

# Beruflicher Misserfolg und Verstrickung

Bertold Ulsamer

### Die Tradition des Misserfolgs unterbrechen oder Familie reicht weit über die Eltern hinaus

Bisher kamen die geschilderten Störfelder für den beruflichen Erfolg meist aus der Verbindung der Kinder mit ihren Eltern. Auch wenn die Stärke dieses Bandes auf den ersten Blick erstaunt haben mag, so überrascht sie weniger auf den zweiten Blick. Ziehen doch im Regelfall die Eltern ihre Kinder auf und sind so ihre stärksten und wichtigsten Bezugspersonen. Das Leben eines Kindes ist von ihrer Fürsorge und ihrer Freigebigkeit abhängig. Kein Wunder, dass schon das Kleinkind alle Antennen darauf ausrichtet, sich dieses Wohlwollen nicht zu verscherzen.

Die Verbindungen der Kinder mit ihrer Familie reichen aber weit über die Eltern hinaus. Familie ist ein Netz, das mindestens über drei, manchmal noch über mehr Generationen konkret fassbar ist. Wie solche Dynamiken und Energien sich auswirken, zeigen die folgenden Beispiele.

### Die von Krisen gebeutelte Geschäftsfrau oder Wenn der Großvater wichtig ist

*Frau Troller ist Unternehmerin. In den letzten zwanzig Jahren hat sie ihr eigenes Einzelhandelsgeschäft aufgebaut. Dank ihres unermüdlichen Einsatzes und ihres großen Geschicks im Umgang mit Menschen war ihr Geschäft von Anfang an ein Erfolg.*

*Ihr Dilemma ist: Sie schafft es immer wieder irgendwie – immer dann, wenn es reibungslos und gut läuft –, sich in eine Krise hineinzumanövrieren. Beim ersten Mal verkrachte sie sich aus nichtigem Anlass mit ihrem Hauptlieferanten, beim zweiten Mal hatte sie die plötzliche Idee, sie bräuchte eine Marketingkampagne, um den Erfolg zu sichern, und verpulverte ihre finanziellen Reserven.*

*Jetzt ist es das dritte Mal. Die letzten drei Jahre lang das Geschäft hervorragend. Von einem Tag auf den anderen fühlte sie sich so kraftlos und deprimiert, dass sie sich überlegt, ihr Geschäft zu verkaufen. Eine gründliche Untersuchung beim Hausarzt ergab eine hervorragende Gesundheit. „Eine Konstitution wie ein Pferd haben Sie“, meinte er nur.*

Frau Troller ist leidenschaftlich gern Unternehmerin. Sie setzt sich für ihren geschäftlichen Erfolg ein und hat alles getan, um ihn zu erreichen. Zweimal schon allerdings hat sie den angestrebten Erfolg schon durch eigenes Handeln sabotiert, durch Krach mit dem Hauptlieferanten und durch die teure Marketingkampagne. Dann musste sie wieder von Neuem kämpfen, statt auf dem Erreichten weiter aufzubauen. Rückschläge gehören zwar mit zum Leben. Aber sie hat diese Rückschläge ganz offensichtlich provoziert. Jetzt fühlt sie sich ohne ersichtlichen Grund kraftlos und deprimiert. Wieso hält sie den Erfolg nicht aus? Gibt es da irgendeine verkappte pathologische Seite in ihr? Eine aggressive Seite, die sie gegen sich selbst richtet?

→

Zunächst ist der Blick zum familiären Hintergrund wenig erhellend. Der Vater von Frau Troller war beruflich erfolgreich und zufrieden. Beide Eltern hatten vier Kinder und führten eine glückliche Ehe. Die Mutter war Hausfrau und mit ihrem Leben im Reinen. Frau Troller ist das jüngste von vier Kindern.

Wer nach Ressourcen und Störfeldern aus der Familie sucht, für den sind die Berufswege in der weiteren Vergangenheit der Familie bedeutsam. Es geht nicht nur um die Eltern, sondern auch um die Generationen dahinter. Hatte jemand in ihrer Familie beruflichen Misserfolg?

Als Mann richtet jemand dabei den ersten Blick auf die Männer, vom Vater ausgehend zu Großeltern und Urgroßeltern, aber auch Onkeln und Großonkeln. Als Frau wie bei Frau Troller geht der erste Blick zu dem Berufsweg der Frauen in der Vergangenheit, von der Mutter, über die Großmütter, Urgroßmütter bis zu den Tanten und Großtanten. Die meisten dieser Frauen waren verheiratet mit Kindern und – zeitgemäß – Hausfrau zu Hause. Nichts Besonderes fällt ihr bei den Frauen auf. Aber bei den Männern!

