

Familienstellen – Ob es hilft? Wann es hilft? Wie es hilft?

Günter Schricker

Es irrt der Mensch, solange er strebt.

Johann Wolfgang von Goethe

Was macht jahrzehntelange Beschäftigung mit dieser Arbeit aus uns? Einen „alten Hasen“ oder ein „Urgestein“, wie man manchmal genannt wird? Gute therapeutische Arbeit erkennt man meines Erachtens daran, dass sich Staunen und Dankbarkeit vertiefen. Damit wird man weder „alt“ noch „steinern“, man bleibt jung, beweglich und fließend. Manchem Aufsteller mag dies etwas mager erscheinen. Wir lesen lieber Sätze wie diesen: „Die Methode der Familien- und Systemaufstellung hat sich zu einem der erfolgreichsten Beratungs- und Therapieprozesse unserer Zeit entwickelt – und das weltweit.“

Werbung, empirische Beweise für die Wirksamkeit, Erfolgsmeldungen, Auszeichnungen, Preise – heute denke ich anders darüber als früher. Vielleicht geht dieses Streben sogar am Geist der Aufstellungsarbeit, wie er sich mehr und mehr zeigt, vollkommen vorbei?

Alles ist neu

Niemand weiß, was bei einer Aufstellung herauskommt. Auch nach mehreren Jahren hüte ich mich vor jeder Hypothese, die ich auf der Grundlage von Erfahrungen anstellen könnte. Es wären immer Vergleiche mit dem, was wir kennen und zu wissen glauben. Damit würde die aktuelle Aufstellung unlebendig. Gedankliche Brillen aus der Vergangenheit behindern unsere Wahrnehmung von dem, was sich vor unseren Augen zeigt.

Aufstellungen wirken unmittelbar. Strahlende Augen, lebendiger Gesichtsausdruck, tiefe Entspannung und Ähnliches kann man sofort sehen. Manche Teilnehmer (immer weibliche und männliche) erleben auch später positive Veränderungen in ihrem Leben. Sollen wir diese auf unsere Arbeit mit Aufstellungen zurückführen? Wir könnten es offenlassen.

Wenn wir Vorstellungen, Ziele, Hoffnungen und Erwartungen aus unseren Erfolgen ableiten, könnten wir uns und die Wirksamkeit der Arbeit einschränken. Wie kann man sich ohne sie auf diese Arbeit vorbereiten oder einstimmen?

Ergebnisse

Wer klopft an?

Vor einiger Zeit kamen Eltern mit ihrem zwölfjährigen Sohn in meine Praxis. Die Mutter hatte vorher am Telefon mitgeteilt, dass ihr Sohn nach Auskunft der Ärzte nur noch zwei bis drei Monate leben wird. In seinem Gehirn wächst ein nicht operierbarer Tumor.

Wie bereitet man sich auf eine solche Sitzung vor? Man enthält sich aller Planungen, Vorstellungen, Wünsche oder möglichen Strategien. In der Sammlung tauchen Bilder auf wie zum Beispiel: Wer ist um den Jungen herum? Wen bringt er mit? Wen liebt er auf diese Weise? Die Bilder bleiben als Fragen stehen.

Als sie kommen, schaut der Junge ängstlich auf seine Eltern.

„Du machst dir Sorgen um deine Eltern“, sage ich zu ihm.

„Ja“, antwortet er leise.

„Weil bei dir jemand angeklopft hat.“ – „Ja“.

„Weißt du, wer da anklopft?“ – „Meine Krankheit, mein Tumor.“

„Hast Du Kopfschmerzen?“ – „Ja, immer schlimmer.“

„Weißt Du, wie es um dich steht?“ – „Die Ärzte in der Klinik sagten gestern, ich lebe nicht mehr lang.“

„Also, wer klopft da an bei dir?“

Schweigen. Dann schaut mich der Junge an und sagt: „Der Tod.“

„Hör ihm ein wenig zu, wie er klopft ... Vielleicht kannst du ihm in Gedanken antworten.“

Nach einigen Sekunden Schweigen sagt er: „Ich hör sein Klopfen.“

„Sag es ihm direkt.“ – „Ich hör dein Klopfen.“

Vater, Mutter und der Junge sitzen still auf ihren Stühlen und lauschen. Keiner bewegt sich. Als sie gehen, sagt der Junge zu seiner Mutter: „In meinem Kopf ist es ganz kühl geworden.“

Den Dialog habe ich damals nach meiner Erinnerung niedergeschrieben.

