFSTELLUNGEN? WIE WIRKEN SIE? FÜR WEN SIND SIE GEEIGNET? WELCHE VORTEILE KANN DIE VERBINDUNG DER AUFSTELLUNGSARBEIT MIT KINESIOLOGIE MIT SICH BRINGEN? UND WIE KÖNNTEN SIE PERSÖNLICH IN IHREM LEBEN VON DIESER METHODE PROFITIEREN? DIESE UND WEITERE FRAGEN WERDEN IM FOLGENDEN BEANTWORTET.

TEXT KLAUS WIENERT



WAS SIND SYSTEMISCHE AUFSTELLUNGEN?

Systemische Aufstellungen sind eine Methode, in der ein Klient oder Auftraggeber ein inneres Bild – auf das er sich in jeder Sekunde seines Lebens, in seinem Denken, Fühlen und Handeln bezieht – durch sogenannte Stellvertreter nach außen bringt und sichtbar macht. Hierbei werden bei Familienaufstellungen Personen aus einer Gruppe von Seminarteilnehmern stellvertretend für Familienangehörige wie den Vater, die Mutter, die Großeltern et ce-

tera ausgewählt und vom Klienten nach seinem Bauchgefühl im Raum platziert. Er stellt zum Beispiel den Stellvertreter seines Vaters, der den Vater nicht kennt, sogar nicht einmal etwas über den Vater wissen muss, an einen bestimmten Platz im Raum und sagt zu ihm: „Du stehst jetzt für meinen Vater.“ Auf diese Art fährt er mit den weiteren Stellvertretern fort.

Aus dieser Vorgehensweise ergibt sich Schritt für Schritt ein Aufstellungsbild mit mindestens zwei oder auch zehn bis 20 Personen und eine darin enthaltene

Dynamik. Wer steht wo? Wer hat mit wem Kontakt? Eigenartigerweise tauchen bei den Stellvertretern in diesen Aufstellungen spontan Emotionen und Körperwahrnehmungen auf, die sie davor nicht hatten.

Die Grundannahme der Aufstellungsmethode ist, dass das innere Bild, das der Klient aufstellt, die Matrix seines Denkens, Fühlens und Handelns darstellt. Durch dieses Nach-außen-Bringen und Aufstellen werden Verstrickungen, Probleme und Blockaden sichtbar und fühlbar. Zudem werden nicht genutzte

Systeme Bin Balance

**SYSTEMISCH-KINESIOLOGISCHE
AUFSTELLUNGEN FÜR ALLE LEBENSLAGEN**



Ressourcen und Potenziale offensichtlich. Oft kann daraus sofort die Dynamik von Konflikten, Problemen und Symptomen erkannt werden. Die gute Nachricht: Durch die weitere Vorgehensweise ist es möglich, diese Verstrickungen und Konflikte aufzulösen und die Aufstellung in ein lösendes Bild der Ordnung zu bringen. Dieser Prozess kann sehr klärend, heilsam, versöhnend und tief berührend für die Klienten sowie für die Stellvertreter sein.

Wie Aufstellungen letztlich funktionieren, ist noch nicht wirklich geklärt. Verschiedene Ansätze aus der Quantentheorie und der Feldtheorie werden hierfür in Betracht gezogen. Dass Aufstellungen funktionieren und teilweise erstaunliche und tiefgreifende Wirkungen haben, ist sowohl erfahrbar als auch durch Studien belegt.

SYSTEME UND SYSTEMISCH

Häufig werden die Begriffe System und systemisch synonym verwendet. Sie stellen jedoch in dieser Arbeit unterschiedliche Aspekte dar. Zuerst zu der Frage, was ein System ist: In gewisser Weise ist alles ein System und gleichzeitig Teil eines größeren Systems. Ein Atom ist mit seinem Atomkern und den Elektronen ebenso ein System wie eine Zelle, ein Organ, ein Mensch, eine Familie, eine Stadt, ein Land, ein Kontinent, die Erde, das Sonnensystem, das Universum, ... Wo hören Systeme im Kleinen wie im Großen auf?

So gesehen arbeitet sowohl ein Leberfacharzt an einem System wie auch ein Hausarzt oder ein Familientherapeut. Jedes System wird durch mehr oder weniger willkürlich abgesteckte Grenzen von anderen Systemen getrennt, um sie gedanklich und für die Arbeit fassbar zu machen.

