

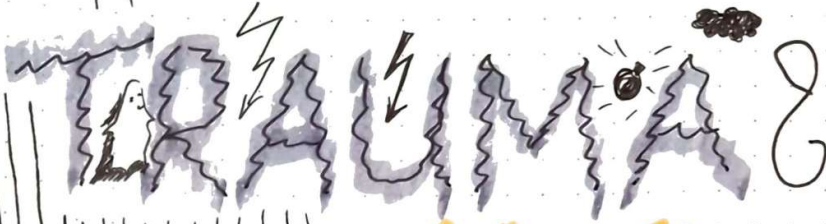
# DGfS FACHTAGUNG



29. September -  
1. Oktober 2023

USLAR

Landhotel  
Am Rotenberg



## Aufstellungsarbeit

Heilung  
geschichte

Annegret

Kai Matthias Pinnow  
"TRAUMA-EDUKATION"

Realer Garten  
vs.  
Virtueller Garten



"Es könnte ihr besser gehen"

- Licht?
- Wasser?
- Aufmerksamkeit?

→ Primäre Traumatisierung  
Gehirn kennt keinen Unterschied



← Sekundäre Traumatisierung  
erfahre ich bei der  
Betrachtung

## FOKUS der Therapeut:innen

→ Vertrauen  
→ Hoffnung

□ es zählt nur das innere Erleben der Person:

"Ich muss es nicht wissen!"

"Ich will es auch nicht!"

→ FREIHEIT

□ individuelle Bedürfnisse beachten:



→ Systemische Arbeit unterrepräsentiert!



Existenzielle  
Bedrohung

- altersabhängig
- ohne Handlungsoption
- nicht auszuhalten
- alle regulatorischen Prozesse brechen zusammen

□ schnelle Erfolge versus  
späte Erfolge



□ ICD 11\*  
AWMF  
Manuale, ...

\* Stress-assoziierte Diagnosen z.B. PTBS 1,5-2,3 Mio &  
pro Jahr / D

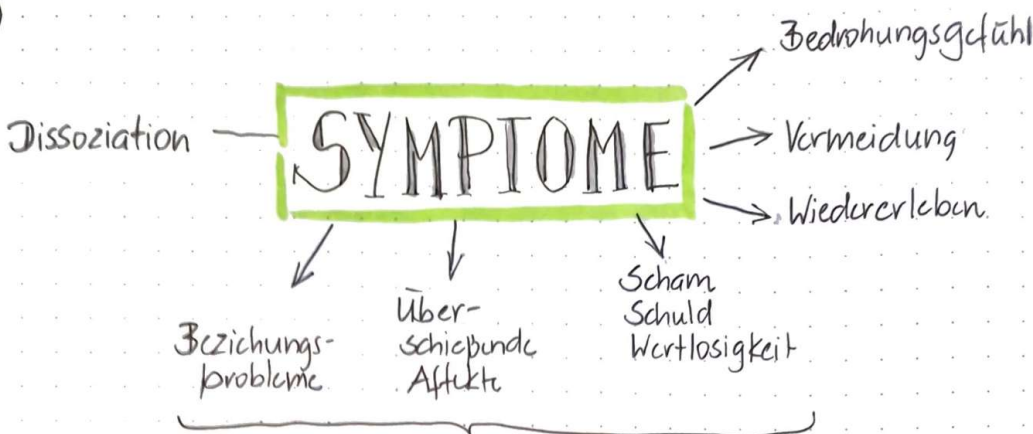
KOMORBIDITÄT:



→ meist komorbide Störungen! 2-4% akut  
suizidal

→ nur einzelne Manuale ... bisher verfügbar

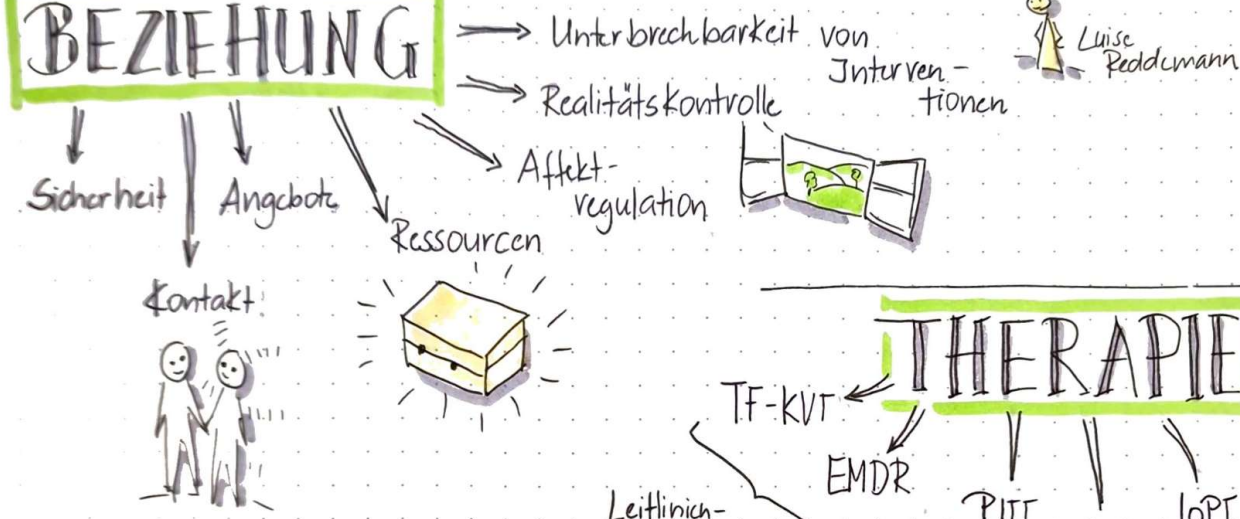




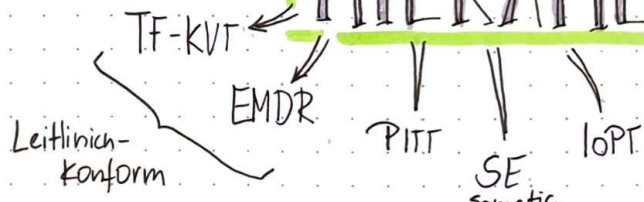
PTBS  
Post-traumatische Belastungsstörung

KOMPLEXE PTBS → auch ohne vorherige PTBS!

