

Ausbildung der Familien-Steller

Es gibt Entwicklungen, denen sich jede neue Methode stellen muss, Entwicklungen, die wie zwangsläufig auftauchen.

Das war und ist bei der Psychoanalyse, der Gestalttherapie oder dem NLP so, das ist auch beim Familien-Stellen so.

Die Pioniere erwarben noch in „Marke Eigenbau“ alle notwendigen Kenntnisse, ungehindert, aber auch ungefordert durch irgendwelche Vorgaben und Richtlinien. So existierten vor zehn Jahren noch keine Weiterbildungen zum Familien-Steller, diesen Bedarf gab es noch gar nicht. Die folgenden Generationen haben es dann leichter oder schwerer, je nachdem, von welchem Blickwinkel aus man es betrachtet. Heute sprießen Weiterbildungen nur so aus dem Boden, teilweise von Anbietern mit viel Erfahrung, teilweise von Anbietern, die es sich nach kurzer Zeit des Stellens selbst zutrauen.

Aber nicht jeder hat den Bedarf nach Weiterbildung. Inzwischen scheint das Familien-Stellen fast zu einem Allgemeingut von Therapeuten und Beratern jeglicher Richtung geworden zu sein. Überraschend viele sind der Ansicht, dass Aufstellen einfach ist und dass sie es können, nachdem sie einige Hellinger-Bücher gelesen oder ein paar wenige Seminare besucht haben. Im Zusammenhang mit einer solchen Entwicklung wächst das Bedürfnis nach guter Aufstellung, sachkundig und verantwortlich durchgeführt. Damit wächst gleichzeitig eine Nachfrage nach kompetenter Weiterbildung.

Jetzt tauchen Fragen auf wie:

- Wie viel und welche Ausbildung verträgt die „phänomenologische“ Vorgehensweise des Aufstellers? Wo kippt eine solche Ausbildung aus übergroßer Sorge oder Geschäftsinteresse in eine kontraproduktive „Verschulung“?
- Was lässt sich überhaupt vermitteln? Welche Ausbildung mit welchen Inhalten und welchem Zeitrahmen ermöglicht den hohen Standard, den die Methode – eigentlich – erfordert? Wie lang nehme ich als Ausbilder jemanden an die Hand, und wann lasse ich ihn los?
- Schließlich – last but not least: Wer überhaupt kann/soll/darf ausbilden? Jeder, der sich berufen fühlt? Ähnliche Fragen wie beim Aufstellen wiederholen sich nun wiederum beim Ausbilden.

Im Folgenden möchte ich anhand der Weiterbildungen, die meine Frau und ich durchführen, einen der möglichen Rahmen von Weiterbildung zeigen – nicht als das Modell für Weiterbildungen, sondern als eine mögliche Spielart. Mir ist klar, dass die persönlichen Erfahrungen, der eigene Lernstil und auch persönliche Vorlieben der Leiter Weiterbildungen stark beeinflussen. Wichtig sind die Erfahrungen, die mit einem bestimmten Rahmen gemacht werden, und die Gründe, die dafür oder dagegen sprechen. Die folgenden Ausführungen können als Ausgangspunkt für weitere Diskussionen dienen.

Beispiel einer Weiterbildung

Der zeitliche Rahmen der Weiterbildung sind vier einzelne Wochen, genauer gesagt vier mal fünfeinhalb Tage, über ein Jahr verteilt. Der Zwischenraum zwischen den Teilen beträgt 3–4 Monate. Im anschließenden Jahr sind zwei Seminare bei erfahrenen Aufstellern zur Hospitation vorgesehen. Während dieser Zeit wird das regelmäßige Treffen in Übungs- und Peergruppen angeregt.

Ursprünglich waren es nur drei Kursteile, also drei Wochen. Ich hatte danach aber das Gefühl, dass einzelne Teilnehmer sich beim Aufstellen noch zu sehr an der Oberfläche bewegten. Mit jetzt vier Kurswochen ist mein Eindruck, dass der Einzelne wirklich in der Tiefe erreicht wird und damit genügend Schubkraft für seine eigene Arbeit danach erhält.

Den Zeitraum von 24 Seminartagen halte ich aufgrund meiner Erfahrungen für das Minimum einer Weiterbildung – natürlich sind auch längere denkbar.

