

Wie funktioniert die verdeckte Familienaufstellung

Folge001

Automatisch transkribiert

Dr. Karin Achleitner ist seit vielen Jahren in der systemischen Familienaufstellungsarbeit und Persönlichkeitsentwicklung tätig.

Sie wird uns Einblicke geben in die komplexen Probleme und Konflikte, die innerhalb von Familien auftreten können und oft ihren Ursprung in der Kindheit haben.

Ein besonders interessanter Aspekt, den Dr. Achleitner beleuchten wird, ist das Phänomen der Muster und Wiederholungen, die in Familien oft unbewusst über Generationen hinweg weitergegeben werden.

Wie entstehen diese Muster und wie können wir sie aufdecken?

Ein weiteres Thema, über das wir in dieser Folge sprechen werden, ist der Unterschied zwischen der offenen und der verdeckten Familienaufstellung.

In der offenen Aufstellung werden die Rollen klar benannt und zugewiesen.

Bei der verdeckten Aufstellung hingegen kennen die Personen ihre Rollen nicht und die Stellvertreter agieren auf einer intuitiven, energetischen Ebene.

Die Energie und Emotionen, die dabei aufkommen, sind oft überraschend authentisch und zeigen, dass die Stellvertreter keine Rollen spielen, sondern tatsächlich die Energien wahrnehmen.

Unser Podcast "Die Liebe Familie" wird euch regelmäßig mit anonymisierten Fallberichten aus der Praxis von Dr. Karin Achleitner versorgen. Dr. Achleitner arbeitet seit über 20 Jahren in einer eigenen Praxis für systemische Familienaufstellungen und Persönlichkeitsentwicklung und wird uns durch die Sendung begleiten.

Lasst euch von den faszinierenden Geschichten inspirieren und taucht ein in die Welt der verdeckten Familienaufstellung!

Entdeckt den Unterschied zwischen verdeckten und offenen Familienaufstellungen und wie die Energien der Stellvertreter die wahre Dynamik aufzeigen.

Abonniert unseren Podcast und bleibt dran für anonymisierte Fallberichte und spannende Geschichten aus der Praxis!

Wie kann die Methode der verdeckten Familienaufstellung dazu beitragen, das Verständnis für sich selbst und andere zu vertiefen?

Wie können anonymisierte Fallberichte aus der Praxis dazu beitragen, dass Hörer sich mit den Themen persönlich identifizieren können?

Wie lange arbeitet Dr. Karin Achleitner schon in ihrer eigenen Praxis für systemische Familienaufstellungen und Persönlichkeitsentwicklung?

Warum ist der Podcast "Die Liebe Familie" ein wertvoller Schatz an Informationen und Geschichten rund um verdeckte Familienaufstellungen?

Podcast automatisch transkribiert

Herzlich willkommen bei „Die Liebe Familie“, der Podcast für verdeckte Familienaufstellungen und mehr. Ich wünsche dir einen wunderbaren Tag. Schön, dass du da bist.

Mein Name ist Dr. Karin Achleitner und ich arbeite seit über 20 Jahren in meiner eigenen Praxis für systemische Familienaufstellungen und Persönlichkeitsentwicklung.

In diesem Podcast

erzähle ich euch anonymisierte Fallberichte direkt aus der Praxis.

Und in der ersten Folge erfährst du mehr über mich und über die verdeckte Methode der Aufstellungsarbeit.

Seit über 20 Jahren arbeite ich in meiner eigenen Praxis für

systemische Familienaufstellungen und Persönlichkeitsentwicklung und ich habe im Fach Tiefenpsychologie zum Thema verdeckte Aufstellungsarbeit promoviert.

Mein Schwerpunkt liegt in der systemisch verdeckten Arbeit sowie in der Persönlichkeitsentwicklung, z.B. Durch Mentaltraining oder Resilienztraining und der inneren Kinderarbeit.

Ja, und dann gleich mal zum Thema. Wir haben eine Familie. lieben sie, aber manchmal nervt sie auch.