**BEZIEHUNG**



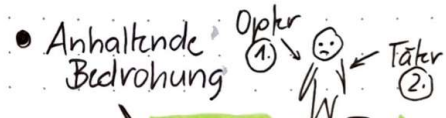
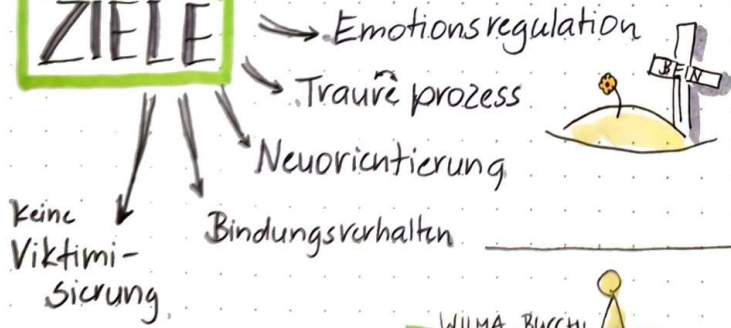
**THERAPIE**



+ Stützende (adjuvante) Verfahren

PSYCHOPHARMAKA nicht an 1. Stelle!!!

**ZIELE**



**KONTRA**

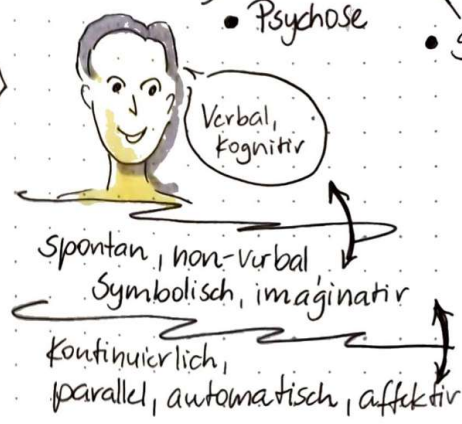


**STÖRUNG**



WILMA BUCCHI  
**MODELL**  
REFERENTIELLER PROZESS

TRAUMA: gestörte Kommunikation zwischen den Ebenen



# MEDITATION: KÖRPERLICHES ERFAHREN VON TRAUMA

Eigene Notizen

GISELA MARXEN



- TRAUMA?
- EIGENES TRAUMA?
- UMGANG MIT TRAUMATISIERTEN?
- AUFTRAG?

# TRAUMA & PRÄSENZ

PETER BOURQUIN

TRAUMA = vorbei = Geschichte



→ außer: aktuelles Trauma  
→ Sicherheit nötig

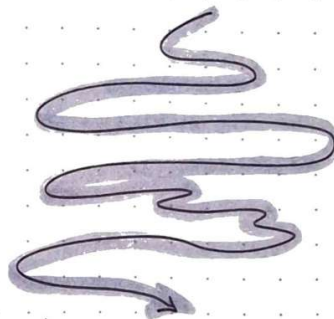
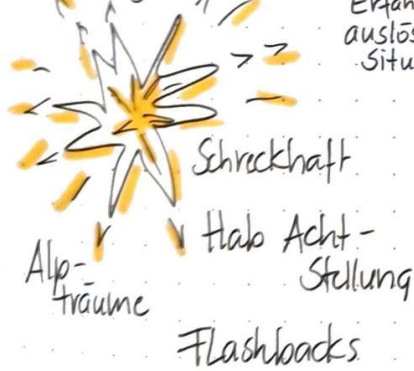
"Zu nicht zu schnell"  
Es ist nicht ok!

FOLGEN

Es ist ok!  
=> Integration



→ Gegenwärtige Folgen



ÜBERLEBEN

→ anstrengend

DISSOZIATION

FOLGE

RESSOURCE

typisch menschliche Erfahrung



WELT & KÖRPER

wird als sicherer Ort erlebt



→ zeitlicher Prozess, der länger anhält



TRANSGENERATIONALES

TRAUMA ≠ PERSÖNLICHES TRAUMA

Therapie als Rahmen für persönliche Traumata



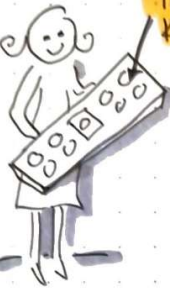
# TRAUMA:

das, was ich JETZT in mir fühle



Kern aus Vitalität

Klientin hat Kontrolle über Prozeß



PAUSE-Knopf

## WEITERE ELEMENTE:

- Sicherheit
- Schwügelpflicht
- Behutsamkeit
- Raum/Distanz zu Stellvertretern
- Langsamkeit - Slow motion-
- Präsenz als sicherer Ort

## AUFSTELLUNG:

→ nicht in Geschichten einsteigen



in Kontakt kommen

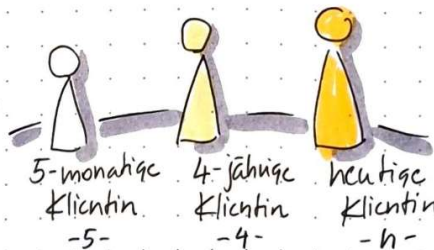
- geschützter Fokus
- leichter zu halten