Sofort fällt ihr der eine Großvater ein. Ihn liebte sie heiß und innig. Er hatte vor dem Krieg ein großes Schuhgeschäft geführt, das im Krieg zerstört wurde. Der Großvater hatte gleichzeitig als Soldat in Russland gekämpft und kam als kranker Mann aus dem Krieg zurück. Beruflich kam er nicht mehr auf die Beine und musste als Vertreter durch die Lande tingeln, was die ganze Familie als eine Schande betrachtete. Aber die Enkelin schloss ihn in ihr Herz. Frau Troller bekommt sogar Tränen in die Augen, als sie seine letzten Jahre schildert und wie negativ ihn die restliche Familie gesehen hat.

Der Stamm des Apfelbaums ist über lange Zeit gewachsen. Er umfasst mehr als nur die gegenwärtige Generation der Eltern mit den Kindern. Großeltern sind stets wichtig. Auch Onkel und Tanten sind bedeutungsvoll. Bisweilen spielen die Urgroßeltern noch eine wichtige Rolle. Die Loyalität zur Familie erstreckt sich nicht nur auf die Eltern.

Sollte Frau Troller auf diese Weise ihrem Großvater loyal sein? Auch wenn sie selbst davon überrascht ist – Sinn macht ihr diese Idee sofort. „Ja, es wäre schon eine Art Verrat, wenn ich dauerhaft auf der Sonnenseite des Lebens segle, gerade mit meinem Erfolg im Beruf, wo der Opa sich doch so angestrengt hat und es nicht mehr geklappt hat.“ Bei diesen Sätzen ist ihr anzusehen, wie sehr sie diesen Großvater geliebt hat.

Ob sie glaubt, dass ihr schon lang verstorbener Großvater glücklich wäre, wenn er sehen könnte, wie sie aus Treue zu seinem Misserfolg das eigene Geschäft ruiniert? Diese Frage bringt sie in eine ganz neue Richtung. Aber sie muss nicht lange nachdenken. „Nein, natürlich nicht. Er würde wollen, dass es mir gut geht und dass ich Erfolg habe.“ Damit ist der Weg in eine neue Richtung frei.

Ob sie sich vorstellen kann, dass ihr Großvater sich trotz seiner beruflichen Niederlage freuen würde, wenn sie in Zukunft voller Kraft und Schwung die Aufgaben in ihrem Geschäft erledigt? Obwohl sie sofort bejahen möchte, fällt ihr das Ja doch schwerer, als sie vermutet hätte. Denn mit

einem Ja löst sie die blinde Treue auf, die sie bisher mit dem Unglück des Großvaters verbunden hatte. Sie braucht noch Zeit dafür.

Erst in der Stunde darauf kann sie zustimmen. In dieser Stunde ist eine Last von ihrem Herzen gefallen. Die Kraftlosigkeit und die depressive Stimmung verschwinden schon in den nächsten Tagen.

### **Der spielsüchtige Großonkel oder Wie schwarze Schafe vertreten werden**

*Herr Zellberger quält sein ständiger beruflicher Misserfolg. Schon an der Universität hatte er zwei Studiengänge erfolglos abgebrochen, bevor er mit Ach und Krach ein BWL-Studium schaffte. Wegen seines einnehmenden Wesens fand er immer wieder eine Stelle, die er meist von sich aus nach kurzer Zeit wechselte, ohne je wirklich Fuß zu fassen. Auch Geld kann er nicht behalten. Was er verdient, gibt er sofort wieder aus. Ein Teil in ihm möchte gerne eine Arbeitsstelle behalten. Er war schon in Firmen, wo es ihm wirklich gut gefallen hat. Aber irgendetwas, das er selbst nicht versteht, treibt ihn immer weiter.*

Ist es der „innere Schweinehund“, der Herrn Zellberger immer wieder dazu zwingt, gute Arbeitsplätze zu verlassen? Aber wieso? Im Grunde will auch der sogenannte Schweinehund seinem Träger nichts Böses tun. Er hat eigentlich immer eine versteckte gute Absicht. Die zu erkennen ist wesentlich, um bisher störendes Verhalten zu verändern. Aber was könnte Positives hinter einem solchen Verhalten stecken, das den Träger immer weiter ins Unglück stürzt? Zudem stammt Herr Zellberger aus einer angesehenen, wohlhabenden Familie, deren Mitglieder seit mehreren Generationen als Bankiers arbeiten. Auch er war eigentlich für eine solche Laufbahn bestimmt gewesen. Würde in dieser Situation die Treue zur Familie nicht verlangen, beruflich als Bankier erfolgreich zu sein? Handelt er vielleicht aus einer Trotzreaktion? Aber woher soll die kommen, zumal er sichtbar unter dem eigenen Verhalten leidet und keineswegs stolz darauf ist.

