

Der Ansatz von Bert Hellinger – Rückfall oder Vorfall?

Nachdem wir von Psychologie-Studenten und Ausbildungskandidaten immer häufiger mit der Frage konfrontiert waren "arbeiten Sie auch wie Bert Hellinger" nahmen wir nun die Gelegenheit wahr, Bert Hellingers Arbeit live bei einem Workshop auf dem Münchner Kongress für Hypnose und Psychotherapie 1995 zu beobachten.

Als systemische Therapeuten haben wir uns schon nach der theoretischen Auseinandersetzung mit Bert Hellinger gefragt, was den bekannten Heidelberger Psychiater Gunthard Weber nun veranlasst haben kann, Bert Hellingers Vorgehensweise als systemisch zu etikettieren und im entsprechenden Verlag zu publizieren. Dies alleine wäre nur ein bedauerlicher Vorfall – hätte er nicht diese Breitenwirkung.

Vor einem Publikum von mehreren hundert Leuten in der großen Aula der Uni München führt Gunthard Weber Bert Hellinger folgendermaßen ein: es handele sich um eine systemische Therapie mit Familien, einen innovativen und kreativen Ansatz, dem er viel Erfolg wünsche.

Geradezu grotesk wird es, hat man sich mit den komplexen Theorien von Humberto Maturana, Gregory Bateson, Niklas Luhmann, Heinz von Foerster usw. befasst, nun zu erfahren, dass die Vorgehensweise von Bert Hellinger auf CD-Rom gespeichert, nach Stichworten und Symptomkategorien geordnet ist, um dem Einzelnen einen raschen Zugriff auf ein jeweiliges Vorgehen bei bestimmten Symptomen zu ermöglichen, ohne ein ganzes Buch lesen zu müssen (siehe hierzu: Paul Watzlawick (Stichwort: Patentlösungen) und Viktor Frankl (Stichwort: Reduktionismus)).

Schon Wilhelm Rothaus, Fritz B. Simon und Arnold Retzer, um nur einige zu nennen, haben deutlich gemacht, dass Bert Hellingers Ansatz mit systemischer Theorie und Praxis nichts gemein hat. Es handelt sich auch im eigentlichen Sinne nicht um Familientherapie, sieht man Bert Hellingers Arbeit mit "als-ob-Familien" auf der Bühne. Auf Nachfragen aus dem Publikum erfahren wir von Bert Hellinger, die Arbeit mit wirklichen Familien sei nicht so effektiv und mit mehr Widerstand behaftet, und er selber verstehe sich als Gruppentherapeut. Gruppentherapie sei ohnehin die eigentliche Therapie.

In Teilen des Publikums, wie bei uns, stellt sich die Frage, handelt es sich überhaupt um Psychotherapie?

Bert Hellinger selbst definiert sich als "100% Psychotherapeut". Gleichwohl sagt er deutlich, er habe nicht vor, Einfluss auf Symptome zu nehmen – er sei kein Heiler. Nun kommt Überraschung auf, sitzt man doch in einem Workshop mit dem Titel: "Was eine Familie krank macht und heilt". Hier zeigt sich deutlich, dass Bert Hellingers Heilbegriff weder der Medizin, der Psychologie noch der Psychotherapie entlehnt ist, sondern der Religion.

Bei Bert Hellinger vermischt sich auf sehr subtile Weise Religion mit psychotherapeutischen Techniken. Er kombiniert Methoden aus Hypnotherapie, Gruppendynamik ... usw. mit Ritualen und Sprachmustern aus der christlichen Religion. Was so entsteht, ist eine immense suggestive Kraft, die gemeinsam mit dem Gruppendruck von Bert Hellinger dazu verwendet wird, die Patienten auf der Bühne in eine Altersregression zu führen. Diesen Prozess verstärkt er, indem er die Patienten Worte aus der Kindheit verwenden lässt, ("Sag: Mama") und sie mit biblischer Sprache und Gebeten kombiniert, die ihm, und dies wortwörtlich und mit gleicher Betonung und Stimmlage, nachzubeten sind. Gestützt wird dieser Effekt noch zusätzlich durch Aufforderungen wie "Verbeuge Dich vor X, verneige Dich ...".

Mit Bert Hellingers Auswahl der Kranken beginnt die Zeremonie der Familienaufstellung. "Sind Schwerkranke hier?" Nach einer Auswahl, getreu dem Motto "je schlimmer – desto lieber", werden Personen, die sich ohnedies schon in einem Ausnahmezustand befinden, zu weiteren tragischen Ereignissen in ihrer Familie befragt. Ohne den Kranken Zeit zu lassen, nachzudenken oder selbst eine Auswahl zu treffen, definiert Hellinger einen Zusammenhang zwischen diesen früheren Ereignissen und den gegenwärtigen Problemen.