## INTRA-PSYCHISCHE BEZIEHUNG

→ sich liebevoll um sich selbst kümmern

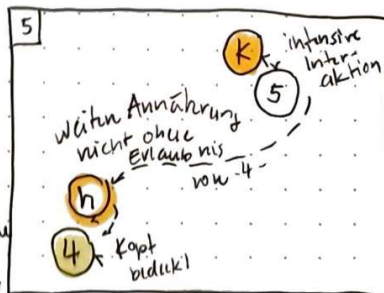
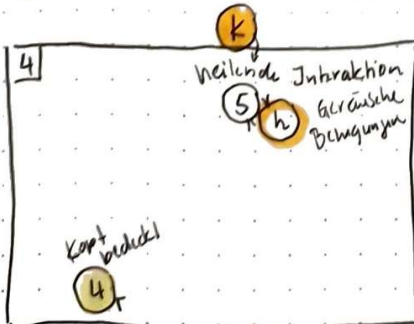
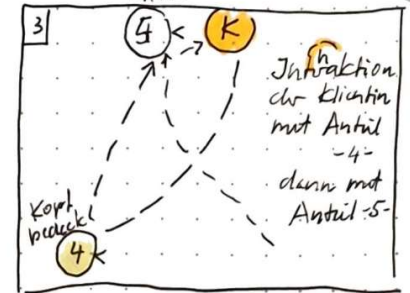
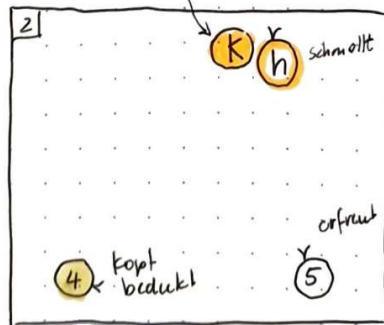
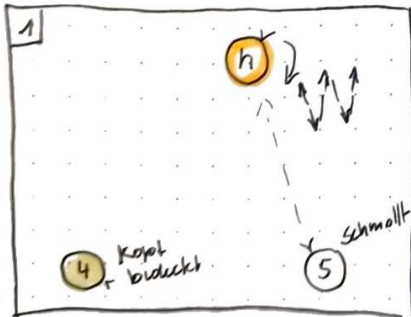
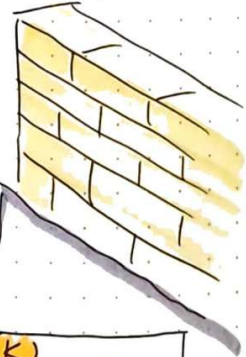
# AUFSTELLUNG A

- Langer Blick in die Augen T-k
- Geschehnisse erzählen K
- Abstand prüfen T-k
- StellvertreterInnen auswählen mit Beachtung
- gehen
- Wohin geht Aufmerksamkeit von K?



Trauma in früher Kindheit  
- Trennung vom Papa -

## MAUERN WEG-REISSEN



-4- will in Ruhe sein, hat Angst vor Erwachsenen

Resümee: • Prozeß übertragen, da 2 innere Anteile gleichzeitig aufgestellt

-5- ist viel vitaler als zu Beginn

- -4- soll wissen, daß sie respektiert wird
- K: mit offenem Herzen bei sich sein

# AUFSTELLUNG B

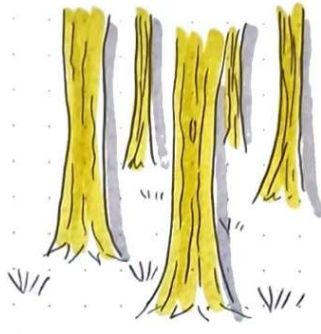


Suizid der Lieblich-  
schwester

- Langer Blick in die Augen T-K
- Geschehnisse erzählen  
→ verletzlich zeigen & gleichzeitig hilfsam
- Kontakt K-Tin → Mutter-Übertragung

## HEUTE GEHT ES UM DICH

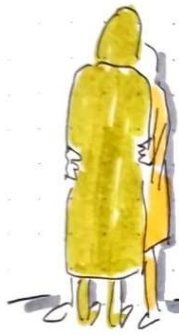
- Prozess:
- Augen schließen, in innere Mitte gehen, auf Atem achten
  - in Zeit zurückgehen bis zum Alter von 16 - aber als Erwachsene - zum Ort des Suizids
  - Schwester dort abholen und an lichten Ort bringen



Aufstellung:



ES DARF LEICHTER WERDEN!



Jch will das volle Leben!



mit dem Leben gemeinsam  
& sich vom Leben führen lassen

gehen

PAUSE



Aufstellung ist immer Doppelaufstellung

# REFLEKTION

Stille auf dem Feld, um aus der Tiefe etwas aufsteigen zu lassen

Reinzenierung? Heilung? Führung durch Bewusstheit / Präsenz des Selbst

Kompetenter Beschützer für die Anteile, die es "noch nicht voneinander nehmen können"



