

Hier nun die Texte von Bert Hellinger:

Wenn Bekannte sich von Familien erzählen, in denen der Mann und die Frau sich trennen wollen, oder wenn ein Kind plötzlich verhaltensauffällig wird, dann sagt der eine dem anderen oft: „Vielleicht sollten Sie mal ihre Familie aufstellen.“ Oder sie fragen sich auch gegenseitig halb im Scherz und halb im Ernst: „Hast auch du schon mal deine Familie aufgestellt?“ In Deutschland und in vielen anderen Ländern ist das Familien-Stellen in kurzer Zeit so bekannt und zum Allgemeingut geworden, dass solche Fragen häufig sind.

Was geschieht nun beim Familien-Stellen? Und was bewirkt es?
Ich bringe ein Beispiel.

Liebes Kind

- therapeutin* Es geht um einen kleinen Jungen. Ihm droht der Schulausschluss, weil er hyperaktiv ist. Das größte Problem ist, dass er wegläuft und die Lehrerin hinter ihm her rennt und die anderen Kinder unbeaufsichtigt lässt.
- hellinger* Wie alt ist er?
- therapeutin* Sieben oder acht Jahre. Er hat jetzt ...
- hellinger* Nein. Ich freu mich schon an dem Jungen. Ich bin schon dabei, mich an ihm zu freuen. (Beide lachen) Wo läuft seine Seele hin ?
- therapeutin* Ich nehme an, zur Mutter. Sie hat einen Gehirntumor.
- hellinger* Die Mutter hat einen Gehirntumor? Was sind ihre Überlebenschancen?
- therapeutin* Sie wurde bestrahlt, doch der Tumor wächst weiter. Im Moment bekommt sie Chemotherapie.
- hellinger* Nach deinem Gefühl: Wie lange kann sie noch leben?
- therapeutin* Ich weiß es wirklich nicht.
- hellinger* Ein Jahr oder noch länger? Oder weniger?
- therapeutin* Alle hoffen, dass sie überlebt.
- hellinger* Nun gut. Ich habe mal einen kleinen Aphorismus geschrieben: Ohne Hoffnung hat man alles. Der Junge zeigt, dass nichts zu machen ist. Was ist mit seinem Vater?
- therapeutin* Der ist sehr bemüht. Er bringt alles in Gang und hofft, dem Kind zu helfen, weil sie es für drei Wochen in die psychiatrische Klinik stecken wollen.
- hellinger* In die psychiatrische Klinik? Gott!
- therapeutin* Der Vater hat schon einen Zivildienstleistenden, der jetzt beim Sportunterricht dabei ist.
- hellinger* Die Lösung ist: Man stellt das Kind frei, dass es bei der Mutter sein kann. Das hat sofort Sinn gemacht für dich. Du bist ganz berührt. Okay, du machst es jetzt richtig.

Bevor ich nun mit Geschichten für Kinder weiter fahre, will ich näher beschreiben, was durch das Familien-Stellen in kurzer Zeit ans Licht kommt und welche Folgen frühere Ereignisse in der Familie auf die anderen Mitglieder haben können:

1. Unsere Gefühle und Verhaltensweisen werden oft durch Ereignisse in unserer Familie beeinflusst. Wir sind dann in die Schicksale anderer Familienmitglieder verstrickt, ohne dass es uns bewusst wird und ohne dass wir uns dagegen wehren können.
2. Die Familie als Ganzes wird von einer Kraft gesteuert, die alle ihre Mitglieder erfasst und in ihren Dienst nimmt, um bestimmte Ordnungen zu schützen und durchzusetzen.
3. Die wichtigste Ordnung, die diese Kraft schützt, verlangt, dass kein Mitglied der Familie ausgeschlossen werden darf. Wo es dennoch geschieht, zum Beispiel dadurch, dass es vergessen wird oder dass man sich nicht mehr an es erinnern will, weil dies mit Trauer und Schmerzen verbunden ist, hat das weit reichende Wirkungen.

Die nachfolgenden Geschichten können eine kindgemäße Problemlösung herbeiführen:

Der Wasserhahn tropft

Eltern haben manchmal Probleme, weil ihre schon größeren Kinder Bettnässer sind. Solchen Kindern kann man Geschichten erzählen, in die man kleine Szenen einflieht. Zum Beispiel wird ein Wasserhahn zuge dreht, oder eine Dachrinne wird repariert.

Rotkäppchen, zum Beispiel, kommt zur Großmutter, will gerade zur Tür hinein und merkt, dass die Dachrinne tropft. Da sagt es sich: „Das bringe ich zuerst in Ordnung.“ Es geht in den Schuppen, holt etwas Pech, nimmt eine Leiter, klettert hoch, macht die Dachrinne dicht, damit der Eingang nicht nass wird, und dann geht es hinein zur Großmutter.