„Systemisch“ hat in diesem Fall eine andere Bedeutung. Prof. Matthias Varga von Kibéd definiert es folgendermaßen: „Systemisch bedeutet, dass man in vermehrtem Maße davon absieht, Systemelementen Eigenschaften zuzuschreiben.“ Dem kleinen Fritz wird beispielsweise die Eigenschaft „unkonzentriert“ zugeschrieben. Interessanterweise ist er aber nur unter bestimmten Umständen unkonzentriert. Bei genauerer Beobachtung stellt sich heraus, dass er beim Computerspielen oder beim Fußball sehr wohl vollkommen konzentriert sein kann. Es ist folglich wichtig, den Kontext, in dem ein sogenanntes Symptom auftritt, genau zu beobachten. Zudem stellt das Erschaffen eines Symptoms auch eine Fähigkeit dar, die einen gewissen Zweck – auch primärer, sekundärer oder tertiärer Problemgewinn genannt – mit sich bringt.

Wenn mit dieser Betrachtungsweise in der therapeutischen, coachenden, pädagogischen oder systemischen Arbeit der Blick vom Problem abgewendet wird, könnte man stattdessen fragen:

- In welchem Kontext findet das Problem statt?
- Welche Funktion beziehungsweise welcher Problemgewinn steckt dahinter?
- Welche Fähigkeit wird angewendet, um das Symptom/Problem zu kreieren oder aufrechtzuerhalten?
- Was müsste geschehen, damit das Symptom/Problem keine Funktion mehr hat?
- Wofür könnte dann die bisher verwendete Energie verwendet und gelebt werden?

**INSBESONDERE VOR JEDER
EHESCHLISSUNG SOLLTE EINE
FAMILIEN-AUFSTELLUNG STATTFINDEN.
DIES WÜRD VIELE KONFLIKTE IM
VORFELD BEREINIGEN.**

Das Symptom ist somit nicht mehr der Feind, den es zu eliminieren gilt. Vielmehr gilt es, das Grundprinzip, die Matrix des Klienten, neu zu ordnen, sodass zum einen das Symptom keine Funktion mehr hat und zum anderen die Fähigkeiten und Energien, die der Klient zum Kreieren des Symptoms benötigte, ab jetzt auf neue, positive und konstruktive Weise eingesetzt werden können.

WELCHE ERWEITERNDEN FORMEN DER AUFSTELLUNGSARBEIT GIBT ES?

Systemische Aufstellungen haben sich im Laufe der Jahre in unterschiedliche Methoden, Vorgehensweisen und Wirkungsfelder entwickelt. Business- und Organisations-Aufstellungen, Themen-Aufstellungen und Symptom-Aufstellungen sind einige dieser Möglichkeiten.

AUFSTELLUNGEN UND KINESIOLOGIE

Eine Kurzdefinition der Kinesiologie

Kinesiologie ist der Überbegriff für unterschiedliche Methoden, die mit dem sogenannten Muskeltest arbeiten, um unbewusste oder auch bewusste Stressreaktionen oder Blockaden aufzudecken und diese mittels einer geeigneten Intervention – auch Balance oder Korrektur genannt – aufzulösen. Das Ziel der Kinesiologie besteht darin, Ihr Wohlergehen, Ihre Gesundheit, Ihre Leistungsfähigkeit sowie Glücksfähigkeit und damit Ihre persönliche Lebensqualität zu verbessern.



Die Verbindung von systemischen Aufstellungen mit Kinesiologie

Der kinesiologische Muskeltest kann in systemischen Aufstellungen für viele Testungen verwendet werden. Kinesiologische Interventionen dienen dem Auflösen von Blockaden und Stressmustern vor oder während einer Aufstellung.

Einige Beispiele sind im Folgenden aufgeführt: Mittels kinesiologischem Ja-Nein-Test kann das System des Klienten (als System bezeichne ich die Einheit von Mentalem, Emotionalem und Physischem) befragt werden:

- Bist du bereit für die Aufstellung? → Ja-Nein-Test
- Können wir sanft, liebevoll und zugleich effektiv arbeiten? → Ja-Nein-Test

Falls hier ein „Nein“ angezeigt wird, können Hintergründe herausgefunden – gegebenenfalls kann man das auch mittels Muskeltest bestimmen – und die Blockade durch kinesiologische Balancen aufgelöst werden. Folgendermaßen könnte man fortfahren:

- Haben wir für diese Aufstellung alle wichtigen Personen herausgefunden? → Ja-Nein-Test
- Wenn der Muskeltest ein „Nein“ ergibt, kann durch weitere Fragestellung und weiteres Testen eruiert werden, wer genau noch für eine gute Lösung wichtig ist.