# Samstag - IAG 2



Bitte gebt  
ICH - DAS HÖCHSTE - MÖGE ES SICH ENTFALTEN

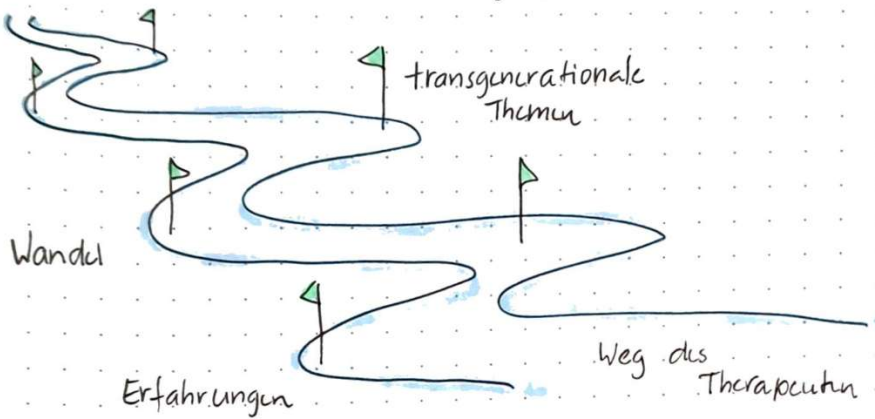
Jorgunmeditation

**- ES IST SO - ODER SO - ABER NICHT SO! SHUNYU SUZUKI -**

- Mein persönlicher Umgang mit Trauma -

**BEWUSSTSEIN**

**GEWAHRSAM**

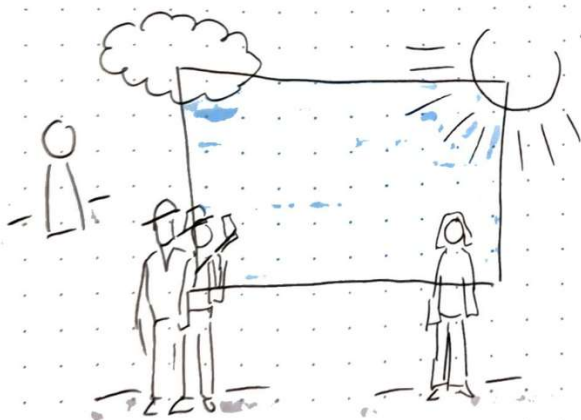


→ beim Therapeuten während der Aufstellung

"Was passiert bei mir?"

Selbstreflexion bis zum letzten Atemzug"

... SPIRITUELLE KONZEPTE ...



**ACHTSAMKEIT** ... ist eine Erfahrung



... sich dem Sein des Aufstehenden aussetzen ...

... Spiegeln ...

... mit Therapeuten - Ich be-handeln ...



**PERMANENTES HIN & HER- PENDELN**



Wahrnehmung Handeln

**YOGA SUTRA**

- DER DREISCHRITT -

→ **BEWUSSTSEINRAUM DER REINEN ERFAHRUNG \***

**KONZENTRATION:**  
Vulkanschöß  
Empfangen



- ① • Fokus auf Körper, Atem, Aufstellung ...
- Ausrichtung, Konzentration
- Kontaktaufnahme mit Objekt der Aufmerksamkeit
- ② • Meditation
- Austausch
- ③ • Einheitserfahrung - Satori \*

# AUFSTELLUNGS-ARBEIT

• internationalisiertes Bewusstsein spiegelt sich im Anderen

• ganz eng am Anliegen bleiben

Wer steht da? Wen rufst Du auf?

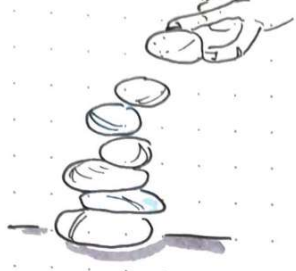


→ Aufmerksamkeit "ruft auf"

• Trigger sind "out of reach"  
- Handbewegung  
- Nachricht

• Wir sehen oft nur einen Trigger

• Schrittweise Entfaltung



• Diagnosen kennen, aber weniger aussprechen

• eigene Sicherheit Halten Fühlen  
"Was ist jetzt?"

## \* ÜBUNG:

- Trauer als nicht abgelöste Verbindung  
- Abschied kann nicht gelingen

# TRAUER



\* Zweier-Aufstellung



• wechselsüchtig  
• ohne Worte  
• danach kurzer Austausch über Wahrnehmungen

# TRAUMA

→ nicht zuendegegangene Bewegung

☕ - Pause ☺

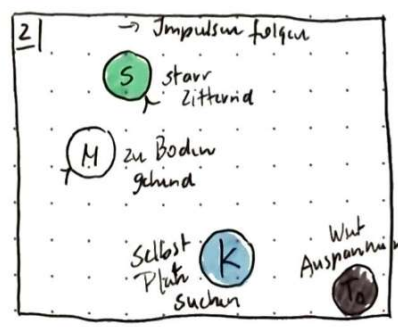
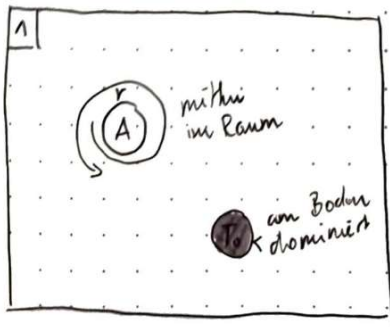
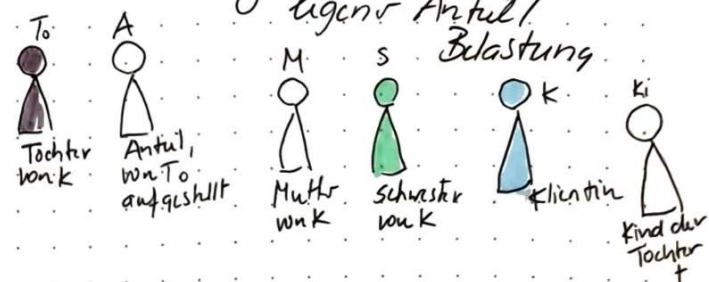
# AUFSTELLUNG C



- Geschwistersituation?
- Geburtssituation?
- eigene Herkunftsfamilie, Besonderheiten?
- Herkunftsfamilie des Partners
- Aussagen der Tochter?
- Kontakt zu eigener Schwester

Haben der Tochter

& eigener Anteil / Belastung



K → To: Du musst das nicht für mich anhalten  
To → K: In die Augen schauen und anhalten  
T → To: Was brauchst du denn?