Denn wir haben ja auch oft unsere kleineren oder größeren Probleme mit ihr. Zusammenleben ist ja nicht immer ganz einfach und das beginnt ja auch schon in der Kindheit. So kann es sein, dass den Eltern nicht so gut geht, dass es Konflikte gab, Streit gab, Depressionen und manchmal ungleiche Behandlung zwischen Geschwistern beziehungsweise Benachteiligungsgefühle bei Kindern, die dann im weiteren Leben nachwirken können und später zu weiteren Konflikten unter Eltern und Geschwistern führen. Es ist nicht selten, dass ich höre, dass Geschwister zum Beispiel schon jahrelang nicht miteinander sprechen oder sich auch die Kinder von den Eltern zurückziehen. Nun ja, man kann natürlich auch sagen, es gibt in den besten Familien Streit, aber es gibt auch Muster in Familien und Wiederholungen über Generationen, die wirklich blind von der einen zur anderen Generation übernommen werden. Und zwar ohne dass es jemand merkt, weil diese Verstrickungen oder Übertragungen, wie wir sie nennen, völlig blind und unbewusst ablaufen. Und genau Darum geht es jetzt in diesem Podcast und in den weiteren Folgen. Was können wir tun, um diese Muster zu erkennen und möglichst früh auszusteigen? Denn unsere Prägungen stammen überwiegend aus dem Familiengedächtnis. Und natürlich an das können wir uns nicht mehr erinnern. Hier möchte ich meine Erfahrungen mit euch teilen und zu allen Themen aus Familie, Partnerschaft oder Beruf sprechen, aber auch über unsere Entwicklung. Es werden nur

authentische Fälle aus meiner Praxis anonymisiert erzählt. Jetzt möchte ich vorerst den Unterschied zur offenen und zur verdeckten Aufstellung aufzeigen und euch auch erzählen, warum ich und auch Klientinnen und Klienten die verdeckte Aufstellung so toll finden. Ich habe in meiner Praxis ca. 3.000 verdeckte Arbeiten in Gruppen persönlich durchgeführt und konnte natürlich sehr viele Erfahrungen gewinnen.

Die verdeckte Aufstellungsmethode habe ich bereits 2002 entwickelt. So, was unterscheidet die verdeckte Aufstellung nun von der offenen Aufstellung? Und das möchte ich nun kurz erklären. Offen aufstellen bedeutet, dass die Personen ganz klar wissen, wen sie vertreten, zum Beispiel Vater oder Mutter oder Großmutter. Es kommt ja meistens immer nur eine Person zu einer Familienaufstellung, die sich wünscht, ein bestimmtes Thema zu betrachten. Dafür stehen dann die anderen Personen, die in der Gruppe anwesend sind, als Stellvertreter zur Verfügung. Diese Hilfe schenkt sich eine Gruppe natürlich auch immer gegenseitig.

Bei der offenen Aufstellung sucht sich zum Beispiel der Klient selbst die Personen aus, die er für seine Aufstellung haben möchte, und benennen sie offen mit den Worten, zum Beispiel, du vertrittst meinen Vater, meine Mutter, meine Schwester und so weiter. Es weiß also der Stellvertreter genau, dass er den Vater zum Beispiel vertritt. Und ganz ehrlich, ich konnte mich persönlich nie richtig anfreunden mit dieser Methode, obwohl ich sie bei meiner Weiterbildung gelernt habe. Was mich irritiert hat, schon in der Weiterbildung, dass viele Stellvertreter, die ja in der offenen Aufstellung genau wissen, wen sie vertreten, oft völlig unbeabsichtigt auf eigene Themen gekommen sind und sich diese dann mit denen des Klienten völlig vermischen haben. Denn wenn zum Beispiel jemand mit seinem Vater ein Problem hat und der Stellvertreter hat zufällig auch ein Vaterproblem, oder es vermischen sich einfach die Probleme vom Stellvertreter um vom Klienten, da ist niemand schuld daran, das passiert.

Und ich möchte dazu auch ein Beispiel erzählen, was ich so bei meiner

Weiterbildung erlebt habe, bei einer offenen Aufstellung.

Da war eine Frau, die einen Missbrauch erlebt hat. Und sie wollte natürlich diese traurige Erfahrung für sich bewältigen und nahm völlig unbewusst, also nicht wissend, eine Stellvertreterin für ihre eigene Person, die aber auch einen Missbrauch erlebt hat. Nach relativ kurzer Zeit kam dann die Stellvertreterin in ihre eigene Geschichte hinein und benötigte Selbsthilfe. Es hat sich also das Leben von der Stellvertreterin zur Klientin vermengt und es konnte nicht mehr wirklich klar unterschieden werden, was gehört zu wem. Hier in diesem genannten Fall war es zwar offensichtlich, dass hier zwei gleiche Themen zu betrachten sind und dass beide Personen Hilfe brauchen, weil es ein sehr prekäres Thema war. Aber es gibt auch Themen, bei denen es nicht so sichtbar wird, dass es sich um das gleiche Thema handelt.