Eine der wichtigsten kinesiologischen Testungen in der Aufstellungsarbeit ist die Frage, wer (Person) oder was (abs-

trakte Elemente) aufgestellt werden soll. Hier unterscheidet sich interessanterweise das Testergebnis immer wieder von dem, was Klient oder Aufsteller erwartet haben. Zudem kann sogar die Reihenfolge der aufzustellenden Elemente per Muskeltest verifiziert werden, was den Kontext einer Aufstellung entscheidend mitprägt.

Auch das Balancieren von Sabotageprogrammen und Stressmustern während einer systemischen Aufstellung kann große Erleichterung verschaffen und den Prozess entscheidend mitgestalten.

In welchen Bereichen werden systemisch-kinesiologische Aufstellungen angewendet?

„Es gibt nichts, was nicht aufgestellt werden kann“, ist ein Zitat von Prof. Matthias Varga von Kibéd. Innerhalb unterschiedlichster Lebensbereiche

ES WÄRE ZU WÜNSCHEN, DASS SYSTEMISCHE AUFSTELLUNGEN UND KINESIOLOGISCHE VORGEHENSWEISEN EINEN FESTEN PLATZ IN UNSEREM ERZIEHUNGSSYSTEM BEKOMMEN WÜRDEN. VIELE KONFLIKTE KÖNNTEN DADURCH GELÖST ODER BEREITS IM VORFELD DER ENTSTEHUNG ERKANNT UND GEKLÄRT WERDEN.

kann nahezu jedes Anliegen in einer systemisch-kinesiologischen Aufstellung abgebildet und zu Lösungsschritten geführt werden. Einige Beispiele, in denen Aufstellungen angewendet werden:

- im Coaching
- in der Organisations-Beratung
- im Business-Kontext
- in der Familientherapie
- in der Paarberatung
- in der Supervision
- in der Pädagogik
- im Sport
- in der Entstehung von Filmen oder Theaterstücken
- bei Fragestellungen und Entscheidungsprozessen

Im Folgenden stelle ich Ihnen einige Aufstellungsbereiche vor. Das Grundprinzip dabei ist sowohl aus der Sicht der Aufstellung als auch der Kinesiologie dasselbe.

Familien-Aufstellungen

Am bekanntesten ist das Modell der Familien-Aufstellung, um Verstrickungen aus der Ursprungsfamilie sowie der Gegenwartsfamilie zu klären. Hier ist es sehr hilfreich, sich über ein Genochronogramm (strukturelle Erfassung des Stammbaums) Überblick über das Familiensystem zu verschaffen. Gegebenenfalls kann auch im ersten Schritt das Genochronogramm kinesiologisch getestet und balanciert werden, um grundlegende Stressmuster im Familiensystem aufzulösen.

Business-, Unternehmens- und Organisations-Aufstellungen

In diesem Anwendungsbereich können jegliche berufliche Anliegen, Business-Themen, Projekte, Probleme, Fragestellungen sowie Ziele aufgestellt werden. Ob Einzelunternehmer, mittelständische Betriebe oder Konzerne – die Größe spielt in den Business-Aufstellungen keine Rolle. Da die Methode schnell,

direkt und lösungsorientiert ist, wenden sich immer mehr Unternehmen der Aufstellungsarbeit zu. Für eine wachsende Zahl an Unternehmen gehören Organisations-Aufstellungen zur gelebten Firmenkultur.

