

Familien-und Systemaufstellungen auf Grundlage einer christlich-diakonischen Ethik - eine Orientierungshilfe

Die Arbeit mit unterschiedlichen Systemaufstellungsformaten ist seit Jahren gängiger methodischer Bestandteil, sowohl in der allgemeinen psychosozialen Beratung, der therapeutischen Einzel- und Gruppenarbeit und der familientherapeutischen Arbeit, ebenso in den Bereichen von Supervision, Coaching und Organisationsberatung und -entwicklung.

Seminarteilnehmer- und teilnehmerinnen berichten häufig von erstaunlichen Entdeckungen, Erfahrungen und Veränderungen und auch Heilungen, sowohl psychisch-emotionaler wie auch körperlicher Art.

Als Fachberatungsstelle führen wir seit 2004 therapeutische Seelsorgeseminare mit Familienaufstellungen (mittlerweile mit der Erfahrung von über 2000 Aufstellungen/Stand 4/2026) durch. Des Weiteren bieten wir auch eine zweieinhalbjährige berufs begleitende Ausbildung zum Leiter/zur Leiterin für Familienaufstellungen an.

Immer wieder stellen uns Menschen dazu folgende Fragen:

- Was ist Familienstellen überhaupt?
- Sollte jeder das machen?
- Für wen ist das geeignet, für wen eher nicht?
- Was unterscheidet Ihre Aufstellungsarbeit von anderen Anbietern oder auch von umstrittenen Formaten wie z.B. aus dem esoterischen Bereich etc.?

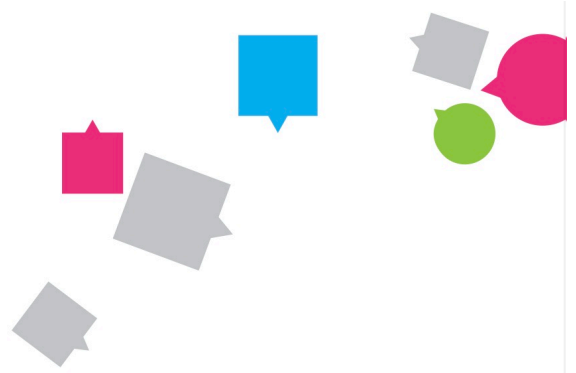
- Was ist an der von ihnen angebotenen Aufstellungsarbeit biblisch?
 - Welche Hilfe kann ich mir erhoffen, wenn ich an solch einem Seminar teilnehme?
- ...

Familienaufstellungen - Ursprünge

„Wir haben erkannt, dass alle ungesunden Beziehungsmuster von mehreren Generationen geformt sind.“ (Boszormenyi-Nagy - Invisible Loyalties, NY 1973, Seite 97)

Ivan Boszormenyi-Nagy war einer der Begründer und Pioniere der systemischen Familientherapie und hat zusammen mit vielen anderen Wissenschaftlern und Therapeutinnen (Virginia Satir, Salvatore Minuchin, Gregory Bateson, Mara Selvini Palazzoli etc.) grundlegende Erkenntnisse über die Beziehungsdynamiken in Familiensystemen erforscht und auch Therapiemodelle entworfen.

In den neunziger Jahren wurden durch die Arbeit von Bert Hellinger sogenannte Familienaufstellungen populär, die Hellinger u. a. in Anlehnung an die Familienskulpturarbeit von Virginia Satir entwickelte. Viele Beraterinnen und Therapeuten übernahmen diese Methodik und/oder entwickelten diese weiter. Hellinger selbst beschränkt im Laufe seiner Arbeit zunehmend, wenn nicht sogar von Anfang an, esoterische Wege und „betrieb“ Aufstellungsarbeit zunehmend in fragwürdiger und autoritärer Weise, so dass sich Fachkollegen und auch die Deutsche



Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS) in vielem von ihm deutlich distanzierte.