Erst die genauere Untersuchung der Familiengeschichte erbringt erste Indizien. Eine wichtige Frage zur Erforschung ist: Gibt es jemanden in der Familie, der beruflich erfolglos war? Ja, ein Bruder des Großvaters war sehr leichtsinnig gewesen und hatte dann angefangen zu spielen und sein Erbe durchzubringen. Die restliche Familie hat den Kontakt mit ihm abgebrochen. Er war dann irgendwann verarmt und vereinsamt gestorben. Kein Mensch in der Familie erwähnt ihn. Nur durch Zufall, als er einmal alte Familienunterlagen durchschaute, hat Herr Zellberger von ihm erfahren.

Nun gut, es gibt wahrscheinlich in jeder Familie in der näheren oder weiteren Vergangenheit derartige „schwarze Schafe“. Herr Zellberger hat ihn nie kennengelernt, weiß ja überhaupt nur zufällig von seiner Existenz. Wieso soll dieser Großonkel für ihn relevant sein?

Erst das Wissen um die Gesetzmäßigkeiten in Familien rückt diesen vergessenen Großonkel mehr ins Licht. Bei der

Entwicklung der Aufstellungsarbeit war eine wichtige Erkenntnis von Bert Hellinger: Wird einer in einer Familie ausgeschlossen so wie obiger Großonkel, dann wird ihn ein späteres Mitglied vertreten, indem es sich selbst ähnlich verhält und ähnlich fühlt. Ein Kind später ist dann mit dieser ausgeschlossenen Person „verstrickt“, das heißt in der Tiefe mit ihm so stark verbunden, dass er ihn im eigenen Leben nachahmt. Das geschieht wie zwanghaft, ohne es zu wissen und zu wollen.

Es ist dazu nicht nötig, dass beide sich persönlich kennen. Ja, es kommt sogar vor, dass jemand mit einem Mitglied verstrickt ist, von dessen Existenz er gar nichts wusste.

Diese Erkenntnis macht verständlich, warum immer wieder Einzelne aus gutbürgerlichen Familien scheinbar grundlos ausscheren, ohne dass irgendeiner – sie selbst mit eingeschlossen – versteht, warum sie das tun.

Entscheidend für die Situation von Herrn Zellberger ist, ob er mit dieser Möglichkeit etwas anfangen kann. Er berichtet, dass es ihn seltsam berührt hat, als er damals in den Unterlagen von dem Großonkel erfuhr. Er erinnert sich noch an das Foto, das den Onkel in jungen Jahren zeigt. Und sympathisch war er ihm auch.

Ich bitte Herrn Zellberger, sich einmal dieses Bild innerlich wieder herzuholen, sich den Onkel vorzustellen und ihm zu sagen: „Du bist nicht vergessen. Ich bin dir treu und mache es so wie du.“

Herr Zellberger folgt dem Vorschlag. Plötzlich kommen ihm Tränen in die Augen und er meint: „Ich glaube, es stimmt.“

Zeigt diese Reaktion eine solche Verbindung?

Skeptiker werden das bezweifeln. Vielleicht wurde durch den Vorschlag Herrn Zellberger etwas suggeriert? Nach meiner Erfahrung allerdings kann man solchen spontanen Regungen sehr vertrauen. Ein Ja kommt ja nicht bei jedem Vorschlag. Oft wird auch etwas verneint. Wenn dann aber das Ja auftaucht und es auch gefühlt wird, dann hat das immer Bedeutung.

Die Verbindungen, die sich in einer solchen Loyalität zeigen, erweitern das Verständnis, was Familie heißt. Jede Familie hat einen festen inneren Zusammenhalt, ganz gleich, wie zerrissen sie äußerlich scheinen mag. Jedes Mitglied einer Familie gehört in gleicher Weise zur Familie und gehört geachtet. Wird jemand aus der Familie ausgeschlossen, ist das ein Unrecht.

Natürlich gehören Konflikte, Streit und Ärger in einer Familie dazu, wenn ein Mitglied im Spiel sein Erbe durchbringt wie dieser Großonkel. Wird er aber so behandelt, als ob er nicht mehr dazugehört, dann gerät etwas ins Ungleichgewicht.