3.



Jetzt habe  
ich  
Halt



... da lassen, damit es sich  
in der Seele bewegen kann.

# AUFSTELLUNG D

## BUCHVORSTELLUNGEN

Bertold  
Ulmer

- Familien-  
aufstellung  
und  
Trauma -

Birgit  
Hickey

- Wie die  
Familie  
...

Christine Ziepert  
Beate Jaquet  
Matthias Ohler

- Vom Auf-  
wachen  
und Trau-  
men -

## MITTAGSPAUSE

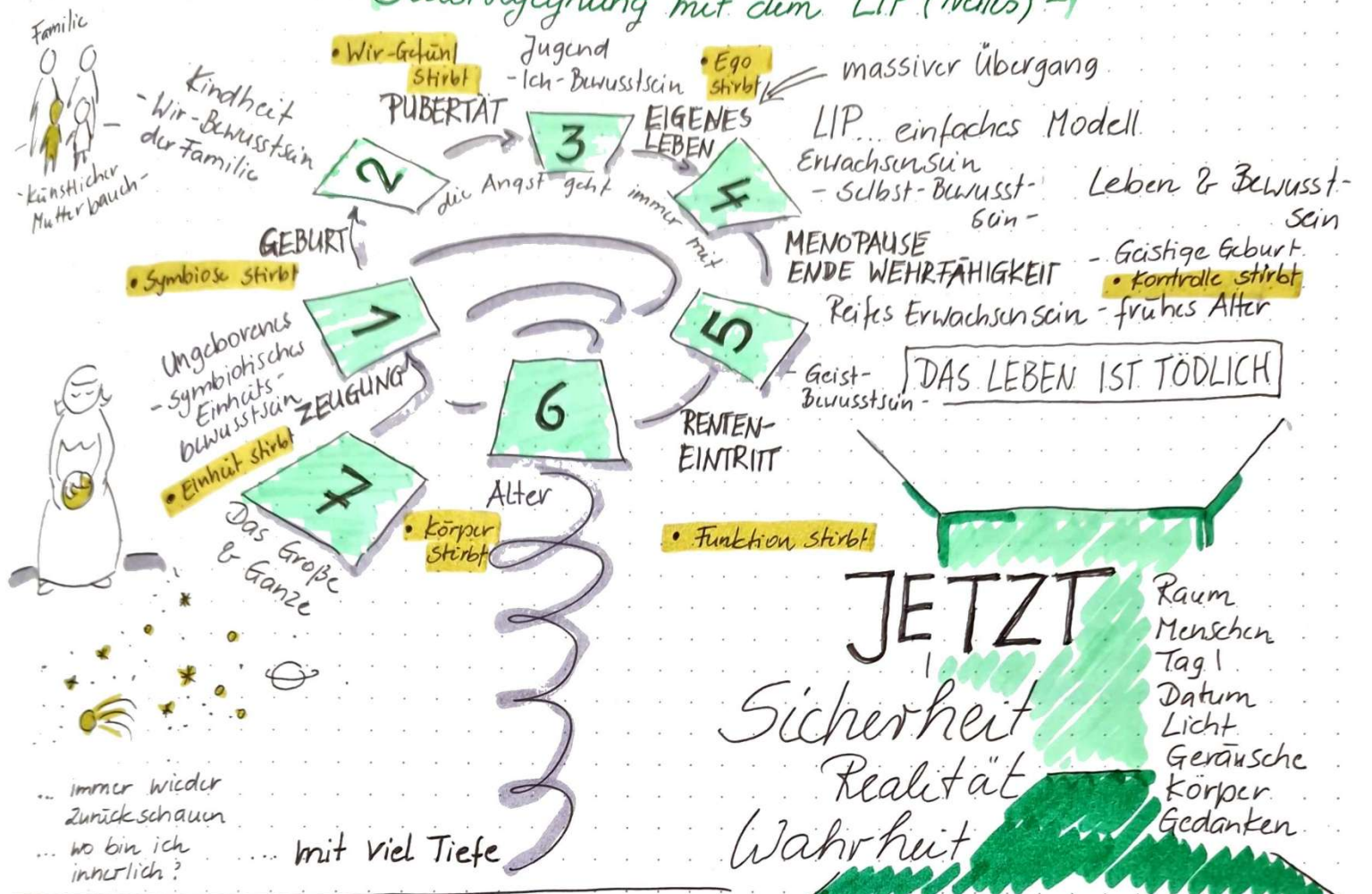


Pflanzenführung



Sicher im Jetzt -

Selbstbegegnung mit dem LIP (Nelles) -



**JETZT**  
 Sicherheit  
 Realität  
 Wahrheit

- Raum
- Menschen
- Tag
- Datum
- Licht
- Geräusche
- Körper
- Gedanken

→ die einzige Position, von der aus wir sehen können  
 → lebensintegrative Haltung

**Themen**

**Fokus**

**Tools**

1	"Lieber ich als du"	Überleben	Reflexe
2	"Lieber ich als du"	Überleben	Spüren
3		Autonomie	Fühlen
4			Denken
5			Vorstellungen, Vorbilder, Ideale, Pläne, Ziele, Polarität
6			Wahrnehmung
7			Kontrollaufgabe
			Beobachten

LIP für **GRUPPENARBEIT**

RESONANZ als CHANCE

- Verbindung zu frühem Erlebensniveau
- Außen als Spiegel für das Innere



SICHERHEIT



FREIHEIT



LIP für

# EINZELARBEIT

## AUFSTELLUNG

- DEMO  
Vereistes  
Innere



... alles  
gut gelaufen...  
... bis ...