Dadurch war die offene Aufstellung für mich persönlich oftmals unklar, und ich habe ganz am Anfang gemeint, dass ich mit Aufstellungsarbeit nie arbeiten werde. Es war mir eben zu undeutlich.

Der Unterschied zur verdeckten Aufstellungsarbeit ist der, dass die Personen absolut nicht wissen, wen sie vertreten. Also es fehlt jegliches bewusstes Agieren weg.

Wenn der Kopf nicht mitreden kann, funktioniert das nicht.

Die Stellvertreter bewegen sich dann eben ganz nach ihrem eigenen Gefühl, nach ihren Impulsen. Und da ist der Kopf einfach ausgeschaltet und sie fühlen sich entweder angezogen von jemanden oder distanziert oder ablehnend zu bestimmten Personen und sie sprechen je nachdem, was sie fühlen, ohne zu wissen, wen sie repräsentieren.

Sie nehmen bestimmte Körperhaltungen ein und wissen nicht warum.

Das habe ich immer wieder auf diese Weise erlebt. Also, bei der verdeckten Arbeit werden die Personen von mir ausgewählt, bzw.

Von einem Aufstellungsleiter und ganz still im Gedanken benannt.

Die Stellvertreter erhalten außerdem einen kleinen Zettel, auf dem steht

dann, wen sie vertreten. Dieser Zettel, der ist natürlich verdeckt und wird in die Hosentasche des Stellvertreters gesteckt und erst ganz am Schluss kann man nachschauen. Wie entstand die Idee, eine Familienaufstellung völlig verdeckt zu leiten?

Es passierte durch mein damaliges Interesse an der Quantenphysik, die ja sehr schwer zu verstehen ist, aber eines habe ich dann doch verstanden, dass die Quantenphysik uns vereinfacht ausgedrückt sagt, dass alles verbunden und Energie ist in dieser Welt. Wir leben in einem energetischen Universum. Und Ich dachte mir, wenn das wirklich so ist, dann müsste es ja auch funktionieren, dass wir die Energie von anderen Menschen wahrnehmen können. Und das war dann die Anregung für mich, eine Aufstellung auf einer anderen Ebene durchzuführen, nämlich auf dieser verdeckten energetischen. Der Unterschied zur offenen Aufstellung ist, es gibt hier bei der verdeckten keine bewussten Rollen, denn eine Rolle kann ich ja nur dann einnehmen, wenn ich weiß, wer ich bin.

Und ich habe wirklich viele Aufstellungen gesehen, und es wurde mir stets bewiesen, dass die Menschen in der verdeckten Ausstellung die Energie einer Person deutlich wahrnehmen.

Aber das ist absolut kein Rollenspiel.

Es ist immer wieder faszinierend für mich, wie klar die Aussagen sind, die die Stellvertreter aussprechen, bevor sie wissen, wen sie vertreten. Dazu möchte ich jetzt ein kleines Beispiel einer verdeckten Ausstellung erzählen.

Eine sehr junge Frau, sie war erst 27 Jahre alt, wurde in einer Aufstellung als Stellvertreterin für einen 82jährigen Mann gewählt von mir.

Sie wusste nicht, um welches Thema es ging.

Es wurde lediglich gesagt, dass es ein kleines familiäres Thema abzuklären gibt. Die Frage hat der Sohn des Mannes im Beratungsgespräch unter vier Augen an mich gestellt. Er hatte Sorgen um seinen Vater, weil seitdem die Mutter verstorben ist, geht der Vater auf Distanz und will fast keinen Kon-

takt. Er wirkt depressiv auf ihn und die Geschwister, es sind insgesamt fünf Kinder, kommen ihm nicht nahe. Es ist verständlich, dass er Sorgen hat und mal wissen will, was mit ihm los ist. Und wir haben alle fünf Geschwister aufgestellt, also auch den Klienten selbst, die verstorbene Mutter, den Vater. Und der Klient selbst kam dann erst ganz am Schluss in die Aufstellung.

Vorerst wurde auch er durch einen Stellvertreter vertreten.

In der Aufstellung konnte man ganz rasch sehen, dass sich die junge Frau völlig zurückgezogen hat, also isoliert von den anderen sechs Personen, irgendwo zurück in den Raum stellte und dann stets zu Boden schaute und eine eigenartige Körperhaltung eingenommen hat.