Eine Familie über mehrere Generationen hinweg lässt sich mit einem Mobile vergleichen. Wenn ein Ungleichgewicht entsteht, erfolgt eine Reaktion an einer anderen Stelle, um das Gleichgewicht wiederherzustellen. Die Kinder sind am empfänglichsten für alle Energien im System, und sie stellen sich voll in den Dienst des Gleichgewichts. Deshalb vertritt diesen Großonkel ein später geborenes Mitglied, dem es in seinem Leben ähnlich geht.

Ereignisse in einer Familie wirken weiter. Selbst wenn ein solcher Ausschluss eines Familienmitglieds von allen ver-

drängt und zum Familiengeheimnis wird, löst sich das Geschehene nicht in Luft auf, sondern „geistert“ im Familiensystem herum.

Gerade Familiengeheimnisse haben deshalb oft eine große Wirkung. Die Neuankömmlinge in einer Familie, nämlich die Kinder, spüren diese Energien und nehmen sie auf. So sind sie bisweilen mit ihren Vorfahren „verstrickt“, indem sie deren Haltungen, Gefühle, Schicksale übernehmen.

Jeder trägt die für das Familiensystem erforderliche Rolle. Der Grund ist eine besondere Treue zu den Ausgeschlossenen. Es ist eine kindliche Liebe, die keine Rücksicht auf sich selbst nimmt. Sie zeigt sich in den Tränen von Herrn Zellberger, als er sich seinen Großonkel vor sein inneres Auge holte und ihn ansah.

Es dauert ein paar Generationen, bis etwas in der Vergangenheit zur Ruhe kommen kann. Das Schlimme in der zeitlichen Nähe überdeckt das, was früher war. So haben in Deutschland das Dritte Reich und der Zweite Weltkrieg das meiste von dem, was vorher geschehen ist, in den Hintergrund treten lassen. In der Schweiz zum Beispiel, die davon nicht unmittelbar betroffen wurde, reicht die Wirkung vergangener gravierender Ereignisse wenigstens eine Generation weiter.

### **Die gemobbte Assistentin oder Das geborene Opfer**

*Frau Nagold ist seit zwei Wochen krankgeschrieben. Sie arbeitet als Assistentin in der Forschungsabteilung eines Unternehmens mit fünf anderen Kolleginnen eng zusammen. „Ich konnte einfach nicht mehr. Ich wurde immer misstrauischer und nervöser. Denn ich werde von meinen Kolleginnen systematisch gemobbt. Sie reden nur das Nötigste mit mir und schneiden mich ansonsten völlig. Sie wollen mich zur Kündigung bringen.“*

*Eine Freundin hat ihr geraten, sich zu wehren und Unterstützung zu holen. Eigentlich glaubt Frau Nagold kaum an solche Möglichkeiten. „Ich bin eben das geborene Opfer. An mir können die anderen ihre Wut auslassen.“*

Mobbing scheint sich immer weiter zu verbreiten vom Arbeitsplatz bis zum Schulhof. Die Schätzungen für die momentane Zahl der Mobbingbetroffenen in Deutschland belaufen sich nach Wikipedia auf über eine Million Erwerbstätige. Gemeint ist mit Mobbing der Psychoterror am Arbeitsplatz, meist um jemanden aus einem Betrieb herauszuekeln. Ein Mittel dazu ist das Meiden und Ausgrenzen einer Person. Immer wieder geht Mobbing auch von einer Gruppe von Kollegen aus. Wird Frau Nagold also in ihrer Abteilung von böartigen Kolleginnen terrorisiert?

Gleichzeitig ist Mobbing eine Art Modewort. Wer früher von Kollegen geschnitten wurde, war auch damals verletzt, mochte sich darüber ärgern und beklagen. Außenseiter gab es schon immer. Ähnliches Verhalten der Kollegen wird heute als Mobbing bezeichnet. Wenn Frau Nagold sich als „gemobbt“ empfindet, bringt ihr das einen großen Vorteil:

Wer gemobbt wird, ist automatisch ein Opfer. Er erklärt sich damit als unschuldig an all dem, was ihm im Büro geschieht. Beim Mobbing gibt es nur böse Täter und harmlose, wehrlose Opfer.

Mit dieser plakativen Beschreibung will ich nicht behaupten, dass ein Mobbing mit Tätern und Opfern nicht wirklich existiert. Es gibt es tatsächlich in der Realität. Da müssen zum Beispiel in einem Unternehmen Kosten gedrückt werden. Dazu ist es nötig, Leute zu entlassen. Dann soll da jemand entfernt werden, aber es gibt Schwierigkeiten, ihn zu entlassen. Ihm wird das Leben am Arbeitsplatz so vergällt, dass er irgendwann aufgibt und kündigt. Das ist Mobbing pur.