Heute bin ich am Haus dieser Familie vorbeigegangen.

Dürfen Therapeuten wissen wollen, wie es weitergegangen ist? Und wenn sie es erfahren, dürfen sie es weiter erzählen? Therapeuten dürfen vieles nicht. Aus Rücksicht auf Klienten, aus Rücksicht auf sich selbst und aus Respekt vor den größeren Kräften, die hier wirksam sind. Stille Freude und Dankbarkeit dürfen Therapeuten schon haben. Sogar grundlos.

Unten und klein

Wie groß oder klein war der Therapeut in der oben beschriebenen Sitzung? Ziemlich klein. Er konnte weder vergleichbare Erkenntnisse aus der Vergangenheit heranziehen noch sich, auch angesichts des Leids dieser Familie, um mögliche Ereignisse in der Zukunft sorgen. Er konnte nur da sein, wahrnehmen, wie es ist, ohne zu versuchen, irgendetwas zu beeinflussen oder zu verändern. Aus systemischen Ereignissen in der Familie ergaben sich keinerlei Anhaltspunkte. Es blieben nur noch die Gegenwart mit diesem Jungen und unser Dialog, der weit über uns beide hinausging.

Verstehen

Unsere Liebe nimmt zu und vertieft sich, wenn wir etwas neu verstehen. Dieses Verstehen kommt nicht aus Wissen oder Deutungen über den anderen. Verstehen in Aufstellungen ist das Erleben eines einzigen Augenblicks, in dem es gelingt, andere wirklich zu sehen und zu erkennen. An diesem Vorgang sind unsere Gedanken, Urteile, Interpretationen, Erinnerungen, vorgefassten Meinungen, Erfahrungen kaum beteiligt. Auch die aus früheren Zeiten abgespeicherten Bilder sind nicht dienlich für dieses Erleben. Zu jemand hinschauen und ohne Umwege zu sehen, wie es ist, gleichzeitig sich davon selbst berühren zu lassen und auch sich selbst zu erleben, wie man ist, stellt neue, lebendige Kontakte her. Ohne Begründungen oder Wertungen. Ein einziger Augenblick unmittelbaren Erlebens genügt, und die Welt hat sich verwandelt.

Wandlungen

Der Vater ruft an

Jutta, 26, stammt aus einer kurzen Beziehung ihrer Mutter mit einem verheirateten Mann, der in seiner Ehe blieb. Sie hat ihren Vater nur einmal kurz gesehen und kaum Erinnerungen an ihn.

In der Aufstellung stehen ihre Mutter und ihr Vater eng umschlungen nebeneinander und lassen sich durch nichts auseinanderbringen. „So ist es doch nicht in Wirklichkeit“, klagt Jutta, vor ihren Eltern stehend. „Du bist ein Kind aus einer tiefen Liebe, die man hier sieht“, ist der ganze Kommentar des Leiters. Jutta schaut lange Zeit auf ihre Eltern, die ihr die Hände hinhalten. Für einen Moment geht dieses Bild der glücklichen Eltern in sie hinein, und sie leuchtet ebenfalls auf. Langsam bewegt sie sich zu ihnen.

Am anderen Morgen berichtet sie: „Gestern um 16 Uhr, genau zum Zeitpunkt meiner Aufstellung, hat mein Vater auf meinen Anrufbeantworter gesprochen, dass er mich sehen möchte.“

Überraschungen

Mit Ergebnissen der Aufstellungsarbeit sollte man vorsichtig umgehen. Manches behält man bei sich. Wer Hoffnungen und Erwartungen weckt, schadet dem Heilungsprozess. Der Familienaufsteller heilt nicht. Wenn heilende oder lindernde Bewegungen in Gang kommen, ist er vielleicht als kleines Rädchen unter vielen beteiligt. So wie der berühmte Schmetterling, der mit seinem Flügelschlag der letzte Auslöser für einen Tornado sein kann. Vielleicht ist der Familienaufsteller noch weniger als dieser Schmetterlingsschlag. Er könnte bei allem Engagement auch vollkommen nutzlos sein. Für mich ist auch dies eine wunderbare Vorstellung: Der Aufsteller macht seine Arbeit, so gut er kann, und vertritt dabei auch Elemente wie Nutzlosigkeit, Nichtwissen oder Fehler. Besondere Erwartungen schaden nicht nur den Klienten, sondern auch den Therapeuten. Immer wieder begegnen mir Menschen, die sich selbst als Heiler bezeichnen und völlig erschöpft und ausgebrannt sind. Muss man denn wissen, wer oder was heilt? Es darf ein Geheimnis bleiben, vor dem wir alle einfach nur klein sind. Aufstellungsarbeit könnte eine gute Hilfestellung dazu sein, gegenüber Größeren und Unerklärbarem klein zu bleiben. Für Albert Einstein war die Begegnung mit dem Geheimnisvollen das schönste Erlebnis.

