

Aufstellen „nach“ Bert Hellinger – Ein persönlicher Kommentar aus der Enkelperspektive

Diana Drexler

Der folgende Artikel ist die überarbeitete Version eines Beitrags auf der Kindertagung in Heidelberg im November 2013. Auf zwei Podiumsdiskussionen sollte es um den Beitrag Bert Hellingers zur Psychotherapie gehen. Im ersten Teil diskutierten Helm Stierlin, Marianne Krüll, Bernhard Trenkle und Gunthard Weber, der vorliegende Beitrag stammt aus der Podiumsdiskussion mit Gunthard Weber, Gunther Schmidt, Jakob und Sieglinde Schneider und Diana Drexler. Die Fragen an die Beitragenden sollten sein: „Hat Hellinger etwas zur Psychotherapie beigetragen, das von Bestand sein wird?“ „Was ist eigentlich originär von ihm und was hat er übernommen?“

Die Situation auf der Kindertagung wird hier noch einmal aufgegriffen, denn einige Aspekte scheinen exemplarisch dafür, wie die Arbeit Aufstellender von Fachkollegen anderer Disziplinen rezipiert wird. Es handelt sich um persönliche Gedanken sozusagen aus der Enkelperspektive, und ich werde, zwangsläufig verallgemeinernd, im Sprachduktus von „Kindern, Enkeln und Großeltern“ bleiben. Auch die direkte Anrede aus dem Vortrag wird im Artikel bewusst beibehalten; vielleicht fühlen Sie sich als Leser/Leserin an der einen oder anderen Stelle angesprochen.

Vielen Dank für die Einladung, wenngleich ich mich über die Ausschreibung zu dieser Podiumsdiskussion ziemlich gewundert habe. Hier hatte Bernhard Trenkle unter anderem geschrieben, dass er „die Bert-Hellinger-Diskussion“ einbeziehen wolle, weil Schwerpunkt der Tagung die Mehrgenerationenperspektive sei. Zuletzt sei diese Diskussion im großen Stil 1995 bei der MEG-Tagung in München geführt worden.

Bisher gab es auf den Kindertagungen noch nie einen Workshop zur Aufstellungsarbeit, nun einen ganzen Tag Podium zu Bert Hellinger. Warum sollte es hier – nach 18 Jahren – ausschließlich um ihn gehen, warum nicht zumindest auch um die Weiterentwicklungen der Aufstellungsarbeit? Was könnte ich zur Diskussion über Bert Hellinger beitragen, die ich – aus der Mehrgenerationenperspektive gesprochen – gewissermaßen der Enkelgeneration angehöre?

Dass die Diskussion über Bert Hellinger im großen Stil zum letzten Mal 1995 geführt worden sei, klammert fast 20 Jahre intensiver Auseinandersetzungen, eine Fülle von Weiterentwicklungen für unterschiedliche Themenbereiche und entsprechende Veröffentlichungen leider aus. Der Aufstellungsansatz lässt sich längst nicht mehr auf „das Aufstellungskonzept nach Hellinger“ reduzieren – wie es in der Tagungsausschreibung

steht, es sei denn, „nach Hellinger“ ist im zeitlichen Sinn gemeint. Nach verschiedenen Vorläufern wurde schon 2004 der Mitgliederverein Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen (DGfS) gegründet, seit 2007 gibt es eine internationale Gesellschaft für Systemaufstellungen (International Systemic Constellation Association, ISCA).

Ausgeklammert wird auch, dass „klassische“ Aufstellungselemente eine starke Verbreitung im Praxisalltag von BeraterInnen und TherapeutInnen unterschiedlicher Schulorientierungen erfahren und in jeweils eigenständiger Prägung in die Ausbildungsformate anerkannter Therapie- und Beratungsrichtungen aufgenommen werden. Zahlreiche Hinweise über ihre hilfreiche Wirkung werden in jüngerer Zeit durch wissenschaftliche Studien bestätigt, und viele Aspekte der spezifischen Vorgehensweisen sind inzwischen empirisch fundiert: von Ergebnissen der Bindungsforschung, der Neurobiologie und zahlreichen Befunden zur Mehrgenerationenperspektive. Eine groß angelegte RCT-Studie in Heidelberg bestätigt sogar eine therapeutische Wirksamkeit, obwohl die Daten in Dreitagesseminaren erhoben wurden.