Oder in einer Abteilung herrschen zwischen den Mitarbeitern enorme Spannungen. Ein Neuzugang gerät ahnungslos zwischen die Fronten. Ein Sündenbock ist gefunden, an dem sich die Spannungen festmachen und entladen können. Aber es gibt auch viele Situationen, in denen der Beteiligte ein kleines oder auch großes Stück dazu beiträgt, dass die anderen ihn mobben. Dieser mögliche persönliche Anteil ist auch bei Frau Nagold der interessante. Trägt sie auf irgendeine Weise zu der unerträglichen Situation im Büro bei? Wer nämlich einen eigenen Beitrag liefert, der ist nicht mehr nur ahnungs-, harm- und wehrlos. Er ist mitverantwortlich, das heißt, er hat durch sein Handeln zu der Situation beigetragen. Und er kann anders handeln und damit wiederum die Situation beeinflussen oder sogar steuern. Ja, manchmal gibt es sogar den Fall des „geborenen“ Mobbingopfers. Eine solche Person fordert die Ablehnung förmlich heraus und provoziert sie durch das eigene Verhalten. Frau Nagold ist zunächst fast gekränkt bei der Frage nach einem möglichen eigenen Beitrag. Sie erlebt das wie einen Angriff. Ich brauche Zeit und Geduld, damit sie die Fragen als Unterstützung für ihre Situation verstehen kann und nicht als Versuch, sie heimlich zu beschuldigen.

In einer solchen Situation drängen sich die Fragen nach familiären Verbindungen und Verstrickungen auf. Denn die Reaktionen von Frau Nagold sind nicht angemessen, sondern scheinen gespeist von etwas, was aus der Vergangenheit kommt. Sie fühlt sich als Opfer und will diese Rolle von nichts und niemandem gefährdet sehen. Sie fühlt sich gekränkt, wenn jemand diese Rolle infrage stellt.

Die entscheidende Frage bei einer Suche nach der familiären Verbindung ist: Gab es jemanden in der Familie, bei dem die Reaktionen begründet gewesen wären? Da kommt zum Beispiel jemand mit dem Problem, ständig grundlos traurig und deprimiert zu sein. Gab es vor ihm in der Familie jemanden, der guten Grund gehabt hätte, traurig zu sein? Oder jemand kommt zum Coaching, weil er immer wieder reizbar und wütend ist. Gab es vor ihm jemanden, der guten Grund zur Wut gehabt hätte?

Existierte also in der Familie von Frau Nagold jemand, der sich zu Recht als Opfer fühlen konnte? Bei dem ihre Kränkung Sinn machen würde?

Sie muss nicht lange nachdenken, ihr fällt sofort jemand ein. Es gibt jemanden, der wie ein Schandfleck in der Familie betrachtet wird, von dem niemand gern spricht. Ihre Urgroßmutter war im Ersten Weltkrieg von feindlichen Sol-

daten vergewaltigt worden. Sie hatte schon drei Kinder von ihrem Mann, der als Soldat im Feld war. Durch die Vergewaltigungen wurde sie erneut schwanger. Auf Druck der Schwiegereltern trieb sie dieses Kind ab. Trotzdem blieb sie die Schande der Familie. Als ihr Mann aus dem Krieg heimkam, ließ er sich zwar nicht scheiden, beendete aber das Eheleben und behandelte sie mehr oder weniger wie ein Möbelstück. Die Urgroßmutter zog sich in sich zurück, sprach kaum mehr mit jemandem, blieb aber lang am Leben und starb in hohem Alter.

Wenn jemand ein Opfer in ihrer Familie war und allen Grund dazu gehabt hat, sich auch als Opfer zu fühlen, dann war das diese Urgroßmutter, meint Frau Nagold. Sie habe großes Mitgefühl mit ihr und finde es schrecklich, wie sich die Familie und der Ehemann damals verhalten hätten.

Wieder braucht es die Aufforderung, sich diese Person vorzustellen, um zu überprüfen, ob es darüber hinaus eine Verbindung gibt. Und wieder kommt das auf den ersten Blick verblüffende Ergebnis: Ja, sie spürt wirklich eine innere Verbindung. Sie fühlt sich auch ein Stück weit wie ein Opfer wie die Urgroßmutter. Auf einmal wirken die Gemeinsamkeiten nicht mehr zufällig.

