

Glücklich - endlich Eltern!

EIN ERFAHRUNGSBERICHT | Unsere Kinderwunschaufstellung

Mein Mann und ich waren schon seit 10 Jahren verheiratet und versuchten ungefähr seit vier Jahren schwanger zu werden. Zunächst optimistisch gestimmt, wurden wir mit der Zeit immer unsicherer.

Obwohl medizinische Gründe ausgeschlossen werden konnten, stellte sich unser Wunschkind nicht ein. Irgendwann hörten wir von einer Freundin, dass sie nach einer Familienaufstellung schwanger geworden sei und inzwischen mehrere Kinder habe.

Das Ganze erschien mir total unglaublich, aber wenn man verzweifelt nach einer Lösung sucht greift man häufig nach jedem Strohalm. Bevor ich mich schließlich anmeldete, informierte ich mich gründlich. Mehrere Freunde und Bekannte erzählten mir über ihre meist positiven Erfahrungen mit Familienaufstellungen.

Man empfahl uns eine erfahrene Aufstellerin von der Deutschen Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS), Rica Rechberg. In einem intensiven Vorgespräch erarbeiteten wir ein gemeinsames Anliegen.

Wir wollten endlich Klarheit gewinnen und formulierten einen Satz, der unser Anliegen für die Aufstellung zusammenfasste.

Wir wollten herausfinden, ob es einen möglichen Zusammenhang mit der Kinderlosigkeit und nicht verschmerzten Verlusten oder traumatischen Erfahrungen in unseren Familien geben könnte. Wir wollten wissen, wie wir mit der Situation am besten Frieden schließen können.

Zum Ablauf

Wir konnten uns für eine Aufstellung im Einzelsetting oder auch in einer Gruppe entscheiden. Wir wählten die Gruppe. Die Gruppe harmonierte von Anfang an sehr gut, obwohl die Thematik und die Anliegen der Teilnehmenden sehr unterschiedlich waren, nicht alle hatten das Thema „Kinderwunsch“.

Frau Rechberg hat den Verlauf unserer Aufstellung mit ihrem Online-Tool für diesen Artikel zum besseren Verständnis bebildert und nachgezeichnet.

Nach einigen Aufstellungen, in denen wir als Stellvertreter fungierten, gewannen wir immer mehr Vertrauen in die Methode und auch in die Leitung. Als wir an die Reihe kamen, wählte ich auf Vorschlag von Frau Rechberg eine Stellvertreterin für mich / sowie jeweils einen Stellvertreter für meinen Mann und unser Wunschkind. Zudem wählte ich auch eine Stellvertreterin für das hinter der Kinderlosigkeit vermutete „eigentliche Thema“.

(Dieses war uns nicht bekannt – verwandelte sich aber im Verlauf der Aufstellung in eine vergessene Person aus meiner Familie deren Schicksal wegen ihres traumatisierenden Todes verdrängt worden war.)

Ich stellte jeden einzelnen langsam im Inneren des Stuhlkreises auf. Anschließend setzte ich mich zu den anderen und beobachtete die Aufstellung von außen.

Online-Aufstellungen **Rica Salm-Rechberg** – Psychologische Praxis Berlin

Persönl. Erläuterungen zu Symbolen

INFO

Hier bitte die Erläuterungen zu den Symbolen eintragen!

Wir versuchen seit 4 Jahren schwanger zu werden!

Da es keine medizinischen Gründe gibt, die dagegen sprechen fragen wir uns, ob Sie uns helfen können herauszufinden, ob ein anderes wichtiges Thema zwischen uns und unserem Wunschkind steht... oder wie wir mit der Situation besser zurecht kommen können?