Die meisten Teilnehmer/-innen haben in den vier Wochen so viel aufgenommen, dass ich das Gefühl habe, dass sie kompetent erst einmal eigene Schritte in der Einzelarbeit oder auch in Gruppen durchführen können. Wichtig dabei ist, dass sie nicht die „Befähigung“ von mir und meiner Frau als Ausbildern dazu erhalten, sozusagen als offizielle Erlaubnis. Stattdessen trauen wir ihnen zu, zum Zeitpunkt, der ihnen entspricht (das hat bisher bis zu drei Jahren nach der Weiterbildung gedauert), verantwortlich mit dem Aufstellen zu beginnen – oder es auch sein zu lassen. Aus dieser Haltung heraus gebe ich auch nur Bescheinigungen über die Teilnahme mit Auflistung der Inhalte und kein „hat erfolgreich teilgenommen“. Bei wem wir Bedenken haben, dass er zum gegenwärtigen Zeitpunkt schon in der Lage ist aufzustellen, dem teilen wir es mit und geben Anregungen für die nächsten Schritte der persönlichen Weiterbildung.

Was ist der Inhalt der Weiterbildung? Es geht uns darum, die wesentlichen Prinzipien des Familien-Stellens erleben zu lassen und zu vermitteln. Die Kenntnisse sollten „fundiert“ sein. Selbstverständlich gehört zu diesem Fundament die Aufstellungen der eigenen Systeme, weiterhin die Erfahrung vieler Rollen als Stellvertreter. Das Erleben der Ordnungen ist vorrangig. Daraus erwächst allmählich ein Erkennen des Wesentlichen in Aufstellungen. Rein theoretische Vermittlung beschränken wir auf ein Minimum. In den Aufstellungen wird das Wesentliche sichtbar.

Wir halten das Prinzip, für einen größeren Zeitraum, nämlich diese vier Wochen, von einem einzigen Lehrer zu lernen, für sehr nützlich. Da meine Frau und ich ähnlich in Systematik und Sprache vorgehen, können wir beide die Rolle des einen Lehrers ausfüllen – bei all den Unterschieden im Vorgehen, die wir gleichzeitig haben. Jeder Aufsteller entwickelt

seinen bestimmten Stil, hat Vorlieben für bestimmte Sätze und favorisiert ähnliches Eingreifen in vergleichbaren Situationen. Der Lernende braucht eine bestimmte Zeit – s i c h e mehr als nur eine Woche –, um Schritte nachvollziehen zu können. Er erkennt allmählich, worauf es in einer Aufstellung ankommt, und fängt an, sich ein eigenes Urteil über günstiges und ungünstiges Vorgehen zu bilden. Das finde ich dann die geeignete Basis, um anschließend auch andere Aufsteller anzuschauen. Deshalb ist meine Empfehlung, nach der abgeschlossenen Weiterbildung bei möglichst vielen zu hospitieren und weiter zu lernen. Ab der zweiten Woche üben die Teilnehmer/-innen, eigenverantwortlich in Unterguppen aufzustellen. Manche Übungsgruppen werden dabei von mir und meiner Frau beobachtet, andere nicht. Wir beginnen mit Aufstellungen, die auf zwei Stellvertreter und zehn Minuten beschränkt sind. Es geht immer um ernsthafte, persönliche Anliegen, die eingebracht werden, später können es auch Fälle sein. Jeder, der ein solches Anliegen einbringt, weiß, dass sein Kollege damit lernen und üben will. Das ist der Rahmen, auf den beide sich einlassen. (Manchmal zieht jemand sogar diesen Übungscharakter bei einem wichtigen Thema vor – weil er sich dann freier fühlt.) Ich ermuntere die Teilnehmer/-innen, Mut zu haben, auf sich zu hören und auch Fehler zu machen. Aus eigenen Fehlern lernt man am eindrucksvollsten, nicht aus dem, was der Ausbilder erzählt. Die Übungsgruppen mit ihrer ausführlichen Besprechung bilden einen Kern der Weiterbildung, der von anderen Blöcken (Fallsupervision und andere Übungsteile) umrahmt wird.