Um dies alles aber, die letzten 20 Jahre Erfahrungen vieler psychotherapeutisch und beraterisch arbeitender Profis mit dem Ansatz und seinen Entwicklungen soll es auf zwei Podien dieser Tagung ja nicht gehen, sondern ausschließlich um den „Großvater“, um seine Person, seine Leistungen und Untaten, was von ihm bleibt und was vergessen werden soll. Diese Gleichsetzung von Personen und den Potenzialen einer Methode „verfolgt“ mich auch in anderen fachlichen Kontexten – immer wieder steht am Anfang einer Diskussion um die Aufstellungsarbeit die Frage, ob ich mich von Bert Hellinger distanzieren – und das erschwert jeden sachlichen und ehrlich gemeinten Austausch. Ich pflege diese Frage übrigens zu verneinen und kann es mir hier als Enkelin leicht damit machen: Wie soll ich mich von jemand distanzieren, dem ich nie nahegestanden habe?

Der Blick auf Bert Hellinger aus der Enkelperspektive ist gelassen, eine Würdigung der Gründerperson eines Ansatzes, der heute einen Großteil meiner professionellen Beschäftigung ausmacht, fällt mir leicht. Die eingangs gestellte Frage ist aus dieser Position schnell beantwortet: Ich bin überzeugt, dass es einen bleibenden Beitrag Hellingers zur Psychotherapie geben wird – als umstrittener Gründervater eines Ansatzes, der inzwischen in fast allen Therapie- und Beratungsmethoden Eingang gefunden hat und der gleichzeitig darauf angewiesen ist (wie alle innovativen Methoden), von den nachfolgenden Generationen weiterentwickelt und an die Erfordernisse angepasst zu werden.

Schwer ist, dass bei diesen Diskussionen meistens – auch hier, auf zwei Podien – die nachkommenden Generationen ausgeblendet werden: wie sie das Gelernte sehen, was sie damit machen, welches geschichtliche Verständnis sie von dieser Arbeit haben. Diese Rückgewandtheit und Selbstbezogenheit unserer (therapeutischen) Eltern ist für uns SchülerInnen an vielen Stellen nicht nachvollziehbar und enttäuschend. Von meiner Elterngeneration haben in 20 Jahren bisher zwei Kolleginnen inhaltliches Interesse an meiner Arbeit gezeigt und den Austausch gesucht.

Diese transgenerational übergreifende Enttäuschung der Kinder über ihre Elterngeneration (und umgekehrt) kennen wir aus Familien auch, und auch bei Nachfolgefragen in psychotherapeutischen Ausbildungsinstituten spielen sich ähnliche Konflikte mit der Elterngeneration ab wie in Familien und Familienunternehmen.

Im Folgenden möchte ich am Beispiel persönlicher Erfahrungen dazu einladen, die Mehrgenerationenperspektive in die Diskussion um Bert Hellinger einzubeziehen.

- Wo beginnt die erste (großelterliche) Generation? Die Festlegung geschieht an dieser Stelle willkürlich bei einer charismatischen Gründerfigur, wie wir in der Psychotherapiegeschichte inzwischen viele kennen.
- Meine psychotherapeutische Elterngeneration hat in einer Phase gelernt, in der sich im Deutschland der 68er, aber auch sonst in der Welt alles wandelte. Es muss eine unglaubliche Aufbruchstimmung gewesen sein – es ging um die Abrechnung mit dem „Muff in den Talaren“, sexuelle Revolution, Experimentieren mit Stoffen, Methoden, Lebensformen – und um neue Therapieansätze. Diese Zeit brachte wohl auch heftige Selbstfindungskrisen mit sich in einer vaterlosen Gesellschaft, wie das Ehepaar Mitscherlich sie genannt hatte. Ich glaubte, aus euren leidenschaftlichen Erzählungen über eure verehrten Lehrer und spirituellen Meister auch eure Sehnsüchte nach idealisierten und charismatischen Elternfiguren herauszuhören.
- Gleichwohl wurdet auch ihr älter, habt euch etabliert, seid selbst Pioniere geworden und habt Schulen gegründet – und wurdet quasi selber Eltern.
- Ich selbst wurde nach meiner Verhaltenstherapieausbildung leidenschaftliche Systemikerin, ich hing an euren Lippen. Systemische Ansätze mit ihrer ressourcen- und kompetenzfokussierenden Perspektive waren eine Offenbarung gegenüber allem, was in den frühen 80er-Jahren an der Universität zu lernen war und sich primär auf Defizite und Symptome ausrichtete. Die hypnosystemische Ausbildung bei Gunther Schmidt und Bernhard Trenkle habe ich gar zweimal gemacht, weil ich nie genug verstanden hatte und natürlich auch, weil ich euch verehrt habe und heftig idealisierte – und ihr euch dagegen auch nicht allzu sehr gewehrt habt.
- Mit der eigenen therapeutischen Arbeit kam natürlich auch die Ernüchterung gegenüber dem lösungsorientierten „everything goes“ meiner systemischen Elterngeneration, aber eine schwerwiegende Irritation trat dann anlässlich der Kontroverse um Bert Hellinger ein. Hier hörte der allseits propagierte Spaß plötzlich auf. Selbst noch in den therapeutischen Kinderschuhen verstand ich eure Aufregung über die Aufstellungsarbeit nicht, fand sie geradezu absurd – hatte ich doch gelernt, dass gerade konstruktivistische Systemiker Fragen um den rechten Glauben und die wahre Lehre ablehnten. Nun galt es, sich womöglich den Begriff „systemisch“ schützen zu lassen – und Gunthard Weber, selbst Mitbegründer der Systemischen Gesellschaft (SG) wurde mit seinem Institut wegen der Aufstellungsarbeit anfangs nicht und erst nach zum Teil diskreditierenden Debatten in die Systemische Gesellschaft aufgenommen. Was war nur damals in euch gefahren?

