

Ursula Franke

Wenn ich die Augen schliesse, kann ich dich sehen

Leseprobe

[Wenn ich die Augen schliesse, kann ich dich sehen](#)

von [Ursula Franke](#)

Herausgeber: Carl-Auer-Systems



<http://www.narayana-verlag.de/b12717>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.  
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.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**

### **Einzelaufstellung 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 Zustimmung ... 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 ... 158**

Veränderung und Übung ... 158  
Muster ... 159  
Inhalt der Übungsaufgaben ... 160  
Wahrnehmung des eigenen Körpers und  
des körperlichen Befindens ... 161  
Beobachtung von Verhalten und inneren Abläufen ... 162  
Entwicklung von Alternativen ... 162  
Experimentieren mit den Alternativen ... 164  
Wie auswählen, entwerfen und überprüfen? ... 164  
Erste kleine Übungsaufgaben ... 165  
Übungen im Therapieverlauf ... 165  
Aufgaben nach Aufstellungen ... 166

### **Übungen und Fragen für den Therapeuten ... 168**

### **Literatur ... 170**

### **Über die Autorin ... 175**



Ursula Franke

[Wenn ich die Augen schliesse, kann ich dich sehen](#)

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

175 Seiten, kart.  
erschienen 2012



**bestellen**

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)