Fähigkeiten des Familien-Stellers

Was braucht ein Familien-Steller darüber hinaus? Sicherlich persönliche Reife. Je mehr Lebenserfahrung jemand hat, je besser er diese Erfahrung verarbeitet hat, desto größer ist die Kapazität als Therapeut. Auch umgekehrt wird ein Schuh daraus: Je mehr „blinde Flecken“ jemand hat, je mehr schwerwiegende eigene Probleme ungesehen und unbearbeitet am Rand liegen, desto mehr Hindernisse stehen ihm auch bei der Begegnung mit dem Klienten im Weg. Aufstellungen sind ein Spiegel des Therapeuten und seiner persönlichen Entwicklung. Nehmen wir das Beispiel einer Therapeutin, die als Kind missbraucht wurde. Wenn sie nun – ohne diese ihre Wunde bis in die Tiefe geheilt zu haben – mit Klientinnen arbeitet, die als Missbrauchsopfer zu ihr kommen, wird sie befangen sein und deswegen nicht immer angemessen wirken. Sie mag äußerst engagiert sein, ihren Klientinnen die vollste Unterstützung geben, aber alles, was bei ihr noch ungelöst ist, wird die völlige Lösung bei ihren Klientinnen unmöglich machen. Ist hingegen ihre Wunde geheilt, wird diese Therapeutin bei Missbrauch eine besondere Fähigkeit und Kompetenz besitzen.

Mit einer wachsenden Reife taucht beim Aufstellen eine gewisse Bodenständigkeit auf, die ich auch als „gesunden Menschenverstand“ bezeichne. Dinge werden einfacher statt komplizierter. Nicht weil komplizierte Probleme unzulässig vereinfacht würden, sondern weil ein einfacher Blick zeigt, dass bestimmte Schritte anstehen. Wie kann jemand diesen Reifungsprozess fördern? Zum einen ist es gut zu wissen, dass Reife nichts ist, was ich zwingen kann. Mit Gewalt und im Eiltempo Lebenserfahrung tanken ist nicht möglich. Ich brauche dazu also Geduld. Je mehr ich mich mit dem Maß an Erfahrung bescheide, das mir im Moment schon gegeben ist, desto bereiter bin ich, aus dem Kommenden zu lernen. Je mehr sich jemand dann neuen Erfahrungen aussetzt, an die eigenen Grenzen geht, Wagnisse und Risiken eingeht, desto mehr Lebenserfahrung erwirbt er. Darüber hinaus – ob wir wollen oder nicht –, das Leben selbst fördert und fordert uns durch Ereignisse wie Trennung, Tod, Geburt usw. Darüber hinaus ist die Auseinandersetzung mit sich selbst über therapeutische Methoden fast ein „Muss“ für den aufstellenden Therapeuten. Dabei sehe ich drei große Bereiche von therapeutischen Richtungen. Sie mögen sich in manchen Teilen überschneiden, stellen aber doch insgesamt eigene Gebiete dar. (Die wichtige Methode der Verhaltenstherapie halte ich dabei für die Eigenerfahrung nicht für notwendig.) Es scheint mir nicht so wichtig, mit welcher konkreten Methode jemand sich auseinander gesetzt hat, sondern nur, dass er Erfahrungen mit sich selbst in diesen drei Bereichen hat bzw. sie im Laufe der Jahre erwirbt oder weiter vertieft.

Bereich: Körper – Gefühl

Je mehr wir unseren Körper spüren, desto lebendiger sind wir und desto mehr sind wir mit all unseren Gefühlen verbunden. Mit wenig Beziehung zu unserem Körper sind wir blockiert und unterdrücken Wahrnehmungen und Gefühle. Einem solchen Aufsteller fällt es dann schwer, zu den tiefen Schichten unter den Emotionen, die die Arbeit mit Familienaufstellungen ermöglicht, durchzudringen. Methoden, die uns mit Gefühlen und dem Körper verbinden, sind vielfältig. Sie reichen von der Primär- und Gestalttherapie über die Bioenergetik bis hin zur Atemarbeit und dem Tanz und Theater.

Bereich: Bewusstes (Mentales) und Unbewusstes

Wie und was wir denken und das, was darunter unbewusst verborgen liegt, bestimmen unser Handeln. Durch das Bewusstwerden unserer Gedanken entsteht Abstand zu unseren automatischen Reaktionen aufgrund dieser Gedanken. Gleichzeitig werden unsere Gedanken „verhandelbar“ und können sich ändern. Im Zusammenhang damit sind heute die Erkenntnisse gewachsen, was eher im unbewussten

Raum darunter abläuft und oft noch bestimmender für uns ist. In dem mehr bewussten Bereich finden sich Methoden wie das neurolinguistische Programmieren (NLP), die rational-emotive Therapie (RET), aber auch der konstruktivistische systemische Ansatz. Für den unbewussten Bereich steht insbesondere die Hypnotherapie nach Milton Erickson, aber auch eine Methode wie das kathartische Bilderleben.