Die Evangelische Zentralstelle für Weltanschauungsfragen bietet unter anderem unter folgendem Link Infos zu dieser Thematik an: <https://www.ezw-berlin.de/publikationen/artikel/aktuelles-zur-aufstellungsarbeit-nachhellerger/> (Stand 30.03.2026)

Ein nicht geringer Anteil an Aufstellungsangeboten findet im Zusammenhang mit esoterischen Ansätzen und schamanistischen Praktiken statt. Allerdings gibt es auch eine ganze Reihe von Angeboten, die insbesondere auf den Grundlagen der systemischen Therapie und Beratung basieren.

Familienstellen im Kontext unserer Arbeit

Familienaufstellungen sind eine hochdynamische Vorgehensweise, in der Klienten in kurzer Zeit tief an ihre biografischen familiären Erfahrungen, Themen und die damit zusammenhängenden Gefühle und primären Konflikte herankommen. Häufig kommen dabei verborgene, tabuisierte und verdrängte Wahrheiten des familiären Herkunftssystems, teilweise der Vorgenerationen zum Vorschein. Dies konnten wir eindrücklich besonders bei Seminaren in Israel erfahren, wo es thematisch immer wieder um destruktive mehrgenerationale Zusammenhänge von der Holocaustgeneration bis zu den heutigen Enkelgenerationen, auch der Überlebenden der Shoah bis heute geht.

An dieser Stelle ist mir folgender Aspekt wichtig, der in den Aufstellungsseminaren in Deutschland immer wieder deutlich wird: Die massiven Schuld- und Traumatisierungsverstrickungen, unter denen Menschen speziell in unserem Land aufgrund zweier Weltkriege und insbesondere der Erfahrung der Zerstörung unserer Identität als Deutsche durch die Macht und Bindung des Nationalsozialismus, leiden. Ich empfehle hierzu ein exzellentes Buch von Sabine Bode: „Die vergessene Generation – Die Kriegskinder brechen ihr Schweigen“, Piper Verlag 2009. Bode verweist u. a. auf die bekannte Traumatherapeutin Luise Reddemann und schreibt: „In ihrer Zeit als Leiterin der Klinik für Psychosomatik und Psychotherapie in Bielefeld fand sie (Reddemann, Anmerkung des

Autors) zu der Überzeugung: Nicht nur Menschen der Kriegsgeneration können unter den Folgen des frühen Traumas leiden. Es gibt eben auch eine Verschiebung in die zweite und dritte Generation. Die Symptome sind die gleichen.“ (S. 247)

Auf biblischem Hintergrund gesehen haben wir es mit psychisch-emotionalen Belastungen und Verstrickungen, mit individuellen und kollektiven Schuldzusammenhängen, sowie mit Bindungen an bis heute wirksame geistliche Mächte (Neues Testament, Epheserbrief, Kapitel 6, 12) und deren destruktive Einflüsse in unseren Familiensystemen, zu tun. Ähnliche Dynamiken und Zusammenhänge werden auch in Aufstellungen deutlich, in denen es um religiösen oder auch sexuellen Missbrauch, teilweise über Generationen, geht.

Unsere Arbeitsweise, die wir seit 2003 entwickelt haben

Wir bieten Familienaufstellungen in der Regel im Rahmen von fünftägigen Intensivseminaren bewusst auf christlich-seelsorgerlicher Basis und mit fundierter systemisch-therapeutischer Begleitung an. Die maximale Teilnehmerzahl liegt bei 14 Personen, die zur Teilnahme jeweils einen Fragebogen ausfüllen müssen, der dann die Grundlage unserer Aufnahmeentscheidung ist. Dies dient auch der Abklärung, inwieweit Interessenten aufgrund ihrer aktuellen psychischen Verfassung in der Lage sind, an solch einem Gruppenprozess teilzunehmen. In der Regel kommt jeder Teilnehmer/jede Teilnehmerin mit einer Frage die ihn/sie bewegt zur Aufstellungswoche, wie z. B. „Warum habe ich immer wieder einen bestimmten Konflikt?“, „Wieso habe ich kaum Zugang zu meinen Gefühlen?“, „Ich komme an einem bestimmten Punkt in meinem Leben nicht weiter“, „Wieso habe ich diese Symptome?“ etc..