Die Opferrolle ist sehr starr und kann wie zu einem Gefängnis werden. Wer sich als Opfer fühlt, schneidet sich manchmal von anderen Gefühlen ab und wird dann wie leblos und nicht mehr ganz erreichbar für die Umwelt. So hat Frau Nagold ja auch das weitere Leben ihrer Urgroßmutter nach den Vergewaltigungen beschrieben.

Ein Schritt, der einem Opfer hilft, die Rolle ein Stück weit zu verlassen, ist es, wenn auch andere Gefühle zugelassen werden. Deshalb die Frage an Frau Nagold: „Wenn Sie sich in das Schicksal Ihrer Urgroßmutter hinein fühlen – können Sie sich vorstellen, dass diese auch eine große Wut über die Ungerechtigkeit gehabt hat?“ Ja, das macht viel Sinn für sie. Diese Urgroßmutter muss im tiefsten Inneren auch wütend und enttäuscht gewesen sein. Da sind die feindlichen Soldaten, die sie vergewaltigt haben. Die Familie hat sie zur Abtreibung gezwungen. Der Mann hat sie im Stich gelassen. Das Leben ist schlimm mit ihr verfahren. Schmerz und Wut sind nur allzu menschliche Reaktionen.

Daraus erwächst die nächste Frage: „Wenn Sie sich dem Schicksal Ihrer Urgroßmutter als Opfer jetzt gerade durch Ihre Mobbingssituation nahe fühlen – existiert da auch in Ihnen eine ähnliche Wut über diese Ungerechtigkeit?“

Zu Beginn der Sitzung hätte Frau Nagold bei einer solchen Frage vielleicht empört den Raum verlassen. Durch die Begegnung mit der Urgroßmutter hat sich schon manches in ihr verändert. So zögert sie kaum, Ja zu sagen, dass sie im Grunde eine Riesenwut auf die anderen Kolleginnen habe. Bei diesem Zugeständnis richtet sich Frau Nagold auf. Sie atmet tiefer, ihre Stimme wird freier, und ihr Gesicht bekommt mehr Farbe.

„Können Sie sich vorstellen, dass die Kolleginnen diese unterdrückte Wut wahrnehmen – denn ganz verstecken lässt sich so etwas ja doch nicht – und darauf reagieren, indem sie nur das Nötigste mit Ihnen reden und Sie schneiden?“ Plötzlich erscheint ihr auch das nicht mehr so unwahrscheinlich.

Diese Erkenntnis ist ein Durchbruch zu einer neuen Perspektive. Sie zieht zum ersten Mal in Betracht, auch einen eigenen Anteil an der bislang verfahrenen Situation zu haben. Damit öffnen sich neue Türen, die Situation zu verändern. Aus dem „geborenen Opfer“ wird jemand, der das, was geschieht, beeinflussen kann. Sie entdeckt, dass sie selbst zu der Situation beigetragen hat, und überlegt sich, wie sie die Beziehungen mit ihren Kolleginnen verbessern kann.

Zuvor setzt sie sich noch einmal mit ihrer Urgroßmutter auseinander. Diese Schritte, die jemand mit einer solchen Verbindung gehen kann, folgen im nächsten Kapitel.

### **Lösung: Dazugehören und doch eigenständig sein**

Der Apfel fällt nicht weit vom Stamm. Und dieser Stamm reicht weit über die Eltern hinaus. Er reicht über mehrere Generationen, meist bis zu den Urgroßeltern. Manchmal geht die Zusammengehörigkeit auch weiter, wenn etwas Schlimmes geschehen ist und diese Personen noch erinnert werden.

Es ist nicht erforderlich, persönlich eine Person zu kennen. Die persönliche Bekanntschaft ist nur eine Möglichkeit der Verbindung, wo jemand einen anderen sehr in sein Herz schließt wie zum Beispiel Frau Troller ihren Großvater. Manchmal ist etwas Schlimmes geschehen und die Familie behandelt es als Geheimnis. Geheimnisse haben als Hintergrund schwere Schuld und Scham. Das kann von einem Verbrechen, zum Beispiel einem Mord, herrühren. Oder es hat etwas mit Sexualität zu tun, dass zum Beispiel ein Kind untergeschoben wurde. Jemand kann etwas übernehmen, ohne eine Ahnung zu haben, was es genau ist und von wem es kommt. Denn eine Familie ist ein Geflecht, das weit unter der Oberfläche miteinander verwoben ist. Dabei ist nicht jedes Kind mit der gleichen Person, zum Beispiel dem Großonkel oder der Großtante, in der Vergangenheit verbunden. Wie die besonderen Verbindungen entstehen, bleibt ein Rätsel.