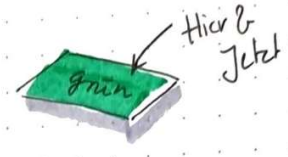
- Lebensdruck?
- Bedürfnisse?
- Sinn?
- Beruf als einziger Halt
- Druck von allen Seiten
- Finanzen

- ➔ Was möchtest du wirklich?
- ➔ Warum bist du hier?

## DIE ERWACHSENE WAHRHEIT

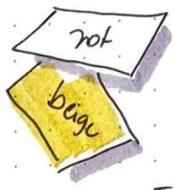
Arbeit mit Bodenankern

1. Guter Platz für Hier & Jetzt
  - spüren
  - wahrnehmen
  - umschauen
  - Tag, Ahr...
  - Körper spüren



- Position ggf. wandern
- immer wieder in Präsenz zurückholen

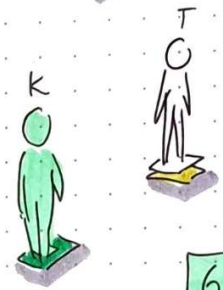
2. Anteil, der immer wegdriftet



- Platz dafür suchen

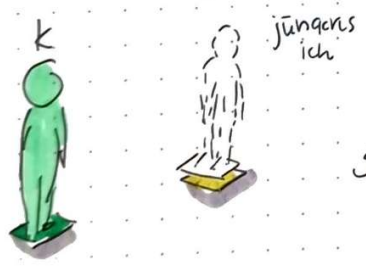
3. Eigener Platz anpassen und weiter hinschauen

4. Therapeut in Rolle des Anteils

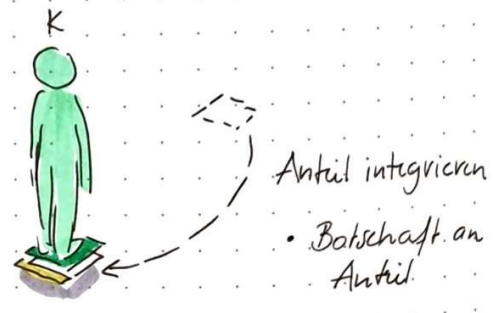


- Klientin berichtet von ihrer Wahrheit

5. Interaktion mit dem "virtuellen" jüngeren Anteil



Schauen & sich berühren lassen



- Anteil integrieren
- Botschaft an Anteil

## UNTERSCHIEDUNG Jetzt & Damals am wichtigsten

# LIP-GRUPPENARBEIT

- DEMO



- 1. Jede Station wahrnehmen, eigenen Platz finden & spüren → immer wieder K. in dieses Hier & Jetzt zurückführen
  - 2. Stellvertreterinnen für alle vorherigen Stationen auswählen
  - 3. vom "jetzt" aus in Kontakt mit 1 gehen, dann mit 2, 3, 4
- "Wie geht es Dir? ... auf 1, ..." "kennst Du das...?" "Hier ist es sicher"





- Es geht nicht darum, etwas zu überwinden!
- Es geht um Flexibilität



unter Kontrolle halten müssen  
 ÜBERKOMPENSATION  
 kleinmachen, unsichtbar sein, aushalten  
 HILFLOSIGKEIT

TAG 3

# Sonntag

David Jordella  
Biosynthese

Hetti Drayer  
Atommeditation

WORKSHOP

Gisla Marxen

Der Blick auf den Körper im Aufstellungskontext besonders bei traumatisierten Klient:innen

- Kein Gespür für eigene Grenze
- gewohnt, zu funktionieren
- ⇒ auf Rückfragen ist kein Verlass



## TRAUMAGESCHEHEN IM KÖRPER ERKENNEN

☉ Körper sagt immer die Wahrheit!

- Signale:
- Blässe
  - Zittern (global, lokal)
  - Schweißausbrüche
- NERVENSYSTEM:
- Kältegefühl, Frischen (in normalen Temperaturen)

- Verkrampfung
- motorische Unruhe

- stockender Atem
- flacher Atem
- kaum Atembewegung sichtbar
- Dissoziationssymptome
- Kontaktabbruch (Sprache)
- kein Blickkontakt

BIO-SYNTHESE  
Magen-Darm-Trakt

EXTODERM

DENKEN

Sinnesorgane  
Haut  
Gehirn  
Nervensystem



3 KEIMBLÄTTER  
↓  
3 ORGANSYSTEME

FÜHLEN  
ENTODERM

HANDELN  
MESODERM

Skelett  
Muskulatur

→ aus einsichtigen Gründen zielgerichtet handeln

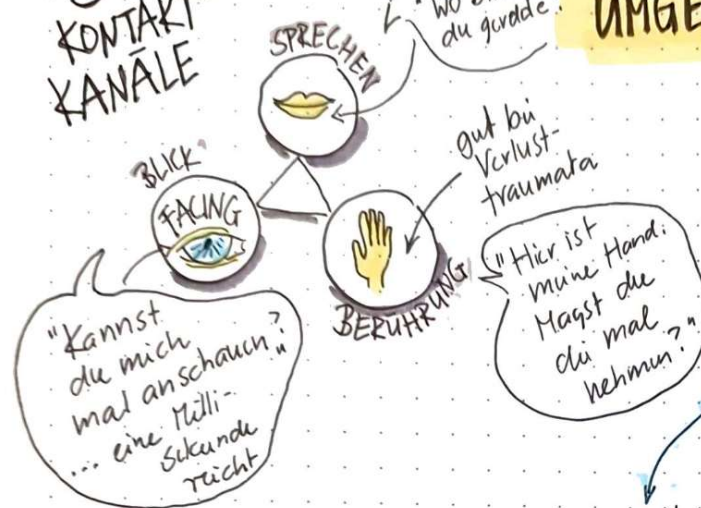




# WIE MIT TRAUMA UMGEHEN?

- guter Kontakt
- Vorgespräch
- auf eigenen Atem achten
- Atem der Klientin im Blick → tiefes Durchatmen

## 3 KONTAKT-KANÄLE



- immer vor Berührungskontakten fragen
- Klientenreaktion:
  - erzählen wieder
  - atmen wieder tiefer
  - nehmen Kontakt an
  - erwidern Blick
- ⇒ sonst wird nicht mit der Aufstellung weiter gearbeitet, bis Kontakt wieder hergestellt ist

- Klärung des Vorgefallenen
  - Wo?
  - Wann?
  - Wer?

