

# **Wenn ich die Augen schließe, kann ich dich sehen**

---

**Ursula Franke**

Familien-Stellen in der Einzeltherapie und -beratung  
Ein Handbuch für die Praxis

**Sechste Auflage, 2017**

Umschlaggestaltung: Uwe Göbel  
Satz: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten  
Printed in Germany  
Druck und Bindung: CPI books GmbH, Leck



Sechste Auflage, 2017  
ISBN 978-3-8497-0187-1  
© 2002, 2017 Carl-Auer-Systeme Verlag  
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg  
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Ausgaben dieses Buches sind bisher auch in englischer, russischer,  
holländischer, spanischer und portugiesischer Übersetzung erschienen.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren  
und zum Verlag finden Sie unter: [www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de).

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten aus der Vangerowstraße haben,  
können Sie unter <http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH  
Vangerowstraße 14 · 69115 Heidelberg  
Tel. +49 6221 6438-0 · Fax +49 6221 6438-22  
[www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de)

.....

## Inhalt

**Zum Geleit ... 9**

**Dank ... 10**

**Vorwort ... 11**

**Einleitung ... 13**

## I Zur Theorie ... 15

**Entwicklung der Aufstellungen ... 16**

**Was ist eine Aufstellung? ... 20**

**Aufstellungen in der Einzelsitzung oder in der Gruppe? ... 23**

Vorteile von Aufstellungen in Gruppen

und in der Einzelsitzung ... 24

Aufstellungen in der Einzeltherapie ... 25

**Das Setting ... 27**

Zeitrahmen ... 27

Raum, Ausstattung und Hilfsmittel ... 28

Fortlaufende Einzeltherapie und Aufstellung ... 29

Abstände zwischen den Sitzungen ... 30

Weitere Aufstellungen ... 32

**Techniken der Aufstellung in der Einzelsitzung ... 34**

Aufstellung mit Bodenankern: Blätter, Schablonen,  
Filzstücke ... 35

Exkurs: Morphisches Feld ... 36

Wie bekommen wir die Informationen über

die anderen Personen? ... 38

Aufstellung in der Imagination ... 40

Aufstellung mit Figuren ... 43

### **Symptome, Gefühle und innere Bewegungen ... 47**

Hinbewegung, Wegbewegung – Primäre, sekundäre,  
übernommene Gefühle und Meta-Gefühle ... 47

Symptome sind richtig ... 49

Primäre Gefühle und innere Hinbewegung ... 50

Sekundäre Gefühle, innere Wegbewegung und  
„unterbrochene Hinbewegung“ ... 51

Wie kann man sekundäre Gefühle

im therapeutischen Prozess erkennen? ... 54

Aus dem System übernommene Muster:

Gefühle, Handlungen, Gedanken ... 57

Wie können wir erkennen, dass der Klient  
etwas aus dem System übernimmt? ... 57

Widerstrebende Bewegungen ... 60

Meta-Gefühle ... 61

### **Körper und Atmung ... 62**

Lernen ... 63

Was passiert, wenn Sie tief ausatmen? ... 65

Körperliche Spannung und Übungen zur Entspannung ... 67

Körperwahrnehmung und Aufstellung ... 70

Eine kleine Übung zur Körperwahrnehmung ... 71

### **Was hilft? ... 72**

Erklärungen ... 73

Vorschläge ... 74

Vagheit ... 75

Fragen, Fragen, Fragen ... 77

Sprache ... 78

Körper ... 79

### **Kontraindikationen und Störungen ... 81**

Gründe, die Aufstellung zu unterbrechen  
oder abzubrechen ... 81

Prüfen ...	81
Therapeutische Begleitung ...	82
Beziehung des Klienten zum Therapeuten ...	83
Gegenübertragung als Hinweis ...	85
Exkurs: Gegenübertragung ...	86
Konkret bleiben ...	88
Körperliche Reaktionen ...	89
Hyperventilation und Panikatmung ...	90
„Widerstand“ ...	90
„Langsame“ Klienten ...	91
Der Klient reagiert nicht mehr ...	92
Vorbeugen ...	94
Durchgehen ...	95
Abbrechen oder nicht? ...	95

## **II Zur Praxis ... 99**

### **Einzelauflistung in der Praxis ... 100**

„Warming up“ ...	100
Beschreibung der Symptomatik und Klärung des Anliegens ...	101
Notizen und Aufzeichnungen ...	102
Anliegen ...	104
Entwurf einer guten Zukunft ...	105
Symptome, Probleme, Fragen ...	109
Wie ist das Symptom zu verstehen? ...	110
Zwei Ebenen von Interventionen ...	112
Was kann der Klient tun, damit das Symptom aufhört, und was soll dann stattdessen sein? ...	112
Symptome als Hinweise ...	113

### **Familienanamnese und biographische Anamnese ... 117**

Exkurs: Erster Eindruck und atmosphärische Wahrnehmung ...	118
Biographische Anamnese, Lebensgeschichte und Lebenskontext des Klienten ...	119
Familienanamnese ...	121
Wer gehört zum System? ...	122

Besonderheiten in der eigenen oder  
der Familiengeschichte ... 124  
Ressourcen des Klienten und des Systems ... 125

### **Aufstellung ... 126**

Aufstellung mit Blättern ... 127  
Aufstellung in der Imagination ... 129  
„Störungen“ ... 131  
Unbekannte Familienmitglieder ... 134  
Vorschläge ... 140  
Verneigen und Zustimmen ... 141  
*Eine kleine Übung für den Therapeuten* ... 147  
Sätze ... 147  
Wie finden wir die richtigen Sätze? ... 148

### **Lösungsbild ... 151**

Wie entwickeln sich die Bilder weiter? ... 152  
Die Wirklichkeit der Lösungsbilder ... 154

### **Übungen und Hausaufgaben ... 159**

Veränderung und Übung ... 159  
Muster ... 160  
Inhalt der Übungsaufgaben ... 161  
Wahrnehmung des eigenen Körpers und  
des körperlichen Befindens ... 162  
Beobachtung von Verhalten und inneren Abläufen ... 163  
Entwicklung von Alternativen ... 163  
Experimentieren mit den Alternativen ... 165  
Wie auswählen, entwerfen und überprüfen? ... 165  
Erste kleine Übungsaufgaben ... 166  
Übungen im Therapieverlauf ... 166  
Aufgaben nach Aufstellungen ... 167

### **Übungen und Fragen für den Therapeuten ... 169**

### **Literatur ... 171**

### **Über die Autorin ... 176**