Zuvor aber noch einmal kurz zu den Zweifeln, die bei mancher Leserin, manchem Leser aufkommen mögen. Sind diese Zusammenhänge nicht an den Haaren herbeigezogen? Indem man aus Zufälligkeiten Begründungen zusammenschustert?! Der Versuch irgendeiner plausibel klingenden Erklärung ohne wirkliche Substanz?

Wichtig ist wieder die Einschränkung: Nicht jeder, der beruflich Schwierigkeiten hat oder versagt, erlebt das aufgrund familiärer Einflüsse. Es geht nicht darum, für eigenes Versagen jetzt eine neue Entschuldigung zu finden, indem er versucht, die eigene Verantwortung auf die Vergangenheit und die Familie abzuschieben.

Aber manchmal wiederholt sich berufliches Versagen, und es ist von außen her gesehen unverständlich. Denn alle Voraussetzungen wie Talent, Motivation und der passende Rahmen waren gegeben. Von solchen Fällen handelt dieses und andere Kapitel in diesem Buch.

In einer solchen Situation ist es sinnvoll, den Blick weitergehen zu lassen, auch zurück in die Familie – und übertra-

schend oft erschließen sich hier neue Blickwinkel. Denn es tauchen Personen in der eigenen Familie auf, zu denen überraschende Ähnlichkeiten bestehen.

Manchmal braucht es dazu mehr Interesse als bisher für die Vergangenheit der Familie, aber die Entdeckungen warten oft unter der Oberfläche. So war es bei Frau Troller, die ihren beruflichen Erfolg immer wieder boykottierte, bei Herrn Zellberger, der von Arbeitsstelle zu Arbeitsstelle wanderte, und bei Frau Nagold, die sich als geborenes Opfer erlebte. Diese Beispiele sind der entscheidende Grund, warum ich von der Kraft dieser Verbindungen innerhalb der Familien überzeugt bin. Denn in meiner Arbeit erlebe ich, dass eine solche gefundene Verbindung tatsächlich der erste Schritt ist, dass sich grundsätzlich etwas im eigenen Lebensgefühl ändert.

Denn das, was jemandem am Unglück und der Erfolglosigkeit der Familie oder einzelner Mitglieder der Familie festhalten lässt, lässt sich lösen. Der Weg dahin geht über ein größeres Verständnis, und er erfordert neue innere Haltungen, sozusagen Reifeschritte. Diese Schritte haben sich bisher schon abgezeichnet. Hier sollen sie noch einmal zusammengefasst dargestellt werden.

Rein intellektuelles Verstehen genügt noch nicht. Es ändert nichts, weil die Gefühle davon nicht erreicht wurden.

### **Schritt 1: Die Person finden, mit der jemand verbunden ist**

Dazu ist es gut, das eigene Problem, die Schwierigkeiten und die Gefühle zu erfassen. Was ist es genau? Und welche Stimmung wird dadurch ausgelöst? Gibt es jemanden in der Familie, der vielleicht ähnlich gefühlt hat? Wer taucht auf, wenn ich mich nach innen wende und Familienmitglieder vor dem inneren Auge vorbeiziehen lasse?

Meiner Erfahrung nach ist ein Kind mit jedem anderen vor ihm in der Familie verbunden. Allerdings gibt es verschiedene Schichten, die von der Oberfläche bis in die Tiefe reichen. Die Kinder sind zunächst mit den Eltern verbunden, Söhne oft mehr mit dem Vater, Töchter mehr mit der Mutter. Das ist dann bei ihnen die oberste Schicht. Wenn die dann gesehen ist, taucht die Verbindung mit dem anderen Elternteil auf.

Diese Beziehungen sind nicht die einzigen, denn auch andere Familienmitglieder können Bedeutung haben. Je schlimmer das Schicksal von jemandem ist, desto häufiger wird er vertreten, insbesondere wenn jemand von der Familie ausgeschlossen oder vergessen wird.

Wer ist in der aktuellen Situation bedeutungsvoll? Woran lässt sich eine Verbundenheit erkennen? Es genügt, sich diese Person vorzustellen, die Augen zu sehen und etwas zu warten. Auch ein Satz wie „Mir geht es so wie dir“ oder „Ich mache es so wie du“ ist eine Art Test, der entweder zu einem „Nein“ oder zu einem „Ja“ führt. Überraschend oft ist es ein „Ja“, denn der eigene Instinkt führt wie von selbst zu den relevanten Personen.