Jedenfalls erkannte ich meine tollen systemischen Eltern plötzlich nicht wieder. Es kursierten Geschichten, dass ihr euch vom alten Herrn ganz persönlich schlecht behandelt gefühlt habt, dass er euren Einsatz und euer Interesse nicht zu schätzen wusste, dass ihr in altväterlicher, kränkender Manier abgefertigt worden seid. Ich war zu jung, um dies einzuschätzen, und ihr selbst habt über die persönlichen Aspekte der Auseinandersetzung nicht gesprochen. Heute weiß ich, dass gescheiterte Generationenwechsel (sei es in Familienunternehmen oder in Ausbildungsinstituten) eher selten in Sachthemen als vielmehr in ungeklärten emotionalen Konflikten begründet liegen.

Die Beziehung der Enkel zu ihren Großeltern ist erfahrungsgemäß viel weniger konflikt- und spannungsgeladen, als die von Kindern zu ihren Eltern – sei es, dass Enkel zu diesen weniger Kontakt haben und/oder weil die Großeltern zu den Enkeln oft netter sind als zu ihren Kindern.

Ein junger Kollege nannte Bert Hellinger einmal einen der „letzten großen Rock ‘n’ Roller“. Es gefiel ihm, wie er die Szene ungerührt aufgemischt und provoziert hat („Große Stille und Höllenlärm“, titelte die taz über Lou Reed im November 2013). Wir fanden manches „unheimlich“ gut und anderes völlig inakzeptabel. Imponiert hat uns unter anderem natürlich auch, wie Bert Hellinger sich furchtlos auf der Bühne exponiert und die Kritik geradezu auf sich gezogen hat.

- Im Nachhinein denke ich, ich hatte die „Gnade der späten Geburt“ bzgl. dieser Arbeit und war deshalb nicht „so nah dran“ wie die Töchter und vor allem die Söhne, die sich zum Teil bis heute an diesem (Über-)Vater abarbeiten. Außerdem wart ihr Systemiker damals schon mittendrin in der eigenen Etablierung und in der schmerzlichen Erfahrung, aus dem Abrechnungskanon der Krankenkassen ausgeschlossen worden zu sein (der Kampf um wissenschaftliche Anerkennung der systemischen Therapie ging bis 2008). Da wird es nachvollziehbar, dass ihr nicht mit Bert Hellinger identifiziert werden wolltet und dass es in diesen Jahren mit der eigentlich theorieimmanenten Vielfalt systemischer Ableger nicht weit her war. Vielmehr galt es, Abweichler einzudämmen und eine klare Linie zu finden ...
- Damals jedoch ging es mir wie Kindern in zerstrittenen Familien oft: Ich folgte erst einmal dem, dem ich persönlich sehr viel zu verdanken hatte und der aus meiner Sicht von seinen systemisch-konstruktivistischen Geschwistern schlecht behandelt wurde. Gunthard Webers Entscheidung imponiert mir bis heute: dass er ein neues Institut gründete, in dem er (die damals für die Familientherapie zum Teil revolutionären) Vorgehensweisen der Aufstellungsarbeit mit systemisch-konstruktivistischen Methoden und Prinzipien verbinden wollte. Doch auch die Loyalität zu den anderen Teilen der Familie blieb, und letztlich bin ich in beiden Systemen nicht sesshaft, sondern eine Schulentreunerin geworden.
- Die Ablösung der „Aufstellerfamilie“ von Bert Hellinger erfolgte langsamer und stiller, auch respektvoller. Die zunehmende fachliche Anerkennung von außen ging mit einer langsam wachsenden Bereitschaft zum interdisziplinären Diskurs und mit einer Öffnung gegenüber fachlich angemessener Kritik einher.