1. Bild nach der Formulierung des Anliegens und der Einigung auf notwendige Stellvertreter.
T= bislang übersehenes Thema

CLOSE **TEXT - ergänzen**

STEP 3 **WIE? versenden**

E-MAIL

ANLEITUNG - Aufstellung **AUFSTELLER / IN + DATUM :** Kinderwunschaufstellung 1. Bild **NEU** **NEU**

Nach einer kurzen Weile befragte Frau Rechberg alle Stellvertreter*innen, wie es ihnen gehe, und welche Gefühle oder Gedanken in ihnen aufsteigen würden. Die Stellvertreter*innen äußerten sich zu ihren Empfindungen und den emotionalen Beziehungen untereinander auf verblüffend stimmige Art und Weise.

Meine Stellvertreterin war ängstlich und verwirrt, weil sie – obwohl das Kind direkt vor ihr stand – keinen Blickkontakt aufnehmen konnte. Der Stellvertreter meines Mannes war vor allen Dingen auf mich ausgerichtet und machte sich Sorgen.

Unser Wunschkind stand uns direkt gegenüber, (mittig mit ca. 1,5 m Abstand) und schaute genau zwischen uns durch auf die Repräsentantin des hinter uns stehenden Themas. Diese hatten unsere Stellvertreter bislang gar nicht wahrgenommen.

Zunächst äußerte die Person, die das bislang ausgeschlossene Thema repräsentierte, dass sie anfangs ganz auf das Kind ausgerichtet gewesen sei.

Umso länger sie jedoch stand, richtete sich ihr Blick mehr und mehr nach oben hin zur Lampe, die ihr wie Licht spendend erschien. Sie fühle sich inzwischen schwankend, völlig entrückt und verloren – vielleicht auch verstorben?

Das Geschehen wurde insofern einerseits durch die Gefühle, Empfindungen und Impulse der jeweiligen Stellvertreter*innen geleitet, andererseits aber auch durch die Fragen der Aufstellungsleitung gelenkt.

Die entscheidende Frage, die zu einer Lösung führen sollte, stellte Rica: „Gab es eine Frau in Deiner Herkunftsfamilie, die im Kindbett gestorben ist?“

Ich dachte eine Weile nach und erinnerte mich plötzlich, dass mein Vater mir erzählt hatte, dass die erste Frau seines Vaters bei der Geburt ihres ersten Kindes gestorben sei. Seine eigene Mutter war die 2. Frau meines Großvaters und hat sich um dieses Kind – meine Tante Mia – gekümmert.

Rica Rechberg äußerte die Hypothese, dass die als „eigentliches Thema“ gestellte Person, die „vergessene“ im Kindbett verstorbene 1. Frau meines Großvaters repräsentieren könnte und stellte – um diese Annahme zu überprüfen – ihr Kind, meine Tante Mia, neben sie.

Dann forderte sie meine Stellvertreterin auf, sich umzudrehen und die Dynamik zwischen den beiden Protagonisten zu beobachten. Erstaunlicherweise umarmten beide sich innig und weinten bitterlich.

Online-Aufstellungen **Rica Salm-Rechberg** – Psychologische Praxis Berlin

Persönl. Erläuterungen zu Symbolen

INFO

Hier bitte die Erläuterungen zu den Symbolen eintragen !

Mann sorgt sich um die Frau
Frau fühlt es schwer mit dem Kind
Blickkontakt aufzunehmen
Thema sieht nur das Kind und verliert sich dann...
Kind ist nur auf das Thema ausgerichtet

- Thema wird zur 1. Frau des Großvaters die im Kindbett starb
- Ihr überlebendes Kind wird dazugestellt
- Das Paar dreht sich um
- Im Kindbett verstorbene 1. Frau umarmt innig ihr Kind. Beide weinen und schauen dann freundlich auf das Paar

CLOSE TEXT - ergänzen

STEP 3 W I E ? versenden

E-MAIL

ANLEITUNG - Aufstellung AUFSTELLER / IN + DATUM : Kinderwunschaufstellung 2 Bild **NEU** **NEU**

In der Aufstellung konnte das Rad der Geschichte virtuell zurückgestellt werden und Mutter und Tochter fanden endlich zueinander. Auch wenn wir sie nie kennenlernen durften, die Mutter meiner Tante Mia gehört zur Familie, erklärte Rica, und das schien offensichtlich.