In der Seminarwoche stellt dann jeder Teilnehmer und jede Teilnehmerin seine/ihre eigene Herkunfts- oder auch Gegenwartsfamilie auf, d. h., er/sie sucht sich aus der Gruppe Stellvertreter für die jeweiligen Familienmitglieder aus und stellt mit diesen ein „Beziehungsbild“, das dem inneren Bild seiner/ihrer Wahrnehmung entspricht. Der Leiter befragt dann die einzelnen Stellvertreter an ihrem jeweiligen Platz nach ihren Wahrnehmungen und Empfindungen.

In der Regel sind diese stimmig mit den Empfindungen des Aufstellers. Im Verlauf der Aufstellung wird dann vom Leiter der Aufstellung in unterschiedlicher Art und Weise gearbeitet. In der Regel werden die oft verborgenen und tabuisierten familiären Konflikt- und Beziehungsthemen, notwendige Grenzziehungen, fehlende oder ungute Bindungen, Traumatisierungen etc. rasch sichtbar und deutlich. Kernthemen, wie die Vater- und Mutterbeziehung stehen bezeichnender Weise immer wieder im Mittelpunkt und werden somit der Bearbeitung zugänglich.

Familienaufstellungen sind Beziehungsklärungsarbeit und aus diesem Grund wird die Aufstellerin ab einem geeigneten Punkt in die Aufstellung hineingeholt. Sie hat dann die Möglichkeit, mit den einzelnen Personen ihrer Familie, bzw. den Stellvertretern, in die Dialogarbeit zu gehen. Des Weiteren werden nach Bedarf unterschiedliche therapeutische Vorgehensweisen, wie z. B. die Arbeit mit dem Inneren Kind oder die Wiederaufnahme der Hinbewegung zur Mutter oder zum Vater innerhalb der Aufstellungsarbeit eingesetzt. Schmerzhaft, verdrängte, dissoziierte, oder bisher unbenennbare Beziehungsthemen werden im wahrsten Sinne des Wortes zugänglich.

Solche Beziehungsarbeit erfordert ein „Zugehen“ auf schmerzhaft Themen und die damit verbundenen Bezugspersonen, mit denen häufig verstrickte Beziehungen und destruktive Beziehungsmuster bestanden oder bestehen. Diese Vorgehensweise setzt eine für uns unverzichtbare erfahrene fachliche Leitung und Begleitung im Prozess voraus.

Derartige Klärungen brauchen Zeit und Tiefenwirkung und deshalb ist der Rahmen einer intensiven und vertraulichen Gruppenerfahrung über mehrere Tage besonders hilfreich, aus meiner Sicht sogar unverzichtbar.

Eine Aufstellungswoche bietet somit im Gegensatz zu „Kurzzeitveranstaltungen“ einen besonders geschützten und somit stärkenden Erfahrungs- und Beziehungsraum, in dem umfangreiche Lern- und Veränderungserfahrungen ermöglicht und eingeübt werden.

Prozessorientiertes Arbeiten

Einlassen – Zulassen – Erkennen – Verstehen, damit ist schon ein wesentlicher Teil dessen beschrieben, worum es bei Familienaufstellungen geht.

Ein weiterer Vierklang besteht aus den praktischen Beziehungsklärungsschritten:

1. Klärung des Kontaktes zu sich selbst
2. Wiederaufnahme des verlorenen oder gestörten (unterbrochenen) Kontaktes zu wesentlichen Bindungspersonen (Mutter, Vater, Geschwister),
3. Klare Grenzziehungen und Loslösung von schädigenden und zerstörerischen Bindungen
4. Akzeptanz dessen, was nicht möglich war und nicht mehr möglich ist (Verabschiedung von unrealistischen Erwartungen, „zu Ende-Trauern“ etc.).

