

Aufstellungen

Altersgruppe:

17+, 25+

Einsatzmöglichkeiten:

Veränderungsprozesse, Entscheidungsfindung, Klärung von eigener Position im Team

Beschreibung:

Es gibt verschiedene Formen der Aufstellungsarbeit. Hier stelle ich exemplarisch eine Form vor, die ohne große Erfahrung in diesem Bereich durchgeführt werden kann.

20-Minuten-Aufstellung

Bei dieser Aufstellung geht es darum, auch mit wenig Zeit wesentliche Informationen zu einem Anliegen zu bekommen.

Ablauf

1. Zu Beginn wird das Anliegen geklärt oder eine aktuelle Fragestellung ausgewählt.
Bspw. „Welche Position nehme ich im Mitarbeiterteam XY ein?“
Das Thema wird schriftlich festgehalten.
2. Der Mentee wird aufgefordert, die für ihn relevanten Stellvertreter (bspw. Mitarbeiterteam im Jugendkreis) für das Anliegen bzw. die aktuelle Fragestellung auszuwählen.
3. Nun stellt der Mentee die Stellvertreter mit verschiedenen Figuren (bspw. Tierfiguren, Legomenschen, Playmobilfiguren, Holzklötzchen) so auf, wie er sie wahrnimmt bzw. für ihn es für ihn stimmt und seines Erachtens den IST-Stand widerspiegelt.
4. Der Mentee teilt nun jedem Vertreter einen passenden Satz zu.
5. Anschließend stellt der Mentor Fragen zum IST-Stand:
 - Wie fühlst du dich in der jetzigen Position?
 - Mit welchen drei Adjektiven beschreibst du die Gesamtsituation?
 - ...
6. Nun darf der Mentee jede Figur so verändern, dass es dem erwünschten Soll-Zustand entspricht. (Am obigen Beispiel: Welchen Platz würdest du gerne einnehmen?)
Der Mentor hilft dem Mentee, sich durch Fragen Schritt für Schritt dem Soll-Zustand zu nähern. Der Mentor darf auch Vorschläge einbringen.
7. Dann sagt der Mentee, was die veränderte Aufstellung bei ihm auslöst.
8. Abschließend werden die Aufstellung ausgewertet und konkrete nächste Handlungsschritte benannt.

Material:

- Figuren