

STRUKTIES®



Herzlich Willkommen

zum Newsletter No. 2

(September 2020)

Heutiger Schwerpunkt: **DO*Method**e

Die Themen im Überblick:

- Rückblick: Regionaltreffen DGfS Bayern Nord
- **DO*Method**e – Die Struktur
- **DO*Method**e im Einzelsetting
- Sonderaktion

Rückblick: Regionaltreffen DGfS Bayern Nord

Am 7. Februar 2020 fand das Regionaltreffen der DGfS Regionalgruppe Bayern Nord in Würzburg statt. Dabei begleitete ich die Referentin Helga Mack-Hamprecht. Die Tagung stand unter dem Thema **DO*Method**e.

Sie demonstrierte die spezielle Methode für die Arbeit im Gruppen - wie im Einzelsetting. Die STRUKTIES® erwiesen sich als ideale Repräsentanten im Einzelsetting.

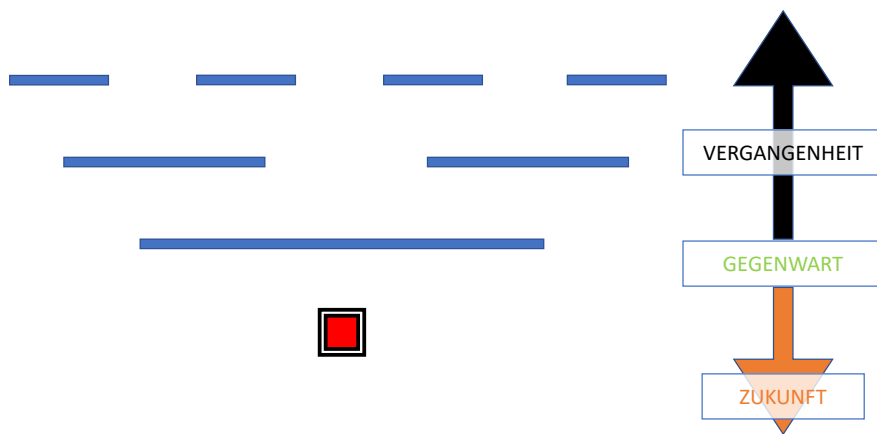
Lesen Sie die Berichterstattung auf der Internetseite: <https://systemaufstellung.com/regional/regionaltreffen-februar-2020-0>

DO*Methode – Die Struktur

Die DO*Methode ist eine von Helga Mack-Hamprecht entwickelte Form der Aufstellung. Sie dient zur Dynamischen Ortung von „Brüchen“ im Familiensystem. Die Methode arbeitet in den drei „Zeitfeldern“ Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft. Im Vergangenheitsfeld wird das Grundmuster des Genogramms markiert:

DO*M: Grundmuster

(nach Helga Mack-Hamprecht)



Praxisbeispiel:

DO*Methode im Einzelsetting

Frank, 63 Jahre, kam in meine Praxis mit dem Anliegen, die Ursache für das immer wieder auftretende Gefühl der Einsamkeit, des „sich nicht zugehörig fühlen“ und des „Verlassenseins“ zu finden.

Ich ließ ihn ein STRUKTIE für sich und eines für sein Anliegen wählen. Für sich wählte er ein mittelgroßes, für sein Anliegen das größte STRUKTIE aus. Die Größe der ausgewählten STRUKTIES® gibt bereits Auskunft über die Selbsteinschätzung des Klienten.

Dann bat ich ihn, sich über sein STRUKTIE und anschließend über das seines Anliegens zu stellen. Über seiner Position nahm er Kälte, Schwere und eine Verengung im Brustraum wahr. In der Position seines Anliegens fühlte er sich entspannt und es wurde für ihn deutlich, dass es wohlwollend auf ihn blickte, „wie ein Mahner“.

Nun bat ich Frank, von dieser Position aus ins Vergangenheitsfeld zu blicken.

Liegt die Ursache eines Anliegens einem Ahnen, führt das „Körperwissen“ wie ein Navi auf der Landkarte einer Familie. Das Körperwissen ermöglicht es präzise den „Ort“ oder den Ahnen aufzuspüren, der Einfluss auf die nachfolgenden Generationen bzw. den Klienten hat. Familienzweig und Generationen werden dabei genau erspürt.