- Oft genannte Anliegen sind:
- jegliche Probleme und Schwierigkeiten in Unternehmen oder Organisationen
 - der Wunsch nach mehr Erfolg oder höherem Umsatz
 - Hindernisse im Workflow
 - Kompetenzgerangel
 - Führungsschwierigkeiten
 - Unzufriedenheit bei Mitarbeitern oder Kunden
 - Wunsch nach klarer Zielausrichtung
 - ein gut aufgestelltes Team
 - Optimierung von Firmenstrategie und Positionierung
 - vorhandene Kompetenzen besser nutzen
 - rechtzeitiges Erkennen von Stolpersteinen
 - Projektplanung
 - optimale Stellenbesetzung
 - Produktprüfung und -ausrichtung
 - Nachfolgeregelung
 - Ausrichtung auf Wachstum und Erfolg



Symptom-Aufstellungen

Im therapeutischen, aber auch im coachenden Kontext ist es möglich, „das Symptom“ beziehungsweise „das Problem“ in einer Aufstellung durch einen Stellvertreter zu repräsentieren. Durch Muskeltesten kann zudem herausgefunden werden, ob es ein oder mehrere Symptome benötigt und ob beziehungsweise wie diese benannt werden sollen – zum Beispiel Angst, Bauchschmerzen, Migräne, Versagen et cetera. Eventuell muss auch der Problemgewinn aufgestellt werden – oft auch Personen aus dem beteiligten Familiensystem.

Themen-Aufstellungen

Da Klienten häufig mit konkreten Lebensthemen kommen, können auch diese mit einer Aufstellung betrachtet und gelöst werden. Derartige Themen können von Geld und Finanzen über die Wohnsituation bis hin zu Entscheidungsfragen alles beinhalten.

Energie-Aufstellungen

Systemisch-kinesiologische Energie-Aufstellungen wurden von mir bei der Gehirn-Konferenz 2002 in Kirchzarten ins Leben gerufen. Dabei wird ein Thema aus einem größeren Blickwinkel,

DURCH DIE AUFSTELLUNGEN WERDEN PROBLEME UND BLOCKADEN SICHT- UND FÜHLBAR. DURCH DIE WEITERE VORGEHENSWEISE IST ES MÖGLICH, DIESE KONFLIKTE AUFLÖSEN, WAS SEHR KLÄRENDE, HEILSAM UND VERSÖHNEND SEIN KANN.

also nicht im Auftrag eines einzelnen Klienten, sondern für die gesamte anwesende Gruppe oder aus der Perspektive der Menschheit aufgestellt. Die Liste der bisher aufgestellten Themen ist lang. Einige Beispiele wären: Geld und Finanzen, Heilung, „Ich zeige mich“, Urwissen, Eigenverantwortung oder Gesundheit.

Bei Energie-Aufstellungen werden assoziierte Begriffe, die von den Teilnehmern zum Thema genannt werden, aufgeschrieben. Daraufhin wird per Muskeltest herausgefunden, welche der Begriffe aufgestellt werden sollen. Jeder der ermittelten Begriffe wird von einem Teilnehmer repräsentiert, der sich als dieser Begriff aufstellt. Bei Energie-Aufstellungen kommen tiefe kollektive Glaubensmuster, Blockaden, Ängste und Verhaltensweisen zum Vorschein. In der Aufstellung kann vieles davon erkannt, in Liebe angenommen, kinesiologisch balanciert und verwandelt werden.

AUFSTELLUNGEN IM GEISTE

Ist das systemische Prinzip erlernt und klar, können viele Situationen, sowohl aus der Klientenarbeit als auch aus dem täglichen Leben, spontan in der Vorstel-

lung aufgestellt, betrachtet, weiterentwickelt oder sogar gelöst werden.

Aufstellungen können sowohl in einer Gruppe als auch im Einzelcoaching ausgeführt werden. Dabei werden Figuren anstelle der sonst üblichen menschlichen Repräsentanten als sogenannte Bodenanker verwendet. Wie in einer Gruppenaufstellung stellt der Klient die Figuren intuitiv auf. In der Folge hat er jedoch selbst die Möglichkeit, sich in jede der Positionen hineinzustellen, um wahrzunehmen, welche Reaktionen er an der jeweiligen Stelle empfindet.

FÜR WEN SIND SYSTEMISCH-KINESIOLOGISCHE AUFSTELLUNGEN GEEIGNET?

Kinesiologie und Aufstellungen sind für jeden Menschen geeignet, der ein Anliegen hat, das er verändern beziehungsweise lösen möchte. Die Themen können jeglicher persönlicher, familiärer und beruflicher Art sein. Sie müssen weder im Detail erzählt noch detailliert analysiert werden. Die Aufstellungsmethodik ist lösungsorientiert. Voraussetzungen für Aufstellungen sind ein gewisses Maß an Offenheit, Interesse an persönlicher Entwicklung sowie die Freiheit, es sich auch durch unkonventionelle Methoden besser gehen zu lassen.