Hier sind wir wieder bei dem übergreifenden Thema der Mehrgenerationenperspektive gelandet und deren Basisannahme, dass sich über Generationen immer wieder dieselben Konflikte abspielen, also so etwas wie ein „intrafamiliärer Wiederholungszwang“ besteht. Der Tenor der Nachfolgenden ist immer wieder ähnlich: Die „Großen“ interessieren sich letztlich nicht wirklich für die Anstrengungen ihrer Kinder: Sie arbeiten zu viel, haben längst keine Fragen mehr (zumindest teilen sie sie nicht), und wo die Kinder sogar in ihre Fußstapfen treten, werden sie als Konkurrenz erlebt. Wir alle kennen Beispiele von Lehrinstituten, wo die generationalen Übergänge für beide Seiten von schmerzlichen Ablöseprozessen begleitet sind, die manchmal auch nicht gelingen und dann mit endgültigen Trennungen enden.

Die gute Nachricht ist: Der Wiederholungszwang kann gemindert werden, wenn man mit allen Beteiligten offen darüber spricht, ihn gemeinsam bearbeitet, wenn die Nachfolgenden von den offenen Rechnungen und (un-)betrauten Verlusten erfahren und sie besser verstehen.

Dabei geht es nicht um eine Rückdelegation der Konflikte an frühere Generationen, sondern vielmehr um den Versuch einer Versöhnung – auch nicht gemeint als künstliche Harmonisierung, sondern als Verstehen der historischen und biografischen Zeitströmungen und das eigene darin Verflochtensein (Stierlin 1975). Eine solche Aufarbeitung – dieses Gefühl beschleicht mich immer wieder mal – fand in Sachen Hellinger nicht statt, und bis heute scheint eine Trennung von Werk und Person nur schwer möglich.

Die meisten von Ihnen kennen die Arbeit mit Sätzen aus der Aufstellungsarbeit, und mit solchen Sätzen möchte ich hier schließen:

Lieber Großvater, natürlich bist du wichtig für mich, und zu deinem Geburtstag gratuliere ich dir herzlich. Als Begründer der Familienaufstellungen hast du PsychotherapeutInnen und BeraterInnen verschiedener Schulen neue Türen geöffnet mit einem Ansatz, der mehr als nur eine Form der Psychotherapie ist. Du hast den Bindungsbegriff erweitert, hast unseren Blick auf Gesetzmäßigkeiten des Zusammenlebens und auf Beziehungen zwischen Systemen und Kulturen gelenkt.

Bitte schau freundlich, wenn ich ziemlich vieles anders mache als du und wenn ich kein Podium über dich veranstalte.

Liebe systemische Väter, auch von euch habe ich viel bekommen – und ich habe mir auch vieles selbst und neu erarbeitet. Ich habe euch geliebt und lange mit euch gekämpft und war viel damit beschäftigt, mich von euch abzugrenzen. Heute weiß ich, dass dies auch Wehen der Abnabelung waren. Das Kämpfen ist jetzt vorbei, und ich nehme mir vor, Widerspruch seltener mit Rebellion zu verwechseln.

Was ihr mit dem Großvater habt, lasse ich bei euch, Ihr müsst es tragen – interessiert hätte es mich allerdings schon.

Schaut freundlich, wenn ich mich jetzt mehr den Frauen und meiner weiblichen Professionalität zuwende. Da ist für mich inzwischen ein guter Platz.

Liebe Vertreterinnen der vierten und fünften Generation, euch danke ich für euer Interesse und die neuen Ideen, die ihr einbringt, und ich bitte euch auch: Stellt uns und eure Großeltern nicht auf zu hohe Sockel. Leute mit Denkmälern haben es schwer, und ihre Kinder auch. Entwickelt euren Stil, beteiligt euch an der Diskussion und fordert sie ein, gestaltet frühzeitig eine Kultur des Austauschs, die ein nach wie vor „junger“ Ansatz wie die Aufstellungsarbeit so sehr braucht. Erinnerung mich daran, dass ich den Austausch mit euch eigentlich möchte, auch wenn ich mich zum Beispiel aus Zeitgründen davor drücke.

Schaut freundlich auf unsere vermeintliche Unabhängigkeit und rechnet damit, dass wir euch einmal brauchen werden, auch wenn wir es vielleicht nicht zeigen.

So plädiere ich für einen Dialog zwischen den Generationen im Sinne einer Mehrgenerationenfamilientherapie. Sie könnte eine entscheidende Hilfe wider den Wiederholungszwang sein – vielleicht auf einer der nächsten Tagungen?



Dr. Diana Drexler
dianadrexler.de