Nun zeigte sich, dass der schreckliche Tod der jungen Mutter verdrängt worden war und sie erst jetzt – mit Hilfe der Aufstellung, sozusagen rückwirkend – Ihren Platz einnehmen konnte.

Rica Rechbergs Hypothese, dass das schwere Schicksal dieser bei der Geburt verstorbenen Frau mich unbewusst belastet und unserem Kinderwunsch entgegenstehen könne, leuchtete mir ein.

Dieser Prozess war sehr aufwühlend und intensiv für mich, da ich blitzartig begriff, dass ein unbewusster Teil meiner selbst sich scheinbar – aus Angst mein Leben bei der Geburt eines Kindes zu gefährden – bislang meinem Kinderwunsch entgegengestellt hatte.

Jetzt wechselte Frau Rechberg die Stellvertreter aus und stellte mich und meinen Mann auf „unsere Plätze“. Welche Veränderung! Ich fühlte mich sofort mit allen verbunden und deutlich entlastet. Meinem Mann ging es ebenso.

Die eigentliche Auflösung der Thematik gelang mit dem gezielten Einsatz der Aufstellungsleiterin. Mit ihrer Erfahrung sowie mit viel Gespür wurde ich unterstützt, meine Angst, kinderlos bleiben zu müssen, als ein übernommenes Gefühl anzunehmen. Ich konnte es quasi dorthin „zurückgeben“, wo es hingehörte.

Konkret schlug sie mir folgenden Lösungssatz vor:

„Liebe Mama von Mia, ich sehe Dich und Dein Schicksal und achte Dich als erste Frau von Opa...Meine Oma, die Mutter meines Vaters ist Opas 2. Frau, die sich um Deine Tochter Mia immer gut gekümmert hat. Bitte sei mir freundlich wenn es mir und meinem Mann gelingen sollte schwanger zu werden und als Eltern für unser Kind da sein zu dürfen.“

Diese Sätze fühlten sich nicht nur richtig an, sondern auch wie eine wirkliche Lösung aus einer bislang unbewussten Verstrickung.

Am Ende stellte Rica Rechberg die Stellvertreterin der ersten Frau meines Großvaters und deren Tochter sowie meine eigentliche Großmutter hinter mich und unser Wunschkind uns gegenüber.

Irgendwie war plötzlich der Weg frei und der Kontakt von uns zu unserem Kind und andersrum intensiv und freudig.

Online-Aufstellungen **Rica Salm-Rechberg** – Psychologische Praxis Berlin

Persönl. Erläuterungen zu Symbolen

INFO
 Hier bitte die Erläuterungen zu den Symbolen eintragen !

ZUR BESSEREN UNTERSCHIEDUNG:
 DAS URSPRÜNGLICHE THEMA HAT SICH VERWANDELT IN DIE 1. FRAU VON OPA, IM KINDBETT GESTORBEN
 DAZU GEKOMMEN : IHRE TOCHTER, MEINE TANTE MIA
 UND
 MEINE GROßMUTTER
 ALLE STEHEN JETZT AM RICHTIGEN PLATZ UND UNTERSTÜTZEND HINTER UNS!

CLOSE TEXT - ergänzen
STEP 3 WIE ? versenden
E-MAIL

▶▶ **[ANLEITUNG - Aufstellung]** AUFSTELLER / IN + DATUM : **ABSCHLUSSBILD** **NEU** **NEU**

Wir konnten nach der Aufstellung noch eigene Fragen zum Verständnis stellen und das Erlebte mit Rica Rechberg besprechen.

Heute – und ich weiß nicht, ob es sich um ein konkretes Ergebnis der Aufstellung handelt – ist unsere Tochter 2,5 Jahre alt.

08.07.2016