Der Patient stellt nun, mit Darstellern aus dem Publikum, seine Familie auf, und zwar mit den Mitgliedern, die Bert Hellinger für bedeutsam hält. Danach darf sich der Patient setzen und Bert Hellinger beobachten, der ihm seine Lebenslösung stellt – ohne jedes Feedback mit dem Patienten selbst. Anschließend darf der Patient seine eigene Position einnehmen und darf hier, in der Sprache der Kindheit, einfache Gebete nachsprechen. Bleibt dem Patienten ob der geballten Suggestion die Luft weg, oder beginnt er zu weinen, so fordert Bert Hellinger ihn zum tiefen Durchatmen auf. Dies wird dann nach Abschluss der "Behandlung" als Therapieerfolg bewertet werden. "Sie kann tiefer atmen – da fließt es – es tut ihr gut".

Die suggestive Kraft verfehlt natürlich auch nicht die Wirkung auf das Publikum. Während ein Teil sich von Bert Hellingers Arbeit distanziert und so auch nicht auf der Bühne mitwirkt, lässt sich beim anderen Teil des Publikums, vor allem den aktiv Mitwirkenden, ein stetig gesteigerter Lerneffekt beobachten. Wissen die Darsteller, dass es hier um Inzest geht, so spüren sie unmittelbar einen "starken sexuellen Sog". Bietet Bert Hellinger Lösungen, so sind spätestens nach der zweiten Aufstellung die Teilnehmer fähig, den Effekt in Bert Hellingers Worte zu fassen: "Das löst."

Bert Hellinger beendet die Aufstellung mit den Worten: "Ich lass das für Dich stehen" und kommentiert häufig: "Es ist gut so". Es ist wenig überraschend, dass gegen Ende der Veranstaltung sich auch die Mitwirkenden zu einem Kommentar veranlasst sehen: "Es ist gut so."

Natürlich würden nur böse Zungen vermuten, hier mache man eine Anleihe bei der Schöpfungsgeschichte "... und Gott sah auf die Welt, und Gott sah, dass es gut war." (Für Eingeweihte sei angemerkt, dass Gott dies nach 7 Tagen und nicht schon nach 20 Minuten gesagt hat.)

Warum ein so bissiger Kommentar zu diesem Vorfall?

Bert Hellinger selbst lehnt jede Verantwortung ab, für seine Methoden und für deren Vermarktung. "Ich heile nicht – ich bilde nicht aus". Dies lässt sich wohl nur behaupten, wenn man sämtliche Kontextbedingungen ignoriert. Wer seine Arbeit in Workshops präsentiert, die eindeutig in einem Weiterbildungskontext stehen, von wem Lehrvideos zu kaufen sind, wer Bücher zu seiner Arbeit publiziert und sich einer CD-Rom Aufarbeitung nicht verweigert, der muss sich fragen lassen: dient dies rein der Erbauung der Leser oder Zuschauer, zählt es zur Unterhaltung oder zum Freizeitbereich – wie inzwischen viele Selbsterfahrungsangebote des Esoterikmarktes?

Bert Hellinger selbst verweigert jede Kontextmarkierung. Im ersten Programmabdruck (Diskussion/Vorträge zum Ansatz von Hellinger in München) angekündigte Kritiker wie Fritz B. Simon oder Marianne Krüll "verschwinden" einfach vom Programm ohne Angabe von Gründen – Bert Hellinger selbst sagt, sein Ansatz sei theorielos und er stelle ihn nicht zur Diskussion.

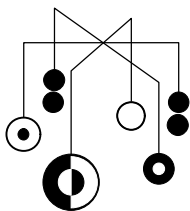
Demnach bietet Bert Hellinger eine Glaubensrichtung – keine Psychotherapie. "Nimm es oder lass es."

Wer nun Bert Hellinger glaubt, (was angesichts der emotionalen Stimmung vielleicht nicht unverständlich ist) und beginnt, diese Glaubensrichtung in seine Arbeit zu übernehmen, ohne seinen eigenen Kontext oder den seiner Klienten zu achten – der stellt in unseren Augen eine Gefahr für diese Klienten dar.

Und dies ist für uns ein herber Rückfall in eigentlich schon überwunden geglaubte Zeiten. Spätestens nach den Erfahrungen von Luigi Boscolo und Gianfranco Cecchin hat sich herumgesprochen, wie sehr Therapie missglückt, wird sie zur bloßen Kopie von Methoden ohne Beachtung des Kontextes.

Insgesamt bleibt nur zu hoffen, dass Bert Hellingers Ansatz in den Köpfen von Fachleuten und Laien wieder zu dem wird, was er ist: eine Weltanschauung und keine systemische Therapie.

© Villa Lindenfels



Institut für systemische Therapie und Traumatherapie

Psychotherapeutische Praxis

Gaby Breitenbach / Harald Requardt

Lindenfelsstraße 35, 70327 Stuttgart

Telefon 0711 - 48 00 00 8

Telefax 0711 - 48 10 08