→

## Schritt 2: Die eigene Liebe zu dieser Person spüren

Was geschieht in solchen Verbindungen überhaupt? Ist diese Loyalität eine Art Fluch, der eine heutige Generation an das Unglück vergangener Generationen kettet? Ein böses Schicksal, denen die Nachkommen hilflos ausgeliefert sind? Ein vergifteter Apfel also. So mag es auf den ersten, oberflächlichen Blick scheinen. Denn diese besondere Verbindung mit der Familie wirkt sich ja für die eigene Gegenwart unheilvoll aus.

Der Grund ist jedoch die Liebe eines Kindes, das mit offenem Herzen Vater und Mutter aufnimmt und das ein feines Gespür hat, wer oder was in der Familie noch fehlt. Ein Baby ist sensibel, ohne die Schutzmauern, die erst später aufgerichtet werden. Es ist dazu rückhaltlos bereit. Darüber legt sich später durch die Enttäuschungen, die nicht ausbleiben können, eine Schicht von Ablehnung. Das Kind verschließt sich ein Stück weit. Darunter ist aber nach wie vor das ursprüngliche Gefühl noch verborgen. Dieses liebevolle Gefühl geht nicht verloren. Es lebt weiter in dem coolen Jugendlichen, der gegen die Eltern rebelliert, und wohnt auch in jedem längst erwachsenen, abgebrühten Manager. Aber es ist versteckt und im Alltag nicht spürbar. Deshalb muss jemand aktuell nicht ein besonders inniges Gefühl zu der Person hegen, gegenüber der er loyal ist.

Was ist der Weg zur Lösung? Ein Satz von Bert Hellinger bringt es auf den Punkt: Was aus Liebe geschehen ist, kann sich auch nur in Liebe wieder auflösen.

Deswegen geht es darum, die Verbindung zu spüren. Wenn sich Herr Zellberger seinen Großonkel vorstellt und ihm treten Tränen in die Augen, dann spürt er das Band. Manchmal ist es nicht leicht, diese Zuneigung zuzulassen. Es gibt Schichten von Zorn, Enttäuschung, Abwehr dazwischen. Der Zorn grenzt jemanden ab und macht ihn groß und wichtig. Die Vorwürfe gegenüber der Familie verleihen dem, was jemand erlebt hat, besondere Bedeutung. Wer seine Liebe spürt, wird kleiner und weniger bedeutend. Aber gleichzeitig findet er in sich Ruhe und Geborgenheit.

## Schritt 3: Mit Achtung und Respekt sich lösen

Die Treue zur Familie kommt aus einer archaischen Liebe, bei der alles Bestreben danach geht, dazuzugehören. Wer den anderen gleich ist, sich gleich fühlt, sich gleich verhält, der gehört dazu. Diese Liebe ist unbewusst und hat eine enorme Kraft. Gleichzeitig gibt es die Gegenkraft, dass Kinder ein ebenso natürliches Bestreben haben, sich weiter- und von ihrer Familie fortzuentwickeln.

Wenn jemand dem Vorfahren, mit dem er verbunden ist, in die Augen schaut, entdeckt er ein Gegenüber, jemanden, der sein eigenes Leben und sein eigenes Schicksal hat. Fast von allein wächst jetzt Achtung in ihm für den anderen und für das, was der andere trägt. Man könnte es auch mit einem tiefen Respekt beschreiben. Eine Verneigung ist der beste Ausdruck der Achtung.

Nach einer solchen Verneigung ist etwas von der früheren blinden Verbindung durch Ähnlichkeit gelöst. Jemand kann ein Stück zurücktreten und den anderen mit seinem Schicksal allein lassen. Gleichzeitig ist er selbst ein Stück mehr allein als zuvor, freier, aber auch selbstverantwortlicher. Durch die Achtung bleibt er aber auf einer tieferen Ebene – als Mitmensch – mit den anderen seiner Familie liebevoll weiter verbunden.

**Dieser Text wird im neuen Buch von Bertold Ulsamer erscheinen, das im Frühjahr im Kösel Verlag herausgegeben wird.**



**Bertold Ulsamer, Dr. jur., Dipl.-Psych.,** leitet Aufstellungsfortbildungen in Deutschland und international. Autor von fünf Büchern zur Aufstellungsarbeit. Er verbindet heute Aufstellungen mit Traumarbeit und ist dabei, in dieser Arbeit gewonnene Erkenntnisse für Unternehmen und Coaching umzusetzen.