

# REALAUFSTELLUNG

(Real Life Constellation Work)



## WARUM

Ein Prozess kann viele verschiedene Ebenen und Skalierungen einnehmen. Das heißt, dass sich wichtige Dynamiken vielleicht gar nicht auf der Ebene unseres individuellen Erlebens im Alltag abspielen, sondern auf Ebenen, die unserer direkten Erfahrung üblicherweise nicht zugänglich sind. Zum Beispiel fällt es uns schwer, die Dynamik des globalen Klimawandels auf einer Zeitskala von mehreren hundert Jahren direkt wahrzunehmen. Weder sind wir in globaler Wahrnehmung geschult (räumliche Skalierung) noch fällt es uns leicht in Jahrhunderten zu denken (zeitliche Skalierung). Häufig sind es aber genau diese Dynamiken in Feld-Prozessen, die wir verstehen und mit denen wir als Kokreator\*innen arbeiten müssen. Mit der Methode der Realaufstellung können wir uns dem Verstehen dieser Dynamiken nähern und unsere Wahrnehmung auf Skalierungen anderer Ordnungen, als die unseres Alltagserlebens, trainieren.

In der Regel gehen wir davon aus, dass jede\*r Teilnehmende eines Prozesses für sich selbst spricht und steht und seine oder ihre eigenen individuellen Erfahrungen, Perspektiven und Gedanken zum Ausdruck bringt. Wir gehen davon aus, dass wir voneinander unabhängige, autonome Individuen sind und so gehen wir auch miteinander um. Dies ist die Grundlage, auf der wir uns in der Regel in unseren Projekten miteinander verständigen.

Wir wissen aus der Prozess- und Aufstellungsarbeit, dass wir dazu in der Lage sind, Rollen und damit Perspektiven zu übernehmen, die nicht mit unserer eigenen individuellen Rolle oder Perspektive übereinstimmen. Wir machen uns dabei unsere Fähigkeit zum Gestaltenwandel zu nutzen. In der Aufstellungsarbeit geht es z.B. darum, einzelne Partizipateure eines Feldes (z.B. Personen einer Familie oder Elemente einer Organisation) zur Sprache kommen zu lassen, indem wir uns als diese Partizipateure „aufstellen“ lassen. Dabei assoziieren wir uns bewusst mit einem Partizipateur, den wir in der Aufstellungsarbeit repräsentieren. In einen abstrakten Raum, der das jeweilige Feld repräsentiert, bringen wir uns dann zu anderen ausgewählten Partizipateuren in eine räumliche Konstellation. Dieses Setup ermöglicht uns Wahrnehmungen der Partizipateure zur Sprache bringen und Situationen und Dynamiken in der Konstellation sichtbar zu machen.

Die Realaufstellung startet mit der radikalen Annahme, dass das, was wir als Individuum beschreiben, immer schon ein Knotenpunkt transpersonaler Aspekte ist. Das heißt wir sind schon immer Ausdruck und Repräsentation von Feldaspekten und Prozessdynamiken die uns auch zu Skalierungsebenen in Verbindung setzen, für die wir im Alltag keine Wahrnehmung haben. Wir sind immer schon nicht nur unsere eigene Person, sondern gleichzeitig Aspekte unserer Gruppen, Organisationen, Staaten, Ökosysteme, der Erde und des Universums sind. Auch wenn es im Alltag keine Rolle spielen mag und unsere Wahrnehmung nicht darauf geschult ist, so ist in jedem von uns immer auch schon ein Aspekt Evolution, Klimawandel, Landesgeschichte, Familiengeschichte, etc. vorhanden.

Die Realaufstellung geht nun davon aus, dass wir gar keine zusätzliche Aufstellungssituation herstellen müssen und somit auch keine Rolle oder Perspektive einnehmen müssen. Stattdessen können wir unsere Alltagsrealität direkt und unvermittelt uminterpretieren als eine sich in der Realität entfaltende Dynamik der Feldkräfte mit denen wir uns gerade beschäftigen wollen. Wir setzen uns sozusagen eine andere Wahrnehmungsbrille auf und arbeiten mit den Alltagserfahrungen, die sich uns zeigen.

Das kann z.B. einfach so aussehen, dass wir in unserer Projektarbeit zum Klimawandel plötzlich im Alltag nicht mehr mit Sabine, Paul, Hans-Jörg und Inga interagieren, sondern mit der Atmosphäre, der Industrialisierung, und der globalisierten Wirtschaft und der Klimaschutzbewegung wie sie durch Sabine, Paul, Hans-Jörg und Inga zum Ausdruck gebracht werden.

## WIE

Die Realaufstellung funktioniert in vier Schritten:

- 1. AUSRICHTEN DES FELD-PROZESSES AUF DIE GEWÜNSCHTE SKALIERUNGSEBENE**
- 2. SICHTBARE UND UNSICHTBARE REALAUFSTELLUNG**
- 3. IDENTIFIZIERUNG DER REPRÄSENTATIONEN**
- 4. INTERPRETATION DER PROZESSDYNAMIKEN**
- 5. LÖSCHEN DER FELDAUSRICHTUNG UND AUSTUNEN**

## VORBEREITUNG

### 1. AUSRICHTEN DES FELD-PROZESSES AUF DIE GEWÜNSCHTE SKALIERUNGSEBENE

Der erste Vorbereitungsschritt ist die bewusste Auswahl der Skalierungsebene des Feldprozesses. Dies kann vom Facilitator vorgenommen werden oder durch die ganze Gruppe. Skalierungsebenen betreffen immer die Skalierung von Raum und Zeit.