EPIGENETIK UND AUFSTELLUNGEN

Die Erkenntnisse der Systemtherapeuten, systemischen Aufsteller und Kinesiologen zeigen, was die Epigenetik seit Kurzem wissenschaftlich nachgewiesen



Ohne Wurzeln keine Flügel
Die systemische Therapie von Bert Hellinger
Bertold Ulsamer, Goldmann Verlag, 1999

Das Buch bietet eine anschauliche und leicht verständliche Einführung in die systemische Therapie von Bert Hellinger. Es regt zu einer praktischen Auseinandersetzung mit Familiendynamiken und unbewussten familiär übernommenen Verhaltensweisen an.



hat: Auch Traumata und andere Ereignisse unserer Vorfahren können über die Gene weitervererbt werden. Das bedeutet, dass sich Erlebnisse unserer Vorfahren in unserem Erleben und unserer Wahrnehmung wiederfinden. Unsere Gefühle, Gedanken sowie körperlichen Reaktionen sind durch nicht gelöste Konflikte unserer Vorfahren determiniert.

Schon aus diesem Grunde sollte es uns eine Ehre sein, die Möglichkeit zu haben, diese schicksalhaften Zellerinnerungen (ein ausführlicher Artikel dazu ist bereits in der YOLO Ausgabe 03-2021 erschienen) zu löschen beziehungsweise umzuwandeln in Gefühle der Dankbarkeit, der Lebensfreude und der Nächstenliebe. Ja, das mag pathetisch klingen, jedoch stellen systemisch-kinesiologische Aufstellungen ein Handwerkszeug dar, um mehr Gesundheit, Lebensqualität und Glücksgefühle in das Leben vieler Menschen zu bringen.

VISION

Es wäre zu wünschen, dass sowohl systemisches Denken, systemische Auf-

stellungen als auch kinesiologische Vorgehensweisen einen festen Platz in unserem modernen Erziehungssystem bekommen würden. Wie viele Konflikte könnten gelöst oder bereits im Vorfeld der Entstehung erkannt und geklärt werden, wenn mehr und mehr Menschen, Firmen und Institutionen bereit wären, sich mit ihren eigenen Themen, Konflikten und Problemen zu konfrontieren, diese aufzustellen, um dadurch alten Ballast abzulegen und mit neuer Lebensenergie in eine positive Zukunft zu starten.

QUELLEN

- Callahan, R., *Leben ohne Phobie*, 2009
- Diamond, J., *Der Körper lügt nicht*, 2013
- Krebs, C., *Energetische Kinesiologie*, 2015
- Schwartz, G., *Alles erinnert*, 2001
- Sheldrake, R., *Das schöpferische Universum*, 2009
- Thie, Dr.: J. F., *Touch for Health*, 2014
- Ulsamer, B., *Ohne Wurzeln keine Flügel*, 1999
- Varga von Kibéd, M., *Ganz im Gegenteil*, 2020
- Walters, D., *Applied Kinesiology Synopsis*, 2000
- Wienert, K., *Youtube-Videos*
- Wienert, K., *Matrix in Balance Kinesiologie Seminarunterlagen*, 2009–2021
- Wienert, K., *Systeme in Balance Kinesiologie Seminarunterlagen*, 2007–2021

EXPERTE



Klaus Wienert

Der Gründer und Leiter des Licht-Gesundheit-Energie Zentrums (seit 1998) entwickelte die Kinesiologie-Ausbildungen Matrix in Balance © und Systeme in Balance ©. Er ist als Seminar- und Ausbildungsleiter sowie als System-Aufsteller tätig. 2010 gründete er Wienert-Coaching – Business-Coaching im neuen Geist. Wienert war von 2002 bis 2011 Vorsitzender des Kinesiologie-Berufsverbandes DGAK. Er ist zudem Referent auf nationalen und internationalen Kongressen sowie Studiogast im TV und Radio.
www.licht-gesundheit-energie.de
www.systeme-in-balance-kinesiologie.de
www.wienert-coaching.de
www.sport-kinesiologie.com