

Lebensberatung

Strukturaufstellung von Ideen

Ein Mann, 39, als Unternehmensberater erfolgreich in Organisationsberatung und Organisationsentwicklung tätig, sieht seinem Urlaub entgegen – mit gemischten Gefühlen, wie er sagt: irgendwie sei es immer wieder dasselbe; wie entfernt seine Urlaubsziele auch lägen, wie exklusiv sie auch sein mögen, nach wenigen Tagen hänge ihm das alles zum Hals raus - Canyoning-, Selbsterfahrungs- und Yoga-Urlaube mit inbegriffen. Es müsste doch Möglichkeiten geben, einmal wieder dieselbe Begeisterung zu verspüren wie damals, als er als kleiner Bub Baumhäuser gebaut, Frösche gefangen oder seine ersten Liebesbriefe geschrieben hat. Er möchte „etwas mit sich selbst erleben“ und „es sollte von Dauer sein, nicht nur zwei Tage lang wirken“. Manchmal habe er das Gefühl, es müsste nur die richtige Idee daher kommen...

Ideen sind Elemente unserer Symbolwelt, in der wir denken und unsere Wirklichkeit konstruieren. Und manchmal sehen wir den Wald vor lauter Bäumen nicht – so überreichlich voll ist diese Welt. Mental-Wellness-Coaching kann mittels Systemaufstellung Zugang zu dieser Welt verschaffen.

In einer systemischen Strukturaufstellung, die zunächst als Zielannäherungs-Aufstellung (I. Sparrer) beginnt, spürt der Kunde erst einmal seinem Ziel nach und formuliert es für sich stimmig und explizit.

Auch ein Hindernis auf dem Weg zu diesem Ziel wird erkennbar und tritt später klar hervor – das Gefühl, zu alt zu sein für unschuldige Vergnügungen wie die, die er sich als Bub selbst bereitet hat.

Und dann werden nach einer von meincoach.at entwickelten Kreativ-Technik Ideen hervorgebracht und aufgestellt. Völlig synthetisch zunächst, ohne Form, ohne Eigenschaften, ohne greifbare Inhalte – plötzlich sind sie einfach da. Ideen sind so. Sie bewegen sich in der Symbolwelt des Kunden, nur er kann sie wahrnehmen und nur in seiner Welt sind sie zuordenbar. Langsam, in ganz kleinen Schritten und Sprüngen, bilden sich über eine spezielle, minimal invasive Fragetechnik in dieser Wirklichkeit Assoziationen, entstehen Beziehungen zu Gegenwart und Vergangenheit, zu aktuellen ebenso wie zu abgelegten Plänen für die Zukunft, zur Umgebung, in der der Kunde lebt. Und langsam nehmen einzelne der Ideen Gestalt an, die eine mehr, eine andere bleibt diffus, und wo es geht, werden sie in der Strukturaufstellung durch methodisch ausgefeilte Schritte weiter entwickelt und konsolidiert.

Das ursprüngliche Hindernis wird auf dem Weg durch die Aufstellung zur Ressource: Es verwandelt sich (zurück) in die Neugier, die er früher noch ungehemmt erfahren hat, wenn er vor einem neuen Abenteuer stand.

Drei Ideen verbleiben schließlich in sehr verschiedenen Stadien der Konkretisierung in der Aufstellung: Die klarste und realistischste führt zum Vorsatz, eine Art Tagebuch zu schreiben – ein „Gedankentagebuch“, wie es der Kunde nennt, und seine Stimme und Mimik lassen eine gewisse Aufregung erkennen, wenn er darüber spricht. Die zweite Idee ist irgendwie damit verwandt, scheint aber mehr mit Gestalten, Bildern oder Mustern zu tun zu haben – genauer ist sie noch nicht zu erkennen. Er meint, dass es nicht mehr lange dauern kann bis es soweit ist, „muss aber noch darüber nachdenken“. Die dritte Idee schließlich gibt sich vorerst noch sehr vage – es könnte sein, dass sie ihrerseits mit den ersten beiden zu tun hat, vielleicht aber auch mit seiner beruflichen Tätigkeit; die beiden ersten Ideen beanspruchen ihn aber momentan zu sehr, als dass er in diesem Coaching intensiver daran weiterarbeiten wollte.

Zwei Monate später teilt der Kunde mit, dass er die erste Idee der Coaching-Sitzung, das Tagebuch-Projekt, sofort umgesetzt hat und seither in jeder freien Minute weiterverfolgt – mittlerweile längst weit über den Urlaub hinaus. Einige Zeit nach dem Urlaub sei er darauf gekommen, die Eintragungen durch Skizzen zu ergänzen, wobei ihm eingefallen sei, als Kind gerne und eigentlich ganz gut gezeichnet zu haben. Er hat diese Fertigkeit jetzt reaktiviert und inzwischen einen Karikatur-ähnlichen Stil entwickelt. Für ihn sei damit die im Coaching gefundene zweite Idee eigentlich auch schon Realität geworden. Überraschenderweise nehme aber auch die dritte, ursprünglich sehr vage Idee seit kurzem Gestalt an: Im Rahmen eines noch längere Zeit vor dem Urlaub angenommenen Auftrages zur Organisations-Entwicklung in einem großen Unternehmen ist mehrfach das Thema Mitarbeiter-Zeitschrift diskutiert worden – und dafür sind ihm durch seine neuen kreativen Aktivitäten Ideen gekommen, die er zu einem Konzept verarbeitet hat, das momentan gerade vom Auftraggeber überprüft werde.

Von Goethe stammt das Wort „sobald der Geist auf ein Ziel gerichtet ist, kommt ihm vieles entgegen“. Im Coaching, mit Hilfe einer systemischen Strukturaufstellung und einer passenden, hochentwickelten Kreativ-Technik, gelingt es, dem Geist einiges entgegenzutragen und ihm so in überraschend kurzer Zeit zu neuen Erfahrungen und Ideen zu verhelfen.

Gesamtaufwand ca. 3 Stunden.

Zurück zu [Lebensberatung](#)

Zurück zu [Aufstellung](#)