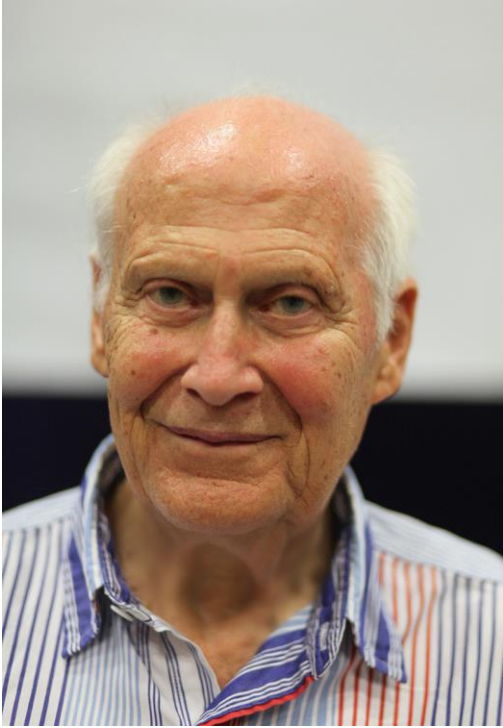


## Familiesystemiske opstillinger



**Bert Hellinger** har videreudviklet den systemisk familieopstilling, som er en omfattende videnskab om menneskelig forhold. I hans intense arbejde på utallige seminarer og som forfatter af 60 bøger, opdagede han snart, at de oprindelige systemiske familieopstillinger støder på en grænse.

Den nye form for familieopstillinger er resultatet af hans indsigter og viser, hvordan grænser kan overskrides og opløses. De fører os videre i nogle områder og niveauer, som ellers ikke er tilgængelig for os gennem vores tanker.

Vi er alle en del af vores familiesystem. Og dermed også en del af alle de, både bevidste og ubevidste temaer, der er opstået i familiesystemet.

Det ses meget ofte, at disse temaer har en stor indflydelse på vores mulighed for at elske mere frit og åbent. Især til dem vi holder mest af i livet. Familie-/systemisk opstilling er en direkte og effektiv metode til at synliggøre følelsesmæssige forviklinger, som vi kan hænge fast i i livet.

## Familieopstillingens form og indhold

En familieopstilling foregår på den måde, at en kursist laver en opstilling af sit familiefelt ved hjælp af stedfortrædere. Opstillingen viser et billede af de mønstre, der sandsynligvis er skyld i forviklinger og problematikker, kursisten står i. Imens kursisten sider og kigger på, ordner familieopstilleren feltet og finder frem til løsninger, hvor alle kommer i balance. Det foregår i tæt samarbejde med stedfortræderne. Til sidst indtager kursisten sin plads i familiefeltet for at opleve løsningens billede i sin helhed.

Opstillingerne kan forgå i en gruppe med stedfortrædere eller i en individuel session ved hjælp af figurer eller opstiller, der træder ind i de forskellige roller. Det er ikke nødvendigt, at den reelle familie deltager i opstillingen for at kunne løse de forviklinger, der viser sig.

Familieopstilling er en metode til at bearbejde forhold og mønstre i familien og andre systemer eller organisationer, som hæmmer vækst og trivsel for den enkelte. I mange tilfælde gentager problematikkerne sig i den samme familie fra generation til generation, når de ikke bliver set eller løst. Opstillinger kan bruges i alle former for ubalancer som kan opstå i familien og hos den enkelte, som f.eks. ved

- Dødsfald
- Skilsmisse
- Depression og andre psykiske lidelser

Og ikke mindst er den effektiv til familier med børn, der har vanskeligheder. Metoden giver redskaber og løsninger til den enkelte, til familier, virksomheder og andre organisationer i krise.