Bereich: Kommunikation und Seminarleitung

Wer mit Einzelkunden aufstellt, braucht über die Kenntnisse des Aufstellens hinaus eine Vielzahl kommunikativer Fähigkeiten. Er muss seine Klienten erreichen und ihnen gerecht werden. Wer in Gruppen aufstellt, wird noch weit mehr als in der Einzelarbeit herausgefordert und braucht zusätzliche Leiterfähigkeiten. Er sollte in der Lage sein, Konflikte konstruktiv zu lösen. Methoden, die hierbei hilfreich sind, reichen vom NLP, der Hypnotherapie bis zur Mediation. Hinzu kommt ein vierter, für Aufsteller und Aufstellerinnen wichtiger Bereich, der über die drei hier genannten hinausreicht:

Innere Stille

Dieser Bereich ist schwer in Worte zu fassen. Hier geht es um die Grundlage für das phänomenologische Aufstellen, um das, was Bert Hellinger mit der „leeren Mitte“ meint. Viele erfahrene Aufsteller waren vorher – oder sind es noch heute – auf einem „spirituellen“ Weg. Der reicht von einer bewusst christlichen Ausrichtung über den Zen-Weg bis hin zum Meister in Indien. Ein solcher Hintergrund scheint es zu erleichtern, bei Aufstellungen in die Tiefe zu gehen. Dabei hat Aufstellen selbst etwas von einem „spirituellen“ Weg. Denn der Aufsteller begegnet immer wieder unmittelbar in Aufstellungen dem Geheimnis – mit dem Wunderbaren und dem Schrecken – und der Größe des Lebens und dem Dank für dieses Leben. Diese Dimensionen reichen in einen „religiösen“ Bereich hinein, der außerhalb etablierter Moral und Religion liegt.

Die Entwicklung als Familien-Steller

Die gerade genannten Entwicklungsschritte sind nicht Teil der Weiterbildung, so wie wir sie durchführen. Sie bleiben als Aufgabe übrig für denjenigen, der in der Arbeit als Therapeut weiter wachsen will.

Wichtig ist: „Blinde Flecken“ sind ein Teil der eigenen Unzulänglichkeit. Durch die Arbeit mit Aufstellungen und durch die Rückmeldungen werden sie dem Therapeuten bewusst. Sich damit auseinander zu setzen, ist ein Teil der persönlichen Entwicklung. Gleichzeitig ist es wichtig, die eigene Mangelhaftigkeit anzunehmen. Sie gehört zu uns und wird auch

in Zukunft zu uns gehören. Wenn ich zu meiner Fehlerhaftigkeit stehe, stärkt es mich, anstatt mich zu schwächen. Der Therapeut verändert sich selbst während und durch die Arbeit mit den Aufstellungen. Staunend habe ich über Jahre die Veränderungen von Bert Hellinger in den Aufstellungen und durch die Aufstellungen beobachtet. Am meisten habe ich selbst ebenfalls durch das Aufstellen gelernt. Ich gehe davon aus, dass es unseren Teilnehmern und Teilnehmerinnen genau so gehen wird.

Dabei ist positive Veränderung oder Wachstum nie ein selbstverständlicher Mechanismus. Es gibt in jedem die Tendenz, sich nach gewisser Zeit ein Stück der Routine auszuliefern. Manchmal ist es einfacher, an den einmal gewonnenen Einsichten, an dem erreichten technischen Können festzuhalten, als sich immer wieder in Neuland zu wagen. Der Aufsteller und die Aufstellerin brauchen deshalb Wachheit und die eigene Bereitschaft, sich dem Neuen auszusetzen.

Persönliche Entwicklung fördern wir bewusst über die Supervision von schwierigen Fällen. Einmal hilft sie bei fachlichen Fragen, um mehr über bestimmte systemische Zusammenhänge zu erfahren, zum Beispiel bei Drogen, Missbrauch, Selbstmord. Oft gibt es aber noch eine persönliche Seite, die ein bestimmtes Thema besonders heikel sein lässt. Eine Aufstellung zur Supervision kann dann jemandem helfen, sich mehr mit dem Thema und auch mit sich selbst auseinander zu setzen.