Oder zu *Schneewittchen* bei den sieben Zwergen kommt morgens ein Zwerg und beklagt sich, dass es über ihm durch das Dach hereingeregnet hat und er am Morgen klatschnass im Bett lag. Schneewittchen sagt: „Ich werde das sofort in Ordnung bringen.“ Als die Zwerge bei der Arbeit sind, klettert es auf das Dach, sieht, dass nur ein Ziegel etwas verschoben ist, und rückt ihn wieder zurecht. Als der Zwerg am Abend heimkam, war er so müde, dass er vergaß, nach dem Dach zu fragen. Am Morgen vergaß er es auch, denn es war alles in Ordnung. Ein Vater, dessen kleine Tochter Bettnässerin war, hat ihr am Abend solche Märchen erzählt, und sie haben sofort gewirkt. Am Morgen war ihr Bett trocken. Aber er hat dabei auch noch etwas anderes erlebt, das merkwürdig war.

Früher, wenn er der kleinen Tochter am Abend Märchen erzählte, hat sie immer genau aufgepasst, dass er sie auf die gleiche Weise erzählte, ohne etwas hinzuzufügen oder wegzulassen. Doch bei diesen Abweichungen hat sie nicht protestiert, sondern es ganz selbstverständlich hingenommen. Daran sieht man, dass sich die wissende Seele des Kindes mit dem Erzähler verbündet. Die Seele will die Lösung, ohne dass es ihr offen gesagt wird, so dass das Kind aus Einsicht und Ermutigung etwas Neues tun kann.

Natürlich hat das Kind wahrgenommen, was der Vater gesagt hat, sonst hätte es ja keine Wirkung gehabt. Aber weil der Vater das Problem nicht beim Namen genannt hat, hat er die Scham des Kindes respektiert. Das Kind hat sich geachtet gefühlt, dass er so behutsam mit ihm umgegangen ist, und dann konnte es reagieren.

Das Kind weiß ja, dass es ins Bett macht. Das braucht ich ihm nicht zu erzählen. Und dass es nicht ins Bett machen soll, weiß es auch. Auch das brauche ich ihm nicht zu erzählen. Wenn ich ihm einen Rat gebe oder es auf sein Problem stoße, fühlt es sich unterlegen. Wenn es dem Rat folgt, haben die Eltern an Selbstgefühl gewonnen, und das Kind hat an Selbstgefühl verloren. Es schützt sich gegen den Verlust des Selbstgefühls, indem es den Rat ablehnt. Gerade weil ich ihm einen Rat gegeben habe, muss es etwas anderes machen, damit es seine Würde bewahrt. Die Würde ist für jeden Menschen das Höchste, auch für ein Kind. Nur wenn das Kind im Rat eine tiefe Liebe spürt, kann es ihm gerne folgen.

Kindern mit Geschichten helfen

Oft ist es so, dass Kinder innerlich wissen, was sie brauchen. Sie wollen es aber nicht gesagt bekommen, sondern es soll aus einer inneren Einsicht kommen. Dann erzählt man dem Kind bestimmte Geschichten, die ihm helfen, über eine Schwierigkeit hinwegzukommen. Man erzählt die Geschichten so, dass man sich mit dieser guten Einsicht des Kindes verbündet, liebevoll verbündet, wie mit einem Vertrauten.

Noch etwas ist zu beachten. Das Unbewusste kennt keine Verneinung. Wenn zum Beispiel Eltern dem Kind sagen: „Pass auf, dass du nicht hingefällst“, hört die Seele: „Pass auf, dass du hingefällst.“ Das Nicht wird in der Seele nicht gehört. Daher ist es hilfreich, solche Sätze positiv, also ohne ein „nicht“ zu formulieren. Zum Beispiel: „Pass gut auf dich auf.“ „Komm gut zur Schule.“ „Gehe sorgfältig mit dem Messer um.“ Daher ist es wichtig, die Sätze, die ein Kind in einer Geschichte sagt, positiv zu formulieren.