Frank folgte seinem Bewegungsimpuls, der ihn zu dem Großvater väterlicherseits führte. An dieser Stelle kam die Bewegung zur Ruhe und die Gefühle von Kälte und Schwere zeigten sich wieder - Bilder von Kriegsszenen, Schützengräben, das Gefühl des „Verlassenseins“ und Angst tauchte aus seiner Erinnerung auf und er erinnerte sich, dass sein Großvater im 1. Weltkrieg und sogar in Kriegsgefangenschaft gewesen war.

Nun ging es darum, die „Verstrickungen“ zwischen dem Großvater und Frank zu entkoppeln. Hierbei ist es hilfreich eine Rückgabe der übernommenen belastenden Gefühle anzuleiten. So kann der Klient symbolisch dem Ahnen „das Belastende“, das er bisher getragen hat, zurückgeben. Als Symbol dafür kann man z.B. einen Korb oder Stein nehmen. Frank wählte einen Stein.

Ich bot ihm folgende Lösungssätze an: „Lieber Großvater, ich sehe nun, was du im Krieg ertragen musstest, welche Ängste du hattest und wie stark dein Gefühl der Einsamkeit war. Die Gefühle, die ich von dir übernommen habe, möchte ich dir nun hiermit zurückgeben. Ich bin frei und befreit davon.“ Gleichzeitig übergab Frank den Stein, verbeugte sich vor seinem Großvater und drückte so seine Achtung und Würdigung aus. Ich ging in die Rolle des Ahnen – habe den Stein entgegengenommen mit den Worten: „Was du für mich getragen hast, nehme ich hiermit zu mir zurück und du bist frei und befreit davon.“ Sollten noch Widerstände das sein, ist es möglich, diesen Vorgang zu wiederholen.

Nachdem dieser Vorgang abgeschlossen war, bat ich Frank langsam zurück zum Gegenwartsfeld auf seine Ausgangsposition zu gehen, sich um 180° zu drehen und in die Zukunft zu schauen. Er lässt das belastende Ereignis hinter sich. Durch einen Schritt in die Zukunft ist eine deutliche Entlastung bei ihm zu spüren und ein Gefühl der Leichtigkeit stellt sich ein.

Für weitere Informationen sprechen Sie mich gerne an!

[jetzt Kontakt aufnehmen: STRUKTIE@gmail.com](mailto:STRUKTIE@gmail.com)

Sonderaktion

Das heutige Angebot richtet sich an Aus- und Weiterbildungsseminare, Ausbilder wie Teilnehmer:

- Bei einer Bestellung ab zehn STRUKTIES®-Sets jeglicher Größe erhalten Sie **15% Rabatt**.
- Einzelbesteller erhalten bei entsprechendem Nachweis **10% Rabatt**.

Dieses Angebot ist gültig bis zum 31.12.2020.



[jetzt informieren](#)

Organisatorisches: Termine

Die Aufstellungsarbeit hat zwar wieder vorsichtig begonnen. Fortbildungen und offene Aufstellungsabende werden voraussichtlich wieder ab Anfang 2021 stattfinden.

Wir informieren Sie, sobald konkrete Termine feststehen. Oder immer mal wieder schauen unter:

[zum Kalender](#)

Bis zum nächsten Newsletter grüßt Sie herzlich
Barbara Wewerinke-Reinermann



© Copyright – Kopieren, Weiterleitung und Verwendung einzelner Artikel, Bilder oder Passagen ist nur nach vorheriger schriftlicher Anfrage und der schriftlichen Freigabe meinerseits erlaubt. Ausnahme: Die Weitergabe des kompletten Newsletters ist ohne vorherige Anfrage möglich.

STRUKTIES® | Barbara Wewerinke-Reinermann

Corellistraße 41, 40593 Düsseldorf

Möchten Sie unsere E-Mails nicht mehr erhalten? [Hier Abmelden](#)

Wird diese E-Mail nicht richtig angezeigt? [Im Browser anzeigen](#)