

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
<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