Dies alles ist nur auf der Grundlage einer prozessorientierten Vorgehensweise möglich, in der immer berücksichtigt werden muss, was den Teilnehmenden zu dem jeweils aktuellen Zeitpunkt möglich ist und was nicht.

Vergebung, Versöhnung und Befreiung

Am Ende einer Aufstellungswoche bieten wir mit einem erfahrenen Seelsorgeteam den Teilnehmern in einer umfangreichen Gebets- und Segnungszeit die Möglichkeit, Erkanntes vor und mit Gott festzumachen, zu lösen, zu bekennen usw.. Wir sind überzeugt und erfahren dies immer wieder, dass es Gottes Wunsch und Ziel ist, jeden einzelnen Teilnehmer durch einen tiefgehenden Heilungsprozess zu leiten und zu begleiten, in dem auf biblischer Grundlage wirkliche Vergebung und Versöhnung in der Beziehung mit sich selbst, mit dem Nächsten und Gott möglich werden. Mir als Leiter und uns als Mitarbeiterteam ist dabei wichtig, dass niemals irgendwelche Forcierungen, wie z. B. „Vergebung im Hauruck-Verfahren“ geschehen. Dies auch insbesondere vor dem Hintergrund schwieriger oder gar missbräuchlicher Erfahrungen von Teilnehmenden aus ihren religiösen oder anderweitigen spirituellen Kontexten.

Grenzen und Chancen der Aufstellungsarbeit

Aufstellungen sind eine effiziente Möglichkeit, sich intensiv mit seinen Lebensfragestellungen und -konflikten auseinanderzusetzen. Sie

ersetzen nicht einen notwendigen längeren Prozess der Seelsorge, Beratung oder Therapie. Sie können aber stark unterstützend in solchen Prozessen wirken und helfen in der Regel ganz besonders dabei, Zugang zu den eigenen Wahrnehmungen und Emotionen zu bekommen, vom „Herzen her“ an die eigenen wichtigen Themen heranzukommen. Aufstellungen sind kein Allheilmittel, aber sie stellen eine gute fachliche und geistliche Möglichkeit dar, damit Gottes Heilmittel, seine Liebe, seine Gnade, Barmherzigkeit und Erlösung in unseren oft so zerrütteten Beziehungsverhältnissen neu erfasst und wirksam werden können. Mein und unser Herzensanliegen ist es, dass mit dem Familienstellen ein Raum für die Wirksamkeit der Gnade Gottes geschaffen wird. Hebr. 12, 15 (Rev.ElB) „... und achtet darauf, dass nicht jemand an der Gnade Gottes Mangel (Defizit) leide, dass nicht irgendeine Wurzel der Bitterkeit aufspresse und euch zur Last werde und durch sie viele verunreinigt werden...“

Wir sind als Mitarbeiterteam immer wieder ermutigt von dem, was Gottes Geist in den Aufstellungen offenbart und was er bei den Teilnehmern an heilsamen Prozessen und Erfahrungen freisetzt und laden herzlich zur Teilnahme an den Aufstellungsseminaren ein. Zur weiteren Vertiefung empfehle ich mein Buch „Versöhnt mit gestern – Familienstellen auf biblischer Grundlage“.



Das Buch ist beim ASAPH Verlag erschienen und als gebundene Ausgabe zum Preis von 19,95 Euro erhältlich. Bestellungen über den Buchhandel oder auch direkt über Email an info@lebenimkontext.de



Rolf Gersdorf

Diplom-Sozialarbeiter, Diplom-Supervisor/Lehrsupervisor (DGSv), Systemischer Familientherapeut, Partnerschultrainer und Buchautor. Geschäftsführer von Leben im Kontext e.V. Dortmund.
Arbeitsschwerpunkte: Supervision und Ausbildung, Familien- und Systemaufstellungen, Einzel- und Paarberatung sowie Familientherapie.

Mitgliedschaften

DGSv (Deutsche Gesellschaft für Supervision)
DGfS (Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen)
Vorstandsmitglied der APS (Akademie für Psychotherapie und Seelsorge)