Aber dann passieren wieder, während ich diese Zeilen schreibe, solche Dinge, und die ganze Gruppe ist Zeuge:

Der Verlust eines Kindes

Ein Ehepaar beklagt den Tod ihres Sohnes, der vor zwei Jahren mit 13 Jahren ums Leben kam. In der Aufstellung fällt sein Stellvertreter zu Boden und rührt sich nicht mehr. Er scheint niemanden zu hören und reagiert nicht. Auf Nachfragen kommen mehrere totgeborene und ganz vergessene Kinder von beiden elterlichen Familien in die Aufstellung. Als die Eltern des toten Jungen sich diesen Familienmitgliedern zuwenden, lächelt er glücklich und sagt aufatmend: „Jetzt geht es mir gut.“

Am nächsten Tag erzählt die Mutter in der Gruppe: Wir haben gestern Abend unseren großen Sohn zu Hause angerufen. Gegen Mittag, also genau nach unserer Aufstellung, kam der Großvater, mit dem unser Sohn nicht gern Kontakt hat. Das Grab unseres kleinen Sohnes sei einen halben Meter tief eingesunken. Sohn und Großvater haben dann den ganzen Nachmittag das Grab wiederhergerichtet und sich erstaunlich gut verstanden.

Die ganze Gruppe schaudert es bei dem Bericht der bewegten Mutter.

„Es hat viel geregnet“, gebe ich zu bedenken (Anfang August 2010), „aber wenn der Tod eures Sohnes dazu beiträgt, dass neue Verbindungen unter toten und lebendigen Familienmitgliedern entstehen, dann können wir davon ausgehen, dass euer Sohn damit glücklich ist.“ Auch der Stellvertreter des Jungen vom Tag davor weint Freudentränen.

Praxis für die Gegenwart

Was brauchen wir, um in der heutigen Welt zu bestehen?
Was braucht die Welt von uns?

In Aufstellungen können wir universelle Prinzipien leibhaftig erfahren, online und nicht offline. Vernetztes oder das viel beschworene neue Denken vermitteln sich nicht im Frontalunterricht. Aufstellungsarbeit schwingt mit den Erfordernissen der Zeit. Wir können erleben, dass es im Kleinen genauso ist wie im Großen, in der Binnenbeziehung wie in den Völkerbeziehungen, in der Einstellung zu uns selbst wie in der Einstellung zur Welt. Überall erfahren wir, dass es Lebensprinzipien gibt, die nicht immer unserer Logik, aber eindeutig und klar den Ereignissen zum Beispiel von Scheitern und Erfolg entsprechen.

Manchmal, vielleicht immer öfter, geht es zum Beispiel durch unser Wollen und Planen nicht mehr voran. Wenn es uns gelingt, Tatsachen und Situationen so zu sehen

und anzuerkennen, wie sie sind, kommt geheimnisvolle Antwort oder Hilfe von außen auf uns zu. Wenn sie es will. Das eigentlich Faszinierende, Mystische, Religiöse bei der Aufstellungsarbeit ist das jedermann zugängliche Stellvertreterphänomen gegenüber Lebenden und Toten. Wir sind miteinander und mit Größerem, das über uns hinausgeht, mehr als wir ahnen, verbunden. Oft erleben wir uns von anderen Kräften geführt, durch die wir zu Ehrfurcht, ungeahnten Tiefen und manchmal vielleicht auch zu Lösungen gelangen.



Günter Schricker, Therapeut und Seminarleiter, Lehrtherapeut bei der DGfS und in der Hellinger-Sciencia.

www.praxis-schricker.de