- dann: - nach Kontaktwiederaufnahme -
- ⇒ sichere Situation herstellen
- "Ich fasse das nicht..."
- "Ich kann das nicht begreifen..."
- "Wie kann ein Mensch so sein..."



- Jahreszeit?
- Kleidung?
- immer in kleinen Schritten
- Vorarbeitung war damals nicht möglich
- schrittweises Begreifen

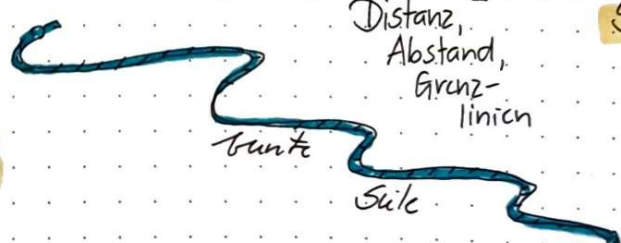
**FÜHLEN LASSEN, ABER NICHT UNBEDINGT KATHARSIS!**

- Klärung Einordnung
- dabei immer wieder Stress entladen
- ↓ Atmen
- Innehalten
- Zittern nicht unterbrechen

- Atmung
- Erdung
- Begleitung
  - Freundin
  - Partner
  - ...
- Grenzen definieren



## EIGENE ZUVERSICHT



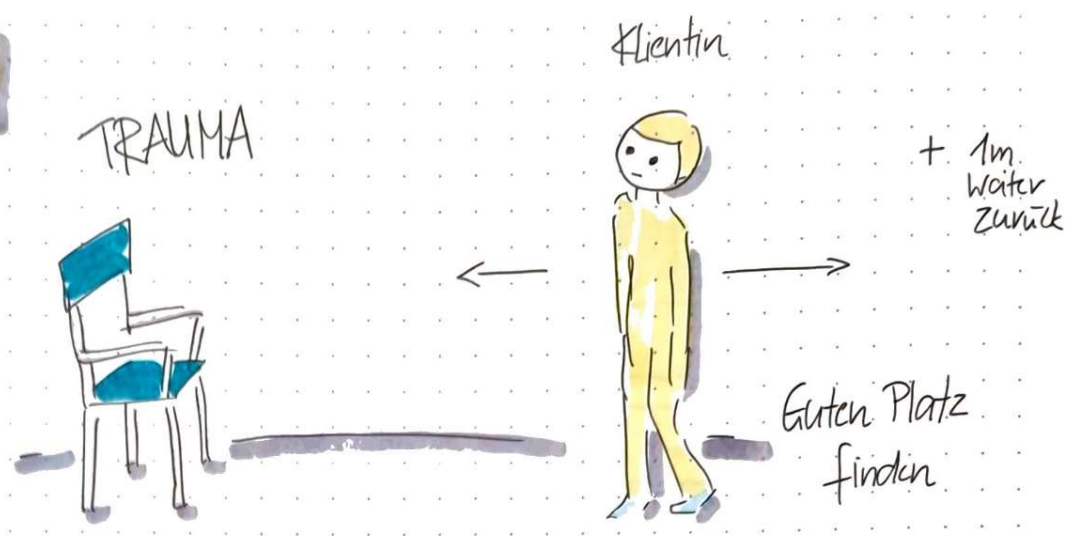
- Distanz, Abstand, Grenzlinie
- STOP-Begriff für Klientin
  - als Möglichkeit
  - als Kontrolle