Geschichte für ein Waisenkind

Zu einem meiner Kurse in Moskau kam der Leiter eines Waisenhauses und brachte einen zwölfjährigen Jungen mit, Der Junge hat sich neben mich gesetzt und ich habe ihm eine Geschichte erzählt:

Ich war mal bei den Negern in Südafrika, viele Jahre. Eines Tages bin ich zu einem Häuptling gekommen und wir haben uns unterhalten. Dann hat er mir seine Frauen vorgestellt. Er hatte vier Frauen und mit ihnen viele Kinder. Dann hat er mir von seinen Kindern erzählt, denn ein Junge hat ihm Sorgen gemacht. Er sagte: „Ich weiß nicht, was mit ihm los ist. Er ist manchmal so traurig.“

Aber eines Tages hat der Junge einen Freund gefunden. Sie sind wandern gegangen und fanden noch einen anderen Jungen. Der war ein bisschen größer als sie. Sie haben einander gesagt: „Jetzt schau n wir uns einmal die Welt an.“ Aber der eine Junge sagte: „Nein, da ist noch etwas ganz Wichtiges, was ich zuerst machen muss.“ Denn er hatte jemanden verloren, jemanden, der ihm sehr lieb war. Er sagte: „Ich muss erst an das Grab gehen.“ Dann sind sie an das Grab gegangen, aber der eine sagte: „Wartet noch ein bisschen. Erst muss ich einige Blumen pflücken.“ Er hat Blumen gepflückt und dann ging er zu den anderen an das Grab.

Da wurde er traurig. Er hat die Augen zugemacht und hat an diese liebe Person gedacht. Dann hat er sich hingesezt. Auf einmal spürte er, dass diese Person da war. Er hat sie richtig gespürt, als ob jemand den Arm um ihn legt und sagt: „Ich bin immer bei dir.“ Da wurde er glücklich.

Dann sind sie weitergegangen. Der eine Junge hat sich umgeschaut, und alles war viel schöner als vorher. Die Blumen waren schöner. Wenn die Vögel zwitscherten, dachte er: „So schön habe ich sie noch nie singen hören.“ Dann sind sie an einem Apfelbaum vorbeigekommen. Er hat einen Apfel gepflückt und hat rein gebissen. So gut hat ihm noch nie ein Apfel geschmeckt. Und so sind sie zusammen weitergegangen.

Am Abend kamen sie zurück zu dem Häuptling. Der fragte seinen Sohn: „Was hast du denn gemacht? Du bist ja ganz verändert?“ Der Junge sagte: „Ja, das bin ich. Ich habe nämlich einen Schatz gefunden. Der ist jetzt immer bei mir.“

Dem Helfer habe ich gesagt: „Ist das nicht eine schöne Aufgabe, Waisenkindern zu helfen, so wie du das tust? Es ist auch eine schwere Aufgabe, scheinbar schwer. Aber man kann über diese Kinder die Sonne scheinen lassen, genau so wie sie sind, und über ihre Eltern, wie immer sie waren. In dem Augenblick fühlen sich die Kinder als Mitglieder ihrer Familie. Das ist das Wichtigste für jedes Kind, dass es weiß: Das ist mein Vater, das ist meine Mutter. Ich gehöre ihnen, und sie gehören mir, selbst wenn sie schon tot sind oder sonst etwas passiert ist. Dann fühlen sich die Kinder in so einem Heim zuhause und man kann ganz leicht mit ihnen umgehen.“

Wenn man einem Kind zu sehr hilft, wird es böse. Man hilft mit Abstand. Vor allem hilft man in Stellvertretung der Eltern. Dabei ist es wichtig, dass man sich unter die Eltern stellt. Wenn man sich über sie stellt, als sei man der bessere Vater oder die bessere Mutter, wird das Kind böse.

Erzieher helfen Heimkinder am ehesten, wenn sie im Einklang mit ihren Eltern bleiben. Das beinhaltet auch, dass sie zustimmen, dass die ihnen anvertrauten Kinder so werden dürfen wie ihre Eltern. Das ist ganz wichtig, denn die Kinder wollen wie ihre Eltern werden.

Wenn man einem Kind sagt: „Werde nur nicht wie dein Vater“, dann wird das Kind aus Treue zu seinem Vater genau so wie er. Das ist die Wirkung von solchen Warnungen in der Seele. Wenn das Kind aber so werden darf wie sein Vater und es sagt ihm in seiner Seele: „Ich will so werden wie du“, dann schaut der Vater das Kind liebevoll an und sagt ihm vielleicht: „Du darfst es auch ein bisschen anders machen als ich.“ Gerade durch die Zustimmung wird das Kind frei, sich außerhalb des Bannkreises seiner Eltern zu entwickeln. Durch diese Zustimmung bleibt der Erzieher mit den Eltern des Kindes auf der gleichen Ebene.

Jedes Kind liebt seine Eltern, wie immer diese Eltern sind. Wenn der, der diesen Kindern helfen will, in ihnen ihre Eltern achtet und liebt, fühlen sich die Kinder sicher. Und sie lieben den Helfer oder die Helferin, weil diese innerlich in Verbindung mit ihren Eltern sind und weil sie, wenn sie wollen, auch jederzeit zu ihren Eltern gehen können.