Beispiele für Skalierungsebenen:

- der globale Klimawandelprozess von Beginn der Industrialisierung bis zum Jahr 2100
- der Organisationsprozess von der Gründung bis in 10 Jahren
- Die Entwicklung der Stadt Hamburg seit dem Zweiten Weltkrieg bis heute

Die Ausrichtung des Feld-Prozesses geschieht durch das Formulieren und Verinnerlichen der Skalierungsebene. Praktisch kann das geschehen durch:

- regelmäßige Meditation bei der wir von der üblichen Ebene der Alltagswahrnehmung in die gewünschte Ebene des Feld-Prozesses zoomen
- Aufschreiben und Sichtbarmachen der Intention z.B. als Gruppenarbeit auf einem Flipchart, das aufgehängt wird in der Form: „In unserem Prozess fokussieren wir unsere Wahrnehmung und unsere Ideen auf den globalen Klimawandel von Beginn der Industrialisierung bis zum Jahr 2100.“
- Entwicklung und Wiederholung von Affirmationen: „Dieser Prozess als Ausdruck der Dynamik des globalen Klimawandels von Beginn der Industrialisierung bis zum Jahr 2100!“

### 2. SICHTBARE UND UNSICHTBARE REALAUFSTELLUNG

Im Grunde müssen Realaufstellungen nicht durchgeführt werden, weil sie schon vorhanden sind. Wir müssen nur unsere Wahrnehmung ändern. Deswegen funktionieren Realaufstellungen auch ohne, dass die Beteiligten darüber informiert werden. So können wir beispielsweise das Verhalten von Menschen in einer Organisation nicht als ihr „eigenes“ Verhalten betrachten, sondern als Ausdruck von Feld-Prozessaspekten. Eine solche Beobachtung wäre unsichtbar. Oder wir informieren und erarbeiten dieses Vorgehen mit den Menschen selbst, sodass sie sich der Methodik bewusst sind. Das wäre ein sichtbares Vorgehen.

Das unsichtbare Vorgehen bringt Risiken mit und ist ethisch problematisch. Jede Beobachtung und Projektion ist immer auch Gestaltung und Veränderung und kann daher schnell übergriffig und manipulativ werden.

## DURCHFÜHRUNG

### 3. IDENTIFIZIERUNG DER REPRÄSENTATIONEN

In der ersten Durchführungsphase geht es darum zu verstehen, wer welche Partizipateure repräsentiert.

Option 1: Identifizierung der relevanten Partizipateure durch Resonanzmapping (0083) oder Feld-Prozess-Kartierung (0092). Danach freie Zuordnung, zufällige Zuweisung oder Wahl der beteiligten Personen

Option 2: besser, wenn der Prozess lang genug ist: über Beobachtung des natürlichen Verhaltens der Beteiligten im Prozess werden regelmäßig Analogien zu den Partizipateuren des Prozesses gezogen. Die Zuordnung entstehen ähnlich wie bei der Vergabe von Spitznamen: Beobachtungen des Verhaltens führen zu den Assoziationen: „Hans-Jörg, ständig nimmst Du die globalisierte Wirtschaft in Schutz, das nervt mich, die zerstört doch in erster Linie die Atmosphäre! -> Ah, Du bist die globalisierte Wirtschaft und ich bin vielleicht die Atmosphäre!“

#### **4. INTERPRETATION DER PROZESSDYNAMIKEN**

In der zweiten Phase sind die Assoziationen und Repräsentationen klar. Man macht ganz normal sein Projekt oder Prozess weiter. Man spielt auf keinen Fall eine Rolle. In prozessuralen Hot- und Coldspots oder zu bestimmten Interpretationssessions wird dann aber die Wahrnehmung geändert:

„Ich verstehe nicht, warum Du eben ständig meine Ideen sabotiert hast.“ -> „Wenn ich aber davon ausgehe, dass Du die Industrialisierung verkörperst und ich den Klimaschutz, frage ich mich, womit ich Dir vielleicht Angst mache und welchen Ideen Du zustimmen könntest. Vielleicht sollten wir auf Ideen fokussieren, die auch Dir eine Perspektive geben.“

### **NACHBEREITUNG**

#### **5. LÖSCHEN ODER REDUZIERUNG DER FELDAUSRICHTUNG UND AUSTUNEN**

Wie immer, wenn wir mit Resonanzen arbeiten, ist es wichtig, dass wir am Ende des Prozesses oder einer Session einen Ausstieg ermöglichen und die Feldausrichtung löschen oder reduzieren, sodass wir uns wieder in unserer ganz normalen, individuellen Alltagswahrnehmung wieder finden. Das geht durch das gemeinsame Austunen oder durch das bewusste Ändern oder Auflösen der gesetzten Intuitionen und Affirmationen. Ebenso durch ein Zurückzoomen in einer Meditation etc.

# WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

## DATEN

### NUMMER

0111

### AKTEURE

Zentrale Prozessbeteiligte - alle Prozessbeteiligte

### ANZAHL PERSONEN

Klein- bis Großgruppe

### DAUER / ZEITEN

punktuell im Prozess oder über die ganze Prozessdauer als Stream, regelmäßige Reflexionen sind notwendig, ebenso professionelle Begleitung und das Austunen (0093) nach entsprechenden Sessions

### ORT

alle Orte möglich

### MATERIAL / TECHNIK:

keine

### ERGEBNISTYP

Feld-Prozess-Analysen

### PROZESSQUALITÄT

Resonanz