Von daher scheint es für Aufsteller/-innen sinnvoll, sich nach einer Weiterbildung einer Supervisionsgruppe anzuschließen. Dieser Schritt liegt aber in der Eigenverantwortung des Einzelnen.

Ausblick und Fragen

Wie soll und kann Weiterbildung für Familien-Steller aussehen? Wie lang soll sie sein? Bei einer relativ kurzen Weiterbildung sehe ich die Gefahr, dass jemand nicht genügend Wissen und Kenntnisse erworben hat und sich gleichzeitig überschätzt. Bei einer langen sehe ich die Gefahr, dass das eigene Hinsehen und die eigene Verantwortung eher geschwächt werden. Wesentliches lässt sich nicht lehren und als Lernstoff vermitteln. Es sind die eigenen Schritte und Einsichten, die einem natürlichen Wachstum und Entwicklungsprozess entspringen, der bei jedem einen anderen Rhythmus hat. Der Anspruch, das Wesentliche zu lehren und als Lernstoff zu vermitteln, kann deshalb sogar die eigenen Schritte erschweren und behindern.

Dabei ist jede/r anders, jede/r lernt anders. Was der eine als Druck und Gängelung erlebt, erlebt der andere als Unterstützung und hilfreichen Rahmen.

Als Schlussfolgerung befürworte ich, dass es unterschiedliche Weiterbildungen geben sollte und dass auch hier auf den „Kunden“ vertraut wird, dass er die ihm gemäße Weiter-

bildung herausfindet. Derjenige, der eine Weiterbildung sucht, ist in der Regel erfahren und weniger „schutzbedürftig“ als der Klient, der nur seine Familien aufstellen will. Gleichzeitig befürworte ich sehr den Austausch unter Weiterbildungnern, weil auf diese Weise wertvolle Anregungen ihren eigenen Weg durch unterschiedliche Weiterbildungen nehmen können. Vielleicht wird es irgendwann eine eigene „Weiterbildungsliste“ geben, oder es entstehen mehrere Netzwerke von Weiterbildungnern, die sich gegenseitig schätzen und unterstützen. So entsteht von Freiburg aus gerade ein kleines Netzwerk von verschiedenen Aufstellern, die ihre Weiterbildungsteilnehmer gegenseitig zur Hospitation zu ihren Seminaren einladen. Ich halte mehr solcher Entwicklungen für wünschenswert.

Zum Schluss noch Bert Hellinger zu dem persönlichen Weg: „Die Phänomenologie ist gleichzeitig eine spirituelle Methode. Aber nicht im allgemeinen religiösen Sinn, sondern auf eine philosophische Weise. Sie erfordert nämlich eine Reinigung, eine Läuterung. Vor allem eine Läuterung des Geistes. In der abendländischen Mystik nennt Johannes vom Kreuz das die ‚Nacht des Geistes‘. Das ist der Verzicht auf Wissen und auf jegliche Sicherheit. Dieser Läuterungsprozess dauert lange. Der Therapeut, der sich auf diese Arbeit einlässt, lässt sich auch auf diesen Läuterungsprozess ein. Er erlebt ihn dann. Den kann man nicht planen oder üben. Er ergibt sich aus dem Geschehen. So gewinnt man im Laufe der Zeit diese Haltung.

Je mehr das Sichzurückziehen gelingt, desto mehr kann geschehen. Ich gebe mit dem Michzurückziehen dem, was abläuft, einen Platz. Dieser Vorgang ist sehr demütig. Er ist das Gegenteil von Wissenschaft. Er ist äußerste Empirie, reine Erfahrung mit dem, was sich zeigt. Sie bewährt sich an der Wirkung. Daher ist das reine Erfahrungswissenschaft. Es ist nur beobachtet. Ich war manchmal davon überrascht, was mir da aufgefallen ist, und habe gedacht: Wenn ich das sage, werden Leute mich angreifen. Aber wenn ich etwas so gesehen habe, sage ich es auch.

Therapeuten, die sich auf diesen Weg machen wollen, fangen unten an. Ganz gewöhnlich, so wie jede Kuh als Kalb beginnt. Man braucht nicht vollkommen zu sein, sondern man begibt sich auf diesen Weg und wird dann geführt. Man kann dann immer mehr und auch immer mehr Gefährliches zulassen und sich dem aussetzen.“

Enthält teilweise Überlegungen aus Ulsamer, Handwerk des Familien-Stellens, Goldmann Verlag, München 2000.