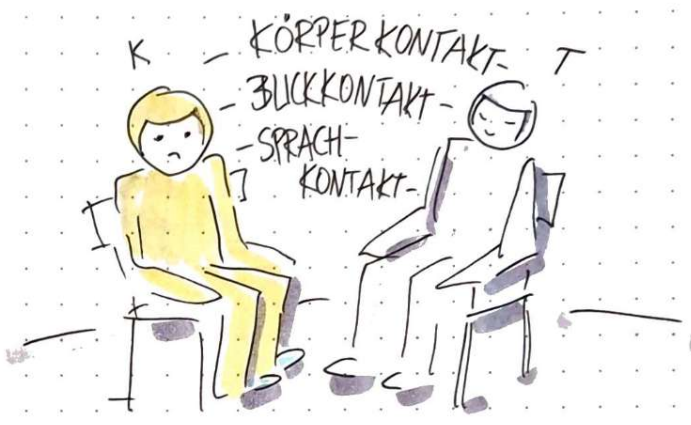
# GRUPPENARBEIT

⊙ Körperbeobachtung

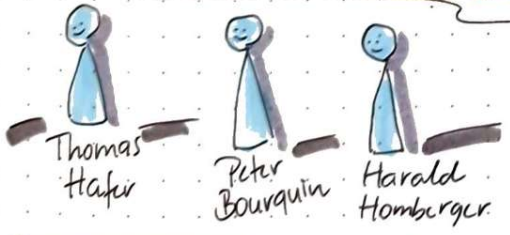
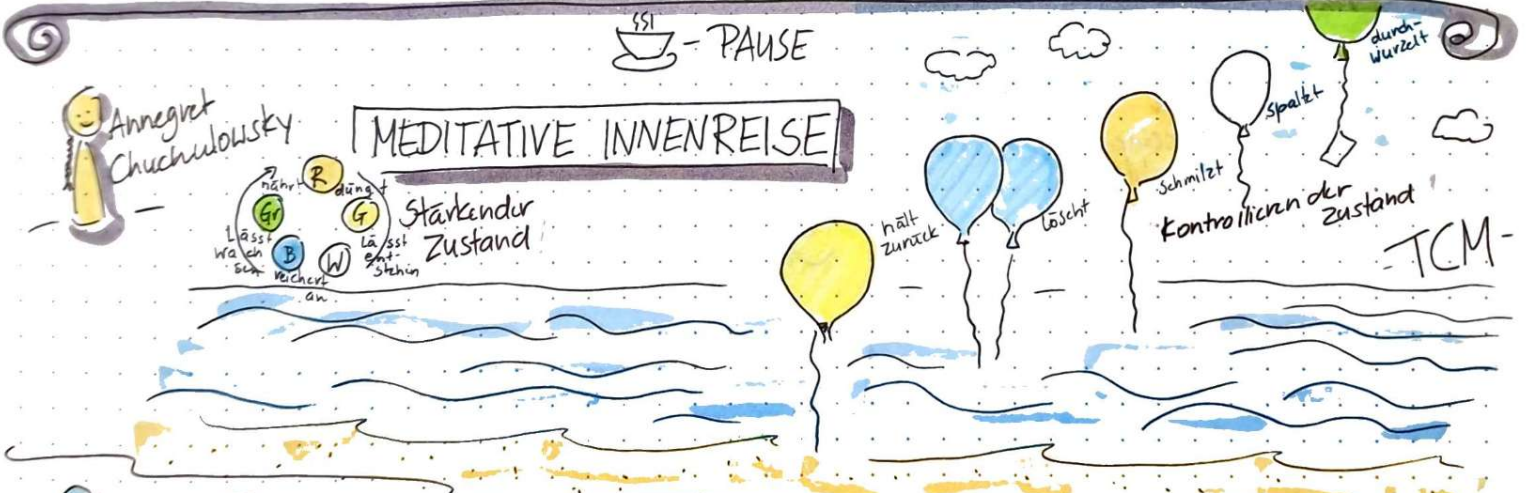


⊙ Therapeut - Klientin - Gespräch  
→ Kontaktkanäle schulen

- Stärke, Durchdringung des Blickes
- Abstand & Ausrichtung der Stühle
- respektvoller Umgang mit Körperkontakt
- Gefahr von Übergrifflichkeiten ist jedoch größer



## ☕ - PAUSE



### DAS DAZWISCHEN



⊙ Eigene Grenzen spüren

⊙ Authentizität

⊙ keine Angst & doch fürcht' dem

⊙ Räume öffnen für Heilung

⊙ Trauma in Stellvertretung

⊙ Wohlwollende Haltung

⊙ Präsenz

⊙ Bescheidenheit

**Zeit**

- Raum darf sich etablieren
- Wärme
- Vertrauen

SEELE ↑ vertikale Zeit

lineare Zeitachse → Mittagessen

**Prozess statt Lösung**

**Werkzeug + Nichtstun**

**Tun**

**AUFSTELLUNGEN**

WISSEN

HALTUNG

Point's





# KINESIOLOGIE-ÜBUNG

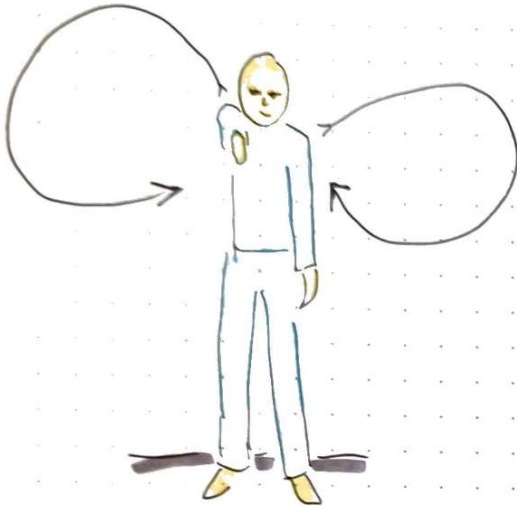
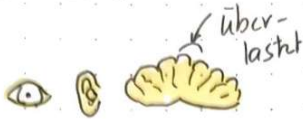


Stirn-Hinterkopf-Halten



- mit etwas Abstand
- Hände gleichzeitig von unten nach oben

Der Elefant



- liegende Acht mit ausgestrecktem Arm
- immer nach oben starten
- mit beiden Seiten durchführen
- dabei vorbeugen



# LEITFADEN

→ siehe Mappe



Weniger ist mehr!



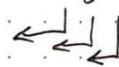
- Arme vorstrecken
- " überkreuzen
- Hände flücheln zueinander
- auf Brustkorb ablegen
- Beine über Kreuz
- Mund schließen, Zunge an Gaumen - einatmen
- Mund öffnen, Zunge locker - ausatmen

# ZENTRIERUNG & SAMMLUNG

3-4x

- Beine parallel
- Füße auf Boden
- Hände auf Schoß
- Fingerspitzen zusammen

Atmung wie oben



# MEDITATION

vom Anfang wiederholen  
→ Fragen zum TRAUMA

... ENDE



**KONTAKT**  
**WAGNER**  
• <https://bianca-wagner.de>  
• [info@bianca-wagner.de](mailto:info@bianca-wagner.de)

... dies sind meine subjektiv eingefärbten Notizen 😊  
... Kein Anspruch auf Vollständigkeit → siehe Folien & Print-outs  
Lust auf Energieausgleich für Tinte & Konzentration?  
→ [paypal.me/BiancaWagnerDirekt](https://paypal.me/BiancaWagnerDirekt)

**DANKE** 😊



