Protokoll des etwas anderen Regionaltages am 05.04.2025

DGfS
Deutsche Gesellschaft
für Systemaufstellungen

DGFS Bayern Süd

Ort: CVJM München
Zeit: 10:00-18:00 Uhr
Zielgruppe: Mitglieder und Interessierte

Einladung für all jene, die noch nie eine Aufstellung erlebt haben, aber schon davon gehört haben und neugierig sind.

An diesem Regionaltag boten wir Freunden, Bekannten oder Verwandten die Gelegenheit kostenfrei teilzunehmen, damit sie erleben können, was Aufstellungsarbeit ist und wie sie funktioniert. Denn wir alle wissen, dass man Aufstellungen so gut wie nicht mit Worten erklären kann. Hierfür wollten wir eine Plattform schaffen.

Das Programm war darauf ausgerichtet, keine tiefen Störungen, Traumata oder Familien-konstellationen zu behandeln und verschiedenen Aufstellungsmethoden vorzustellen.
Drei Dozenten zeigten Ihre individuelle Art der Aufstellungsarbeit und boten allen, die sich einlassen wollten, eine Selbsterfahrung in diesem Bereich an. Aber auch nur Zuschauen und es auf sich wirken lassen war möglich.

Der Einladungstext lautete:

- *wie kann ich mich in innere Anteile meines Wesens einspüren und mich mal ganz anders erleben als ich es gewohnt bin?*
- *wie gehe ich mit bestimmten Anteilen von mir um?*
- *wie kann ich das Leben meiner Familie bzw. Ahnen auf einer gefühlsmäßigen evtl. neuen Ebene kennenlernen, anstelle von unklaren oder widersprüchlichen Fakten bzw. Erzählungen aus der Familie?*
- *wie kann ich Situationen im Beruf, mit Freunden oder in der Familie klären, indem ich deren Position einnehme, neue Sichtweisen erhalte, evtl. eine gute Ordnung finde, um in Frieden zu kommen?*

Ablauf des Tages:

• Einleitung und Historie der Aufstellungsarbeit
  ➢ vorgestellt von Alexandra Michel, DGfS- Regionalsprecherin Bayern Süd

• Leichte Körperempfindungsübung und erste Aufstellungserfahrungen in Kleingruppen
  ➢ vorgestellt von Gabriele Kuhlmann, DGfS- Lehrende

• **die 7 Archetypen der Angst**
  ➢ vorgestellt von Eike Höppner, DGfS- anerkannte Aufstellerin

Nach einer Power Point-Einführung in die 7 Archetypen der Angst mit ihren Hauptmerkmalen und Gegenpolen konnten alle Teilnehmer*innen erste Erfahrungen machen im Feld von aufgelegten Angst-Linien in Form von Seilen auf dem Boden mit ihren Polen.
Eine DEMO des Aufstellungsmoduls zeigte im Anschluss diese Methode in Einzelarbeit.

• **Figurenstellen in intuitiv gemalten Bildern**

- vorgestellt von Lisa Kalteis, DGfS- anerkannte Aufstellerin und Kunsttherapeutin

Die tiefe Verbindung von Systemischer Arbeit und Kunsttherapie wurden am Nachmittag von Lisa bildlich aufgezeigt und erläutert.
Der einleitende Satz lautete: „*Jede Erkenntnis beginnt mit den Sinnen*“ (Leonardo da Vinci)

Nach einer DEMO in Einzelarbeit: Gefühle intuitiv mit Ölkreiden auf Papier auszudrücken und diese mit Figuren aus der Metaebene zu erkunden, konnten dies alle Teilnehmer*innen in Kleingruppen erproben. Die Klopftechnik EFT rundete jede Sitzung ab.

• **Aufstellung im beruflichen Kontext**

- vorgestellt von Axel Ahammer, DGfS- anerkannter Aufsteller

Mit humorvollen Übungen wurde uns das Schubladendenken, unsere Kontaktebenen und das „Johari-Fenster“ erläutert. Auf Bodenfeldern konnten dann alle Teilnehmer*innen konkrete Erfahrungen mit der eigenen Positionierung im DISG-Modell machen.

Es war ein reicher und bunter Tag und das Feedback der „Neuen“ war überaus positiv.
Wir werden das gerne wiederholen und somit Werbung machen für die DGfS und unsere reiche Methodenwelt.

Robert Wende, Alexandra Michel, Tanja Lachmayr-Kott, Ursula Kiermaier