

# Familienaufstellungen nach Virginia Satir



Ausbildung zum Integralen  
Coach und Berater

Familienaufstellungen  
nach Virginia Satir

Seite 1 von 4

## Worum genau geht es bei einer Familien Aufstellung?

Menschliche Beziehungen sind verzwickelt und oft unüberschaubar. Insbesondere die Beziehung zu der Herkunftsfamilie können belasten. Auch die Arbeit im beruflichen Team bietet nicht nur Freude, sondern auch Fallstricke.

In Aufstellungen haben Teilnehmer/innen die Möglichkeit als „Regisseure“ die anderen Anwesenden oder beliebige Gegenstände so aufzustellen, bis es ein stimmiges Abbild von Zu- und Abneigung, Nähe oder Distanz in dem familiären oder beruflichen System gibt. Die oft nur vagen Vorstellungen werden dadurch Begreifbarer.

Zu der Aufstellung durch die “Regisseure” kommt noch etwas hinzu: die Regie gibt noch typische Gesten und Aussagen der dargestellten Personen vor, die die Stellvertreter/innen dann ausdrücken. Dadurch wird die Dynamik in der Familie oder im Team noch deutlicher.

Die Regisseure haben auch die Möglichkeit, die Stellvertreter/innen nach Gefühlen, Gedanken etc., die sie an ihrem Platz empfinden, zu befragen. Ferner ist es gemeinsam



### ADRESSE

Haus der Mitte  
Theresia Maria Wuttke  
Ecke Holz 13  
34369 Hofgeismar-Kelze

### KOMMUNIKATION

Fon: +49 (0) 56 71 409 - 342  
 Fax: +49 (0) 56 71 409 - 341

Mail: [t.m.w@theresiamariawuttke.de](mailto:t.m.w@theresiamariawuttke.de)  
 Web: [www.theresiamariawuttke.de](http://www.theresiamariawuttke.de)

möglich, Ideen über den Sinn einer Beziehungsstruktur sowie Vorschläge für hilfreiche Veränderungen zu entdecken.

Es gibt keine vorgegebenen Sätze, die ausgesprochen werden müssen.

### Was sind die Inhalte und welche Fragen können bearbeitet werden?

Die klassische Durchführung ist in einem Seminar mit anderen Menschen zusammen. Natürlich kann man auch eine Aufstellung im Zimmer mit Hilfsmitteln wie Puppen, Kissen usw. durchführen.

Themen aus der Familie sind beispielsweise kritische Zeitpunkte (Tod einer Person) oder allgemeine Fragestellungen (z. B. "Welche Erwartungen wurden an mich in meiner Jugendzeit gestellt?").

Bei Skulpturen von beruflichen Teams können sich die Fragen ebenfalls auf kritische Zeitpunkte (Auswirkung von Personalentscheidungen) oder auf allgemeine Fragestellungen beziehen ("Wie gehe ich zukünftig mit meinem Problemkunden um?", "Warum ist das Betriebsklima so kühl?").

Eine Fragestellung kann auch durch Genogramm, Organigramm und Beschreibung einer konkreten Situation möglicherweise noch genauer gefunden werden.

Eine Einzelsitzung konzentriert sich besonders auf die Klärung der individuellen Fragestellung und der szenischen Darstellung auf dem sogenannten Familienbrett; hier wird die Aufstellung nicht im Zimmer, sondern auf einem definierten Raum wie einem Brett, durchgeführt.

### Was genau ist die Sichtweise der Familienaufstellung nach Virginia Satir?

- Die systemische Sichtweise betrachtet Fragestellungen und Probleme nicht als Eigenschaften einzelner Personen.
- Hier geht es also nicht um Bewertungen wie "richtig" oder "falsch", "schuldig" oder "unschuldig sein".
- Wesentlich ist das Verständnis sozialer Systemstrukturen und deren Wirkung auf die Personen.
- Statt lediglich über Probleme zu reden, wird ein non-verbaler Ausdruck eines Systems in der räumlichen Dimension umgesetzt
- In kurzer Zeit ist es möglich, viele Informationen über ein System zu erhalten
- Die Methode ist insofern hilfreich, da die Regisseure in eine Außen Position kommen. Die Beobachter-Perspektive ist neutraler: der Abstand zur Situation bewirkt auch einen Abstand zu belastenden Gefühlen. Der "Platz zum Atmen" wird frei.
- Es ist gemeinsam möglich, Ideen über den Sinn einer Beziehungsstruktur sowie Vorschläge für hilfreiche Veränderungen zu entdecken

Ausbildung zum Integralen  
Coach und Berater

Familienaufstellungen  
nach Virginia Satir

Seite 2 von 4

### Für wen ist eine Skulptur sinnvoll?

- Alle Menschen, die sich Klarheit über eine Situation verschaffen möchten und einen hilfreichen Umgang damit suchen
- Wahlmöglichkeiten in ihrem Verhalten wahrnehmen möchten
- Informationen auf der Basis eigener Maßstäbe bewerten wollen
- Gerne Feedback einholen
- Durch Zuschauen oder durch Ausprobieren und aus eigener Erfahrung lernen
- Ihre sozialen Kompetenzen erhöhen wollen
- Für Lehrende und andere Berufsgruppen,

### Für welche Themen ist diese Methode nicht geeignet?

Familienstellen ist kein Ersatz für Therapie. Sie zählt (wie Psychodrama oder Körpertherapien) zu den aufdeckenden Methoden und ist deshalb nicht für Fragestellungen geeignet, die sich auf Traumatisierungen beziehen (z. B. sexueller Missbrauch, Mobbing-situationen). Diese Situationen müssen vorher in einer Therapie verarbeitet worden sein, ansonsten besteht die Gefahr einer Re-Traumatisierung.

### Eine Aufstellung findet üblicherweise in einer Gruppe statt. Wie soll das in Einzelsitzungen funktionieren?

Dazu werden Papiere genutzt oder das Familienbrett, das auch ohne andere Teilnehmer/innen eine Darstellung von sozialen Bezügen erlaubt. Es wurde im Rahmen der systemischen Familientherapie und nach dem Kieler Coaching Modell von Ludewig entwickelt. Das Familienbrett besteht aus Holzfiguren mit angedeuteten Gesichtern in zwei Größen und Formen. Situationen in Familien oder im Beruf lassen sich damit problemlos visualisieren bzw. darstellen.

Neben der Darstellung einer möglichen Ist-Situation können am Brett auch Neupositionierungen vorgenommen werden, die dabei behilflich sein können, konfliktgeladene Situationen zu entspannen oder Problemsituationen einer Lösung zuzuführen.

Dennoch ist eine Verwendung des Familienbrettes nicht zwingend. Im Grunde können der ganze Raum und jeder Gegenstand als Hilfsmittel verwendet werden. Durch den Einbezug von Stühlen oder ähnlichem ist es möglich, eine Idee von den Gefühlen und Gedanken der beteiligten Personen an einem entsprechenden Standort zu erhalten.

Ausbildung zum Integralen  
Coach und Berater

Familienaufstellungen  
nach Virginia Satir

Seite 3 von 4

## Literatur

Skulptur Arbeit nach Virginia Satir (Das Satir-Modell (1995) von Satir u. a., Junfermann-Verlag)

Virginia Satir (2001) "Mein Weg zu dir - Kontakt finden und Vertrauen gewinnen."  
München: Kösel-Verlag

Ausbildung zum Integralen  
Coach und Berater

Familienaufstellungen  
nach Virginia Satir

Seite 4 von 4