

Verdeckte Problemlösungsmethode

... mit Aufstellung und unter Zuhilfenahme von Ressourcen

Klassische Systemische Arbeit in Verbindung mit systemisch-phänomenologischer Aufstellungsarbeit

■ Heribert Döring-Meijer

1. Schritt: Problembenennung (intern) und Problemaufstellung

Das Problem des Klienten ist sowohl dem Leiter als auch der zur Verfügung stehenden Gruppe unbekannt und wird auch nicht erläutert! (Gute Möglichkeit in der Supervision, in Teams, bei Beziehungsproblemen, sexuellen Störungen u.a., wo Problem und Auftraggeber einen geschützten Rahmen benötigen). Der Klient muss nur für sich selbst innerlich das

Problem benennen und dann klären, wie viele Personen aus der anwesenden Gruppe im wesentlichen an der nachfolgenden Aufstellung des Problems beteiligt sein könnten.

Der Klient wählt nun aus der Gruppe für sich und für alle nach seiner Meinung beteiligten Personen je einen Stellvertreter aus und stellt dann sein inneres Bild

auf (Problemaufstellung).

Die Aufgestellten werden zu körperlichen Empfindungen, Gefühlsregungen und Phantasien über die Person für welche sie stehen und von der sie nichts wissen, als auch über das Gesamtbild befragt.

Danach wird die Aufstellung aufgelöst; es wird nicht darüber gesprochen.

2. Schritt: Darstellung des Problems mit bildnerischen Mitteln

Im Anschluss liegt für den Klienten einige Bögen unterschiedlich farbiges Papier, Pappe, Packpapier, leere Toilettenpapierrollen, Klebeband, Krepppapier und

farbige Wollfäden, Schere bereit, welches beliebig verändert werden kann (durch Zerschneiden, Zerreißen, Zerknüllen usw.). Bei diesen kreativen Materialien darf das

eine oder andere ruhig fehlen. Mit diesen Utensilien wird jetzt das Problem durch den Klienten optisch, bildhaft auf dem Boden dargestellt.

3. Schritt: Bildhafte Ressourcen zur Problemlösung finden

Auf einem separaten Tisch liegen unterschiedlichste Gegenstände (alle möglichen Utensilien kommen hier in Frage – nichts bestimmtes, z. B. Taschenmesser, Uhr, Geldbeutel etc.) bereit, welche symbolhaft als Ressourcen dienen. Der

Klient wird aufgefordert zu schauen, von welcher Seite er jetzt am besten Zugang zu dem Problem findet und dabei die für ihn passenden Ressourcen mitzunehmen. Sie können aber auch der Skulptur hinzugefügt werden. Das Problembild wird

nun zum Lösungsbild verändert, die Ressourcen können dabei ins Bild integriert werden oder in jeglicher Form auch beim Klienten verbleiben. Dieses Lösungsbild einschl. der Ressourcen muss einen Moment lang auf den Klienten einwirken.

4. Schritt: Das Lösungsbild aufstellen und sich in das Lösungsbild einfühlen

Der Klient stellt nun das „Lösungsbild“ mit den gleichen Personen auf, mit denen er am Anfang das „Problembild“ gestellt hatte. Es folgt das Befragen der Personen wie

beim Problembild. Der Klient stellt sich nun an den Platz seines Stellvertreters und fühlt sich selber ein.

Anschließend Auflösung der Aufstellung und Entlassung der Stellvertreter aus den Positionen durch den Klienten.

Diese Aufstellung lässt sich auch in der Einzelberatung unter zu Hilfenahme von Holzfiguren oder sonstigen Platzhaltern durchführen, indem der Klient am Anfang wie am Ende nacheinander auf alle Plätze selber steht und sich einfühlt und so mögliche Lösungen am eigenen Körper erfährt!!

In der Gruppensituation muss nicht über einzelne Schritte und Erlebnisse der Pro-

blem- und Lösungsbilder des Klienten gesprochen werden (eventuelles Zerreden).

Weitere mögliche „systemische Fragen“ wie z. B.: „Angenommen du würdest diese Lösung in der Realität umsetzen, was wäre ein erster Schritt?“ „Wie glaubst du wird es dir dann gehen, wenn du dich auf einer Skala von 0 bis 10 einschätzt (0 = ganz schlecht / 10 = sehr gut)?“ u.s.w.

Ich habe bei meiner obigen Darstellung aus Vereinfachung immer nur die männliche Form gewählt, die weibliche Form ist immer mit gemeint!!

Heribert Döring-Meijer,

Systemische Privatpraxis CLARO!,

Info und Kontakt:

siehe Seite 27