Die Frau hat ja diesen 82jährigen Vater repräsentiert und hat relativ rasch eine sehr gekrümmte Körperhaltung eingenommen, sodass ihr Rücken ganzkrumm nach vorne gebeugt war.

Sie hatte beide Hände so eigenartig nach vorne gehalten, so wie wenn sie sich oder wie, wenn sie etwas in den Händen gehalten hätte.

Wir haben dann erst später erfahren, dass der Mann einen Stock hat, an dem er sich gerne so anhält. Und genauso hat es bei der Klientin ausgesehen. Was interessant war, dass die Stimme der jungen Frau völlig verändert war. Sie wirkte sehr schwach, zittrig, rau und sehr leise, Also gebrechlich. Diese junge Stellvertreterin hat also durch ihre Körperhaltung, ihre Stimme deutlich gezeigt, dass sie eine andere Energie spürt, also keine Rolle spielt, sondern eine andere Energie spürt. Sie verhielt sich und sprach wie ein alter Mensch. Es ist immer wieder für mich erstaunlich, wie klar Menschen spüren können, ohne etwas zu wissen, und die Aussagen der Stellvertreter oft so präzise sind wie die der tatsächlichen Personen im Leben. Durch die verdeckte Aufstellung erhalte ich dann immer wieder den Beweis, dass wir Menschen nicht voneinander getrennt sind. Die Vorteile der verdeckten Aufstellung sind vor unverfälschte, klare Antworten.

Gefälligkeitsaussagen fallen hier weg, weil man vielleicht als Stellvertreter

Mitgefühl hat und hilfreich sein will, da man ja auch keine Ahnung hat, für wen man in der Aufstellung steht, kann man ja auch nicht irgendwie bewusst agieren. Ja, der Sohn, der die Frage für seinen Vater stellte, weshalb er sich so distanzierte, erhielt eine ganz klare Antwort der Stellvertreterin, nämlich die, dass er mit seinen 82 Jahren seine Ruhe möchte und offensichtlich auch noch in einer tiefen Trauer ist um seine kürzlich verstorbene Frau, die er austrauern möchte und seine Ruhe möchte.

Die Stellvertreterin sagte auch, dass es ihr sehr lästig sei, wenn zu viele Menschen um sie herumstehen.

Sie möchte am liebsten allein sein.

Denn als sich die Kinder so annäherten, drehte sie sich um und sagte, ich will meine Ruhe.

Es genügt vollkommen, die anderen Personen aus der Distanz zu sehen, sagte sie.

Sie wusste ja nicht, wer die anderen Personen sind. Sie meinte damit direkt ihre Kinder.

Meine Empfehlung an den Mann war deshalb, lasst dem Vater Zeit und haltet etwas Abstand. Es genügt völlig, wenn man ab und zu nachfragt und nicht täglich fünfmal anruft. Denn es ist natürlich so, wenn es fünf Kinder gibt, dann wollen alle wissen, wie geht es dem Papa. Und dann rufen alle zweimal am Tag an. Das heißt, der Mann war wirklich schon etwas beträngt, auch wenn es lieb gemeint war. Ja, ich hoffe, es war interessant für dich, diese erste Runde, und ich freue mich, dass du zugehört hast. Und wenn es Fragen gibt, dann freue ich mich natürlich über Zuschriften, über dein Feedback, über eure persönlichen Themen. Du kannst mir schreiben unter meiner Mailadresse dieliebefamilie.de, Alles zusammengeschrieben. In einer Woche hört ihr einen neuen Fall, und zwar die Christine fragt, warum habe ich mich mein ganzes Leben an einen gebundenen Mann gebunden. Ich bereue es zutiefst und verstehe es nicht. Sie ist wütend auf sich selbst, auf den Mann, und auch etwas verzweifelt, denn sie wird jetzt bald 60 und

hinterfragt ihr Leben. Und wir werden der Sache auf den Grund gehen.

Danke für deine Aufmerksamkeit. Ich freue mich, dass du dabei warst und wenn es interessant war, dann bitte weitersagen und mit Freunden teilen.

Vielleicht möchtest du auch auf meiner Website vorbeischaun unter www.karinachleitner-mairhofer.at.

Da findest du nämlich viele Informationen zu den Seminaren und Terminen.

Ich freue mich auch, wenn du mir schreibst. Vielleicht hast du ein eigenes Thema oder eine Idee? Dann schreib mir einfach eine E-Mail dieliebefamiliedei@deinthema.at